

19 января в медицентре "Российской газеты" состоялась пресс-конференция руководителя Роспотребнадзора, главного государственного санитарного врача РФ Анны Юрьевны Поповой на тему: "Эпидемия гриппа в России и мире".

### **О ситуации с заболеваемостью гриппом в мире**

В Южном полушарии ситуация сегодня стабильна, активности циркуляции гриппа АН1N1 девятого эпидемического типа не было. Вирус гриппа пандемического в эпидсезон для Южного полушария в предыдущие несколько месяцев регистрировался в ЮАР, в Индии и в небольшом удельном весе в ряде других стран.

На сегодняшний день в тропических странах Северной и Южной Америки, в Центральном Америке, в Карибском бассейне активность вирусов на низком уровне. Грипп АН1N1 регистрируется только в Никарагуа. А в Коста-Рике и на Кубе регистрируется вирус АН3N2. В Соединенных Штатах Америки на сегодняшний день преобладает вирус гриппа - АН1N1 пандемический. Сегодня эпидситуация определяется именно этим видом гриппа.

В европейском регионе в первой декаде января о широком распространении гриппа заявили 9 стран - Финляндия, Ирландия, Израиль, Нидерланды, Норвегия, Португалия, Словакия, Швеция и Турция. Здесь также преимущественное положение занимает пандемический грипп АН1N1 2009 года.

На Украине сегодня по официальным данным гриппом болеет около 6 процентов населения. Из них 70 процентов - это дети, беременные женщины. С 16 января в Киеве введен карантин в учреждениях образования и здравоохранения. Официальной статистики у нас нет, но ситуация тяжелая. Имеется информация о летальных исходах.

В Польше за первую неделю января зарегистрировано около 63 тысяч случаев гриппа и ОРВИ, и также регистрируются летальные случаи.

В Латвии начинается подъем, но там вакцинировано меньше одного процента жителей.

### **О заболеваемости гриппом в Российской Федерации**

На второй неделе 2016 года в целом при низком уровне заболеваемости гриппом и ОРВИ, мы видим нарастание количества заболевших и если на первой неделе превышение эпидпорога мы видели по единичным субъектам, то по второй неделе мы видим превышение порогов по совокупному населению в тринадцати субъектах РФ.

Мониторинг возбудителей показывает, что в удельном весе всех вирусных находок, когда был определен вирус у больного человека, в начале декабря на вирус гриппа АН1N1 2009 года приходилось 4 процента, на конец декабря - 15 - 7 процентов, после 4 января, удельный вес вырос до 24 процентов, на второй неделе он составил 35 процентов, и сегодня он составляет 42 процента. Это говорит о том, что именно этот вирус определяет основную массу случаев заболевания в Российской Федерации.

Результаты исследований полногеномногосеквенирования сегодня говорят о том, что вирус который циркулирует сегодня в РФ, не отличается от того варианта, который был заложен в вакцину. То есть вакцина должна защищать, и она защищает.

Среди людей, которые тяжело переносят грипп, у нас сегодня нет людей привитых. Среди заболевших по той статистике, которая есть, (она пока не глобальна на всю страну), привитых людей нет. То есть вакцина сработала, прививки защищают. И то, что мы в этом году привили практически 45 млн. человек в Российской Федерации, создало достаточно высокую иммунную прослойку. Именно это явилось основой того, что пока нет такого развития заболевания.

### **О гриппе АН1N1 2009 г.**

Мы сегодня имеем эпидемиологическую ситуацию, преимущественно вызванную гриппом АН1N1 2009 года. Грипп Н1N1 известен достаточно давно, а его вариант 2009 года известен с 2009 года. Он имеет особенности. Он отличается от всего ранее известного. Гриппозный сезон 2009-2010 гг. в Северном полушарии только по официальным и лабораторно подтвержденным данным унес почти 20 тысяч жизней. Тогда были определены группа риска, которые подвержены очень быстрому развитию осложнений. Очень быстрому развитию пневмоний, из которых человека не всегда можно вывести. Это - прежде всего ослабленные люди с сопутствующими заболеваниями, люди с диабетом, беременные женщины, люди с ожирением и маленькие дети. Это заставило нас достаточно быстро активизировать все планы действия в эпидемический период, и вы можете это наблюдать, - с конца первой декады во всех субъектах усилена работа санитарно-карантинных пунктов, пропусков в страну на границе, усилена работа медицинской службы.

### **Меры профилактики**

Сегодня главная задача врачебного сообщества, в первую очередь, профилактика - не допустить заражения, развития заболевания и осложнений заболевания. Чтобы не допустить самого заболевания нужно защищать свои органы дыхания. Для этого мы опубликовали на сайте памятку - как защитить себя от гриппа.

1. Мыть руки, мыть лицо, промывать носовые ходы, смывая с них слизь и грязь по возвращении домой.

2. Обрабатывать поверхности, и все гаджеты, которых у нас в руках очень много - и пульт, и айпад, и три телефона, очки. Все это требует обработки, потому что вирус там хорошо выживает. И даже когда мы чистыми руками берем грязную вещь, то руки опять становятся грязными, и мы подносим их к лицу.

3. Не надо трогать лицо, не надо руками чистыми или грязными без острой нужды прикасаться к лицу, к носу, ко рту, и тем более какие-то ручки, дужки от очков покусывать и т. д. От этой привычки вообще надо избавиться, а в этот период - тем более. Это ворота инфекции, таким образом можно заразиться.

4. Закрывать свои дыхательные пути маской, когда вы выходите в людные места, сегодня это уже надо делать. Сегодня количество людей инфицированных и находящихся в популяции - на улице, в транспорте - достаточно велико. В первую очередь это обязательно нужно делать людям из групп риска - беременным женщинам, людям с диабетом, с ожирением, пожилым людям, людям с соматическими проблемами, с сердечнососудистыми, с хроническими легочными заболеваниями. Всем этим людям сегодня лучше остаться дома, и не вступать в контакт с большим количеством людей.

5. Без острой необходимости не нужно посещать массовых мероприятий, не нужно пользоваться общественным транспортом, но если это необходимо, нужно надеть маску. Это не сложные правила, которые любого из нас могут защитить от гриппа.

И, конечно, если человек чувствует недомогание, в этот период пытаться выяснить у самого себя - что же со мной происходит, абсолютно нельзя. Сегодня нельзя медлить, сегодня нельзя заниматься самолечением и нельзя заниматься самодиагностикой, пытаться дифференцировать признаки "а может у меня нет гриппа, может у меня просто простуда". Вот здесь терять времени нельзя. Здесь нужно максимально быстро добиться оказания медицинской помощи, и чтобы доктор решил, что в данном случае стоит делать: или остаться дома и это постельный режим, это специальные лекарства противовирусные. Этот вирус можно лечить, он поддается лечению всеми теми препаратами, которые сегодня есть у нас в обороте. Но назначить их должен доктор. Определить должен доктор.

Сегодня медицинская сеть готова к тому, чтобы принимать больных. С ноября были подготовлены резервные койки на тот случай, если они понадобятся. И эту готовность только что еще раз коллеги подтвердили, только что закончилось селекторное совещание в Роспотребнадзоре, и мы услышали, что все есть, все готово. Главное - меры профилактики, главное максимально быстро определиться с тактикой лечения и с диагнозом. И очень важно защищать тех членов семьи, которые сами не могут это делать. Это очень пожилые люди, и очень маленькие дети. Соблюдая все эти правила и зная то, о чем я сказала, эту информацию имея, думаю, что мы сможем уберечь себя от той большой беды, которую этот грипп может принести.

Осложнения наступают и развиваются очень быстро, молниеносно. Человек не в состоянии что-то уже сделать и контролировать эту ситуацию развития. Здесь обязательно нужна медицинская помощь.

### **О первых симптомах свиного гриппа**

Грипп начинается с кашля, с высокой температурой, самочувствие резко ухудшается. Наступает это остро, 2 часа назад все было хорошо, а сейчас и голова болит безмерно, и свет раздражает, и шум раздражает, и хочется лечь, и за грудиной стеснение, и что-то там скребет, уже кашель начинается, и встать не возможно оторвать голову от подушки, такая интоксикация тяжелая, и насморка нет, и конъюнктивита нет - он в 10 процентах, и насморк только в половине случаев. Это классическое. Тяжелая интоксикация вызывает тошноту и рвоту, это тоже варианты проявления. С особенностями подавления выработки интерферона грипп очень быстро переходит в пневмонию. Это очень страшно, это одно из осложнений. Он переходит в пневмонию вирусную, и человек просто не может дышать. И если вовремя не принять меры, то исход будет очень неблагоприятный. И ждать этого момента не надо, надо сразу обращаться за медицинской помощью. Одно из особенностей этого вируса, что он меняет свойство крови, и часть больных погибают от тромбозов, свертываемость крови возрастает, и люди погибают от этого. Он дает очень серьезные осложнения на миокард в очень ранних периодах. И как всякий грипп он, конечно, может дать осложнения на почки разного рода нефрита. Такая общая схема неприятного вируса, который вызывает тяжелые состояния. А если организм еще имеет дополнительную нагрузку в виду хронического заболевания, особенно того о которых мы говорили, то здесь риски возрастают кратно. Здесь надо чтобы было четкое понимание нельзя шутить, нельзя ждать, нельзя считать ну я отлежусь два денечка, сейчас станет лучше.

### **О лекарствах**

По поводу лекарств история известная, я не думаю, что стоит ее комментировать. Каждый из нас должен прислушиваться к рекомендациям врача и их выполнять. И каждый из нас должен как потребитель контролировать качество медицинской услуги, как минимум читать инструкцию к тому препарату, наставление по применению который вы собираетесь использовать. Это вам даст определенные предпочтения.