

GRIPA

Što morate znati?



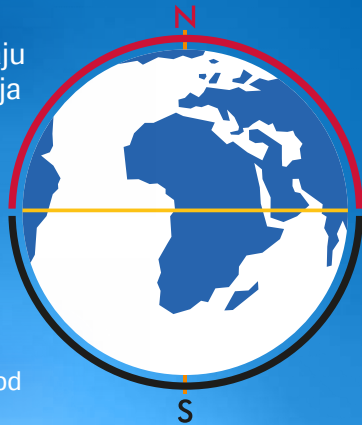
5

**milijuna
slučajeva na
godinu**

Što je gripa?

Gripa (ili influenza) iznimno je zarazna bolest dišnog sustava koju izaziva virus gripe i koja svake godine prouzroči više od pet milijuna slučajeva teške bolesti, mnoge hospitalizacije i do čak 650 000 smrti diljem svijeta^{1,2} Veliki brojevi slučajeva te bolesti unutar pojedine zajednice u određenom razdoblju, koji se nazivaju epidemijama, obično se bilježe tijekom zime.³

Sjeverna polutka:
epidemije gripe nastaju
od listopada do svibnja



Južna polutka:
epidemije gripe nastaju od
travnja do rujna

Virus gripe dijeli se na četiri tipa: A, B, C i D. Sezonske epidemije izazivaju virus tipa A i virus tipa B.⁴ Zbog kontakta sa životinjama ili zbog mutacija pri umnožavanju (replikaciji) virusa mogu se razviti novi virusi gripe.⁵

Kada je riječ o liječenju gripe, često se šire pogrešne informacije i neodgovarajući savjeti.⁶ Koliko je pogrešna predodžba o težini gripe pokazalo je i nekoliko ispitivanja, u kojima je čak i među zdravstvenim radnicima utvrđena nedovoljna osviještenost o rizicima te bolesti.⁷⁻⁸ Zbog toga većina bolesnika kod kojih se pojave simptomi gripe ne traži liječničku pomoć odmah.⁹⁻¹⁰ No, bez pravodobnog odgovarajućeg liječenja gripa može prouzročiti upalu pluća, bronhitis, sinusne infekcije, hospitalizaciju, pa čak i smrt. Uz to, može pogoršati dugoročne zdravstvene tegobe, primjerice astmu i zastoj srca.¹¹

Koliki je teret gripe?

\$

Gripa se svake godine smatra ozbiljnim javnozdravstvenim problemom koji može prouzročiti tešku bolest i smrt. Gripa također može utjecati na gospodarstvo zbog gubitka radnih dana i opterećenja zdravstvenog sustava.^{2,12-13}

U jednom ispitivanju u kojem se analizirao utjecaj gripe na izostajanje s posla utvrđeno je da prosječan broj izgubljenih radnih dana po obolijevanju od gripe, koju je dijagnosticirao liječnik, bio od 3,7 do 5,9 dana.¹⁴ Ukupan procijenjeni trošak epidemije gripe u industrijskim zemljama može dosegnuti 56,7 milijuna eura na milijun stanovnika.¹⁵ Samo je u SAD-u ukupan teret gripe za gospodarstvo procijenjen na 87,1 milijardu dolara.¹⁵

Kako se gripa prenosi?

Čestice virusa gripe najlakše se prenose s osobe na osobu putem kapljica i malih čestica koje oboljela osoba izbacuje kada kašlje ili kiše. U nekim se slučajevima gripa može prenijeti izravnim kontaktom sa zaraženim osobama ili kontaminiranim površinama.¹



Osobe oboljele od gripe najzaraznije su tri do četiri dana nakon pojave bolesti, ali u nekim slučajevima mogu biti zarazne čak i prije nego što se pojave prvi simptomi pa do sedam dana nakon što se osobe razbole. Neka djeca i osobe s oslabljenim imunostim sustavom mogu biti zarazne i dulje vremena.¹

Koga gripa pogada?

Gripa pogada ljude svih dobi, ali neke su skupine izložene većem riziku, primjerice:¹⁶



trudnice



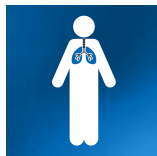
odrasle osobe u dobi od 65 ili više godina



osobe kojima je imunosni sustav oslabljen zbog bolesti ili određenih lijekova (kao što su osobe koje imaju HIV infekciju ili sidu ili one koje se liječe steroidima)



djeca mlađa od pet godina



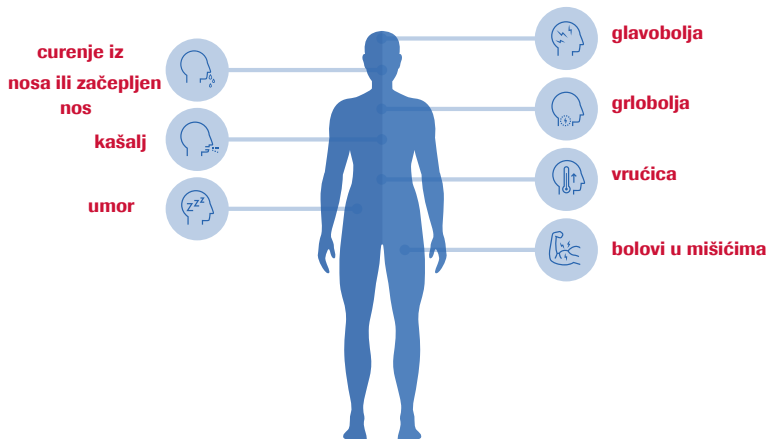
osobe s kroničnim medicinskim stanjima, kao što su dugotrajna srčana, dišna (npr. astma), bubrežna ili jetrena bolest



zdravstveni radnici, zbog povećane izloženosti bolesnicima

Koji su znakovi i simptomi gripe?

Gripa zahvaća nos, grlo, a katkad i pluća. Najčešći su simptomi:¹



Kod nekih se ljudi mogu javiti povraćanje i proljev, ali to je češće kod male djece.¹

Simptomi gripe obično nastaju brzo, najčešće unutar 24 sata nakon zaraze, a traju od tri do osam dana.¹⁷ Infekcija virusom gripe može uzrokovati bolest, čija se težina kreće od blage do teške, a u nekim slučajevima može biti i smrtonosna. Upala pluća vodeći je uzrok teškog oblika bolesti i smrti među zaraženim osobama.^{1,18}

Komplikacije infekcije mogu zahvatiti različita tkiva i organe, uključujući mozak, srce i mišiće, ali najčešće zahvaćaju dišni sustav.^{1,19}

Kako se gripa dijagnosticira?

Katkad je teško razlikovati gripu od drugih bolesti dišnog sustava samo na osnovi znakova i simptoma, a točnost trenutno dostupnih dijagnostičkih pretraga može varirati.² Zato je važno da svaka osoba za koju se sumnja da ima gripu pravodobno potraži liječničku pomoć.

Kako se gripa liječi?



Cjepiva

Cjepiva protiv sezonske gripe ključna su za prevenciju gripe, ali pružaju različite stupnjeve zaštite zbog često niske razine procijepljenosti

i nepodudarnosti između sojeva gripe sadržanih u cjepivu i onih koji kruže u zajednici.^{2,20} Primjerice, procijenjena ukupna učinkovitost cjepiva protiv sezonske gripe između 2005. i 2018. godine bila je od 10 % do 60 %.²¹

U svim se najvažnijim smjernicama (CDC, ECDC, CCDC, SZO) preporučuje cijepljenje radi prevencije gripe, osobito osoba koje imaju visok rizik za razvoj komplikacija.²¹⁻²²



Protivirusni lijekovi (antivirolici)

Trenutačno su za liječenje i prevenciju gripe u svijetu odobrene dvije skupine protivirusnih lijekova: adamantani (ili M2 inhibitori), koji su su prvi put odobreni 1966. godine, te inhibitori neuraminidaze, prvi put odobreni 1999. godine.^{19,23}

Pokazalo se da protivirusni lijekovi za gripu skraćuju trajanje simptoma gripe te smanjuju rizik od teške bolesti i smrti, a najveća je korist zamijećena ako se primjene unutar 48 sati od pojave bolesti.²³ Međutim, ograničenja trenutno dostupnih antivirusa, uključujući nepraktičnost njihove primjene i zamijećenu otpornost virusa, pokazuju da su potrebni novi razredi tih lijekova.

Otpornost na protivirusne lijekove

Kako se virus gripe umnaža (replicira) i širi tijelom, njegova se genska struktura može promijeniti na takav način da protivirusni lijekovi postanu manje učinkoviti ili potpuno neučinkoviti protiv tog virusa.¹⁹ Ta se otpornost može razviti spontano, tijekom liječenja antivirusima ili nakon toga, a tada su mogućnosti liječenja uvelike ograničene.²³

Reference

1. Centres for Disease Control and Prevention. Key Facts About Influenza (Flu) [Internet; cited 2018 July]. Available from: <https://www.cdc.gov/flu/keyfacts.htm>
2. World Health Organization. Influenza (Seasonal) [Internet; cited 2018 July]. Available from: [http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/influenza-\(seasonal\)](http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/influenza-(seasonal))
3. Centers for Disease Control and Prevention. Influenza Prevention: Information for Travelers [Internet; cited 2018 July]. Available from: <https://www.cdc.gov/flu/travelers/travelersfacts.htm>
4. Webster RG et al. Textbook of Influenza, 2nd Ed. Wiley Blackwell, 2013.
5. Centres for Disease Control and Prevention. How the Flu Virus Can Change: "Drift" and "Shift" [Internet; cited 2018 July]. Available from: <https://www.cdc.gov/flu/about/viruses/change.htm>
6. Havard Health Publishing. 10 Flu Myths [Internet; cited 2018 July]. Available from: <https://www.health.harvard.edu/diseases-and-conditions/10-flu-myths>.
7. Hollmeyer HG, et al. Vaccine 2009;27:3935-3944.
8. Albano L, et al. BMC Infect Dis 2014;14:208.
9. Gaglia MA, et al. Clin Infect Dis 2007;45:1182-1188.
10. Biggerstaff M, et al. J Infect Dis 2014;210:535-544.
11. Mayo Clinic. Flu symptoms: Should I see my doctor? [Internet; cited 2018 July]. Available from: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/flu/expert-answers/flu-symptoms/faq-20057983>
12. Centers for Disease Control and Prevention. Disease Burden of Influenza [Internet; cited 2018 July]. Available from: <https://www.cdc.gov/flu/about/disease/burden.htm>
13. European Centre for Disease Prevention and Control. Factsheet about seasonal influenza [Internet; cited 2018 July]. Available from: <https://ecdc.europa.eu/en/seasonal-influenza/facts/factsheet>.
14. Keech M, et al. Pharmacoeconomics 2008;26:911-924.
15. Council Recommendation on seasonal influenza vaccination [Internet; cited 2018 July]. Available from: http://ec.europa.eu/health/ph_threats/com/Influenza/docs/seasonflu_rec2009_en.pdf.
16. Centres for Disease Control and Prevention. People at High Risk of Developing Flu-Related Complications. [Internet; cited 2018 July]. Available from: https://www.cdc.gov/flu/about/disease/high_risk.htm.
17. Paules and Subbarao. Influenza. Lancet. 2017;390(10095):697-708.
18. Rothberg, Haessler and Brown. Complications of viral influenza. Am J Med. 2008;121(4):258-64.
19. Centers for Disease Control and Prevention. Influenza Antiviral Drug Resistance [Internet; cited 2018 July]. Available from: <https://www.cdc.gov/flu/about/qa/antiviralresistance.htm>
20. Centres for Disease Control and Prevention. Seasonal Influenza Vaccine Effectiveness, 2005-2018 [Internet; cited 2018 July]. Available from: <https://www.cdc.gov/flu/professionals/vaccination/effectiveness-studies.htm>
21. Centers for Disease Control and Prevention. Get Vaccinated [Internet; cited 2018 July]. Available from: <https://www.cdc.gov/flu/consumer/vaccinations.htm>
22. World Health Organization. Influenza vaccine use [Internet; cited 2018 July]. Available from: <http://www.who.int/influenza/vaccines/use/en>
23. Centers for Disease Control and Prevention. Influenza Antiviral Medications: Summary for Clinicians [Internet; cited 2018 July]. Available from: <https://www.cdc.gov/flu/professionals/antivirals/summary-clinicians.htm>