



## **PYTANIA I ODPOWIEDZI DOTYCZĄCE ŚWIŃSKIEJ GRYPY**

### **Co to jest świńska grypa?**

Świńska grypa to występująca u świń choroba układu oddechowego wywoływana przez wirusy grypy typu A. Zachorowania wśród świń występują regularnie. Ludzie zwykle nie chorują na świńską grypę, ale infekcje są możliwe i występują. Najczęściej na świńską grypę chorują osoby, które przebywają w pobliżu świń, ale wirusy świńskiej grypy mogą się także przenosić z człowieka na człowieka.

### **Czy w Stanach Zjednoczonych występują przypadki świńskiej grypy wśród ludzi?**

W Stanach Zjednoczonych potwierdzono przypadki zakażenia wirusem świńskiej grypy typu A (H1N1) wśród ludzi. Ośrodek Zwalczania Chorób Zakaźnych CDC oraz stanowe i lokalne agencje wspólnie badają zaistniałą sytuację.

### **Czy świńska grypa jest zakaźna?**

CDC ustalił, że wirus ten jest zakaźny i przenosi się z człowieka na człowieka. Jednak w chwili obecnej nie wiadomo, jak łatwo wirus ten przenosi się pomiędzy ludźmi.

### **Jakie są oznaki i objawy zakażenia wirusem świńskiej grypy u ludzi?**

Objawy świńskiej grypy u ludzi są podobne do objawów zwykłej grypy ludzkiej; należy do nich gorączka, kaszel, ból gardła, bóle ciała, ból głowy, dreszcze i zmęczenie. U niektórych osób objawy świńskiej grypy obejmowały także biegunkę i wymioty. W przeszłości wśród osób zakażonych wirusem świńskiej grypy odnotowano przypadki poważnych zachorowań (zapalenie płuc i niewydolność dróg oddechowych) oraz zgonów. Podobnie jak grypa sezonowa, świńska grypa może skutkować zaostrzeniem istniejących chorób przewlekłych.

### **Jak groźne jest zakażenie wirusem świńskiej grypy?**

Podobnie jak grypa sezonowa, świńska grypa u ludzi może mieć różny przebieg - od łagodnego po ciężki. Pomiedzy rokiem 2005 a styczniem 2009 roku w Stanach Zjednoczonych wykryto 12 przypadków świńskiej grypy u ludzi. Nie odnotowano żadnych zgonów. Zakażenie wirusem świńskiej grypy może być jednak groźne. We wrześniu 1988 roku 32-letnia ciężarna kobieta, która nigdy wcześniej nie chorowała, została hospitalizowana z powodu zapalenia płuc, które wystąpiło po zakażeniu wirusem świńskiej grypy. Kobieta ta zmarła 8 lat później. Podczas epidemii świńskiej grypy w Fort Dix w stanie New Jersey w 1976 roku odnotowano ponad 200 przypadków zakażenia, w tym kilka ciężkich zachorowań i jeden zgon.

## **Jak można się zarazić świńską grypą?**

Wirus świńskiej grypy przenosi się na dwa sposoby:

- poprzez kontakt z zakażonymi świniami lub środowiskiem zanieczyszczonym wirusem świńskiej grypy
- poprzez kontakt z osobą chorą na świńską grypę. Odnotowano także przypadki zakażenia człowieka przez człowieka, które przebiegają tak samo, jak zakażenia wirusem grypy sezonowej. Za główny sposób przenoszenia grypy uważa się kontakt osobisty poprzez kaszel lub kichnięcie osoby zarażonej.

## **Czy istnieją leki przeciwko świńskiej grypie?**

Tak. CDC zaleca stosowanie oseltamiwiru (Tamiflu) lub zanamiwiru (Relenza) w leczeniu i/lub profilaktyce zakażenia wirusami świńskiej grypy. Leki przeciwwirusowe to leki na receptę (w postaci tabletek, zawiesiny lub aerozolu wziewnego), które zwalczają grypę, przeciwdziałając namnażaniu się wirusów w organizmie. W przypadku zachorowania, leki przeciwwirusowe łagodzą przebieg choroby i przyspieszają powrót do zdrowia. Mogą również zapobiec groźnym powikłaniom pogrypowym. Aby leczenie miało najlepsze rezultaty, stosowanie leków przeciwwirusowych należy rozpocząć krótko po zachorowaniu (w ciągu 2 dni od wystąpienia objawów).

## **Jak długo osoba zakażona wirusem świńskiej grypy może zarażać inne osoby?**

Należy zakładać, że osoba zakażona wirusem świńskiej grypy może zarażać przez cały okres występowania objawów i do 7 dni od zachorowania. Dzieci, szczególnie małe, mogą zarażać przez dłuższy okres.

## **Jak można ochronić się przed zachorowaniem?**

Obecnie nie ma szczepionki ochronnej przeciwko wirusowi świńskiej grypy. Pewne codzienne czynności mogą zapobiec rozprzestrzenianiu się zarazków wywołujących choroby układu oddechowego, takie jak grypa. Poniższe codzienne czynności należy podejmować, aby chronić swoje zdrowie:

- Podczas kaszlu i kichania zasłaniać nos i usta chusteczką. Po użyciu chusteczkę wyrzucić do kosza na śmieci.
- Często myć ręce wodą z mydłem, szczególnie po ataku kaszlu lub kichnięciu. Skuteczne działanie mają także płyny do mycia rąk na bazie alkoholu.
- Starać się unikać kontaktu z chorymi.
- W przypadku zachorowania CDC zaleca, aby pozostać w domu i nie chodzić do pracy ani szkoły, a także ograniczyć kontakt z innymi osobami, aby nie dopuścić do ich zarażenia. Unikać dotykania oczu, nosa lub ust. W ten sposób rozprzestrzeniają się zarazki.

### **Co robić w przypadku zachorowania?**

W przypadku zachorowania należy pozostać w domu i maksymalnie ograniczyć kontakty z innymi ludźmi, aby ochronić ich przed zarażeniem. Jeśli u chorego pojawią się jakiegokolwiek sygnały ostrzegawcze, należy niezwłocznie uzyskać pomoc medyczną. U dzieci sygnały ostrzegawcze wymagające niezwłocznej pomocy lekarskiej to:

- szybki oddech lub trudności w oddychaniu
  - sinawy kolor skóry
  - wypijanie zbyt małej ilości płynów
  - niemożność dobudzenia, brak interakcji
  - Tak silna drażliwość dziecka, że nie chce ono być noszone na rękach
  - nawrót objawów grypopodobnych, gorączki i kaszlu po uprzedniej poprawie
- gorączka i wysypka U dorosłych sygnały ostrzegawcze wymagające niezwłocznej pomocy lekarskiej to:
- Trudności w oddychaniu lub płytki oddech
  - Ból lub uczucie ucisku w klatce piersiowej lub brzuchu
  - Nagłe zawroty głowy
  - Dezorientacja
  - Gwałtowne lub uporczywe wymioty

### **Czy można zarazić się świńską grypą poprzez jedzenie lub przygotowywanie wieprzowiny?**

Nie. Wirusy świńskiej grypy nie przenoszą się poprzez żywność. Nie można zarazić się świńską grypą, jedząc wieprzowinę lub produkty wieprzowe. Jedzenie właściwie przygotowanych i ugotowanych produktów wieprzowych jest bezpieczne.