

# GRIPAS

*Gripas* – ūminė virusinė kvėpavimo takų infekcija, plintanti lašeline būdu per orą. *Ligos sukėlėjas* – gripo virusas, priklausantis *Orthomyxoviridae* šeimai. Yra 4 gripo virusų tipai: A, B, C ir D.

- **A** ir **B** virusai plinta ir sukelia sezonines ligos epidemijas,
- **C** virusas retesnis ir paprastai sukelia lengvesnes kvėpavimo takų infekcijas nei A ir B virusai,
- **D** virusu, kiek žinoma iki šiol, užsikrečia tik gyvūnai (daugiausia galvijai).

## Gripui būdinga staigi ligos pradžia:

- Karščiavimas
- Sausas kosulys
- Gerklės, galvos, raumenų skausmas
- nuovargis
- silpnumas
- Šaltkrėtis
- Aukšta temperatūra (39 °C – 40 °C).



Žmogaus gripo virusas aplinkoje gali išlikti gyvybingas < 24–48 val.

- Ant lygių paviršių ir < 8–12 val. ant audeklo
- Popieriaus prie 35–49 proc. drėgmės ir 28 °C temperatūros
- Ant rankų gripo virusas gali išsilaikyti apie 5 minutes, jeigu pateko didelė jo koncentracija.



**Gripo virusas jautrus dezinfekantams** (natrio hipochloritui, 60–95 proc. etanoliui, 5 proc. fenoliui ir kt.), esant 121 °C žūva per 20 min.



## UŽKREČIAMOS LIGOS ŠALTINIS

Žmogus yra pagrindinis žmogaus **gripo viruso nešiotojas** ir šaltinis.

### UŽKREČIAMOS LIGOS PLITIMO BŪDAI IR UŽKREČIAMUMAS

PLITIMAS	UŽKREČIAMUMAS
<p>Gripo virusai dažniausiai <b>plinta lašeline būdu per orą</b>, kai užsikrėtę žmonės:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kosėja</li><li>• Čiaudi ar kalba,</li><li>• Per rankas virusas</li><li>• Gali patekti į akių gleivinę, nosį ir burną.</li></ul> <p><i>Greičiausiai infekcija plinta mažose prastai vėdinamose patalpose, dulkelėmis užterštose patalpose, taip pat esant didesnei oro drėgmei.</i></p>	<p>Žmonių <b>imlumas</b> gripui yra <b>visuotinis</b>. Įprasto gripo sezono metu maždaug 75 proc. gripu sergančių žmonių simptomai visai nepasireiškia.</p> <p><b>Suaugusieji</b> įprastai gali <b>užkrėsti</b> kitus žmones <b>1 dieną prieš gripo simptomų pasireiškimą</b> ir iki <b>5 dienų nuo simptomų pradžios</b>.</p> <p>Kai kurioms asmenų grupėms gripo infekcijos ir komplikacijų rizika yra didesnė: vaikai iki 5 metų, 65 metų ir vyresniems.</p> <p>Suaugusiesiems ir vaikams, sergantiems lėtinėmis ligomis, <b>gripas</b> yra labai pavojingas, nes <b>sukelia lėtinių ligų paūmėjimą</b>.</p>

**Inkubacinis (slaptasis) periodas gali trukti 24–72 val., dažniausiai 48 val.**



**Karščiavimas** ir kvėpavimo takų simptomai **trunka 4–7 dienas**, sausas **kosulys** ir **nuovargis** gali išlikti dar **1–2 savaites**.

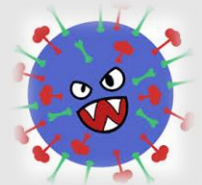
### KOPLIKACIJOS

- **Pirusinė pneumonija.** Tai reta, bet sunki komplikacija, kurią tiesiogiai sukelia gripo virusas. Kitos pirminės virusinės pneumonijos komplikacijos: miokarditas, perikarditas, hepatitas, inkstų nepakankamumas, meningoencefalitas.
- **Bakterinė pneumonija.** Tai dažniausia komplikacija, dėl kurios neretai ligonį būtina hospitalizuoti. Antrinė bakterinė pneumonija pasireiškia 2 etapais: pradžioje 2–5 dienų trukmės gripo klinika ir vėliau prasideda kosulys, gausus skrepliavimas bei dusulys.
- **Bronchitas.** Lėtinių kvėpavimo takų ligų paūmėjimas: bronchų astmos, lėtinės obstrukcinės plaučių ligos, mukoviscidozės.
- **Vidurinės ausies uždegimas, sinusitas.**
- **Plaučių uždegimas** (dažniausių gripo komplikacijų). Plaučių uždegimas yra pavojingiausias lėtinėmis ligomis sergantiems asmenims bei žmonėms su sutrikusiu imunitetu. Jie turi didesnę riziką tiek susirgti, tiek mirti nuo šios ligos.

## PROFILAKTINĖS PRIEMONĖS

- Siekiant **apsisaugoti** nuo sezoninio gripo, o susirgus, sumažinti galimų komplikacijų riziką, veiksmingiausia gripo specifinė profilaktinė priemonė – **sezoninio gripo skiepai**. Pasiskiepyti rekomenduojama kasmet visiems asmenims, o ypač sezoninio gripo rizikos grupėms priklausantiems asmenims. Rizikos grupėms priklausantys asmenys kasmet skiepijami valstybės lėšomis finansuojama sezoninio gripo vakcina.
- **Laikytis higienos** (plauti rankas, vengti kontakto su sergančiais).
- **Stiprinti imuninę sistemą** (sveika mityba, fizinis aktyvumas, pakankamas poilsis).
- **Esant ligos simptomams, likti namuose** ir vengti kontakto su kitais žmonėmis.
- Jei būtina, **gydytojas gali paskirti antivirusinius vaistus**, kurie veiksmingiausi per pirmąsias 48 valandas nuo simptomų pradžios.

## KUO SKIRIASI GRIPAS A NUO GRIPLO B?



### Gripas A

- Tai labiausiai paplitęs ir pavojingas gripo tipas.
- Jis gali užkrėsti ne tik žmones, bet ir gyvūnus (pvz., paukščius, kiaules), todėl yra labiau linkęs mutuoti.
- Gripo A virusai skirstomi į potipius pagal hemagliutinino (H) ir neuraminidazės (N) baltymus, pavyzdžiui, H1N1, H3N2.
- Gali sukelti pandemijas (pasaulinius protrūkius), kai atsiranda nauja viruso atmaina, kuri greitai plinta tarp žmonių.
- Dažniausiai pasireiškia sunkesnėmis ligos formomis.

### Gripas B



- Užkrečia tik žmones.
- Skirstomas į dvi pagrindines linijas: B/Victoria ir B/Yamagata.
- Mutuoja lėčiau nei gripo A virusas, todėl jo variacijos yra stabilesnės.
- Sukelia sezoninius susirgimus, bet pandemijų nesukelia.
- Simptomai dažniausiai būna lengvesni nei gripo A atveju, tačiau jis vis tiek gali sukelti rimtų komplikacijų.