

Что делать если возникла острая респираторная вирусная инфекция?

Несмотря на то, что действие вакцины не является абсолютной защитой от заражения вирусом, в случае возникновения болезни клиническая картина у пациентов, в том числе у беременных женщин, отличается менее выраженными симптомами, легкими формами заболеваний, редкими осложнениями.

- При первых признаках заболевания: повышение температуры, озноб, головная боль, боли в мышцах и др. необходимо обратиться за медицинской помощью незамедлительно, вызвав врача на дом по месту жительства.
- Не надо идти в женскую консультацию с признаками инфекционного заболевания, чтобы не заразить других беременных. Предупредите по телефону своего акушера-гинеколога или акушерку, у которых наблюдаетесь по поводу беременности.

Помните, что осложнения гриппа могут развиваться молниеносно, особенно у беременных в первые 1,5 месяца и родильниц после родов!

Нельзя заниматься самолечением, все назначения лекарственных препаратов должны проводиться врачом!

Если заболел гриппом кто-либо из Вашей семьи.

- Изолируйте заболевшего, если это возможно, в отдельную комнату.
- Помещение, где находится больной, чаще проветривайте. Находясь в одной комнате с больным, используйте маску сами и наденьте маску на больного (не забывайте менять маску каждые 2-4 часа).
- Не забывайте проводить влажную уборку дома, особое внимание уделяйте дверным ручкам, телефонам, пульту телевизора.
- Обязательно информируйте по телефону своего акушера-гинеколога или акушерку, у которых наблюдаетесь по поводу беременности, о том, что у Вас имеется контакт с заболевшим гриппом.

Помните, что отказ от вакцинации против гриппа, не своевременное обращение за медицинской помощью в случае заболевания ОРВИ может привести к тяжелым последствиям и даже летальным исходам для беременной, плода, родильницы и новорожденного малыша



ВАЖНОЕ О ПРОФИЛАКТИКЕ ГРИППА ДЛЯ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН

Беременность – физиологическое состояние, при котором защитные силы организма снижаются естественным образом, за счет подавления иммунитета матери для снижения вероятности отторжения плода, что влечет пониженную способность сопротивляться различным инфекционным агентам, и вирус гриппа – не исключение.

Грипп – одна из основных причин смертности во всем мире!

Грипп – острое инфекционное заболевание, для которого характерны симптомы: высокая температура, кашель, заложенность носа, насморк, боль в горле, головная боль, боль в мышцах, затруднение дыхания (одышка).

У беременных женщин при гриппе страдает не только дыхательная система, но и сердечно-сосудистая (миокардит, сердечная недостаточность), что негативно влияет прежде всего на плод.

Намного чаще отмечаются и другие осложнения гриппа: вирусные и бактериальные пневмонии, синусит, бронхит, отит, пиелонефрит и т. п. Грипп вызывает обострение или является пусковым фактором заболеваний эндокринной системы (например, сахарный диабет), мочевыводящей системы (нефрит, цистит), наблюдаются эпизоды бронхиальной астмы, кроме того у беременных может возникнуть

угроза преждевременных родов, самопроизвольное прерывание беременности (аборт), патологическое развитие плода.

На ранних сроках беременности вирус гриппа и некоторые медикаментозные препараты могут негативно влиять на закладывающиеся органы и системы плода, а на поздних сроках вынашивания вирус, проникший через плацентарный барьер, может вызвать грипп у ребенка, который будет протекать в тяжелой форме.

У невакцинированных беременных и родильниц грипп может закончиться летальным исходом.

Что дает вакцинация против гриппа во время беременности?

В России вакцинация беременных против гриппа проводится в рамках Национального календаря профилактических прививок.

- Предпочтительна вакцинация за 1 месяц до начала повышения инфекционной активности вируса, чаще всего в августе - ноябре. Беременным рекомендуется вакцинация от гриппа в начале второго триместра (после 12 недель).
- Ежегодная профилактическая вакцинация за 1 месяц до попытки зачатия помогает избежать опасности заболевания в сезон повышенной вирусной нагрузки.
- Необходимо помнить, что срок действия прививки составляет около 12 месяцев, поэтому для продолжительной защиты необходима регулярная ежегодная ревакцинация.

Вакцинация позволяет формировать антитела против гриппа, которые передаются ребенку и служат защитой от заражения в течение первых 6 месяцев жизни.

Есть ли противопоказания к проведению вакцинации против гриппа?

➡ Абсолютным противопоказанием является наличие аллергической реакции на куриный белок, базовую субстанцию для создания вакцины, а также индивидуальная непереносимость компонентов вакцин.

➡ К относительным противопоказаниям, которые необходимо оценивать для каждой женщины отдельно, относятся аллергическая реакция при предыдущей вакцинации. К временным противопоказаниям, при которых необходимо перенести срок вакцинации до периода полного здоровья, относятся респираторные заболевания, обострение соматических болезней, аллергий.

После вакцинации возможны реакции, которые не являются осложнением и проходят за 1 – 2 дня:
болезненность, покраснение или отек в месте инъекции, головная боль, незначительная боль в мышцах, незначительная усталость.

Подготовка к вакцинации от гриппа

Врач акушер-гинеколог, ведущий беременность, информирует беременную о необходимости проведения вакцинации и при отсутствии противопоказаний, указанных в заключение врача-терапевта направляет беременную в прививочный кабинет. Вакцинацию проводят на фоне полного здоровья и не ранее, чем через 2 недели после перенесенного вирусного или бактериального заболевания. Недомогание в день вакцинации – повод для переноса даты вакцинации. Данные о вакцинации вносятся в обменную карту беременной.

Выбор вакцины для беременных

Все вакцины, предлагаемые для выработки иммунитета от наиболее распространенных штаммов гриппа, являются инактивированными, то есть живой вирус в организм не поступает, что исключает как негативное воздействие инфекционного агента на будущую мать, так и тератогенное воздействие на плод.

Как уберечься от гриппа во время эпидемии?

- Перед тем как выйти из дома смажьте носовые ходы любым кремом или гигиеническим маслом – это препятствует проникновению вируса через слизистую носа. Маска может стать дополнительной защитой в общественных местах.
- Не прикасайтесь грязными руками к носу, глазам, рту грязными руками. Придя из общественных мест тщательно мойте руки, по возможности промойте носовые ходы соляным раствором (1 ч. ложка соли на 1 стакан воды или обычной водой).
- Чаще проветривайте помещения дома и на работе, что позволит снизить концентрацию вирусов в воздухе. Ежедневная влажная уборка позволяет удалить вирусы, которые осели вместе с пылью на мебель, столы, пол.
- Ограничьте посещения зрелищных мероприятий и большого скопления людей. Если у Вас есть возможность избегать общественного транспорта, то лучше пройти пару автобусных остановок пешком.
- В период заболеваемости ОРВИ избегайте посещения гостей и не проводите приёмы гостей у себя дома.
- Более тщательно относитесь к пищевому рациону, Питание должно быть рациональным и сбалансированным.

Помните, что наиболее эффективным является вакцинация от гриппа не только самой беременной, но и ее окружения, особенно, если в семье есть дети, которые наиболее часто могут являться источником заражения.