

## Chřipka zabíjí

*MF Dnes – Praha, 8. 2. 2019*

### Epidemie agresivního viru

Virus chřipky je nebezpečný, protože často mutuje, a tím pádem nás protilátky vytvořené po prodělané nemoci v minulosti neumějí spolehlivě ochránit. Tento virus pochází z ptačí říše a do lidské populace proniknou jen některé typy.

Podle Rastislava Maďara z Lékařské fakulty Ostravské univerzity je virus chřipky schopný navázat se přímo na receptory v dolních dýchacích cestách a způsobit tak závažnou infekci.

„Velká část původců jiných respiračních infekcí vstupuje jen přes horní cesty dýchací, což je méně nebezpečné. Navíc se stává, že chřipková infekce oslabí obranyschopnost dýchacích cest natolik, že následná superinfekce bakteriemi, například pneumokoky, má otevřenou cestu a bez velkého odporu imunity vyvolá život ohrožující stav,“ vysvětluje epidemiolog.

Dalším faktorem zvyšujícím riziko je podle něj vysoká infekčnost chřipky. K vyvolání nákazy stačí i dvě až tři virové částice a také jednoduchý přenos kapénkovou infekcí.

Není to žádná banální nemoc

Ročně zemře na komplikace spojené s chřipkou kolem dvou tisíc lidí, většinou nad 65 let. Proto se očkování nejvíc vyplatí právě seniorům, kteří mají třeba cukrovku nebo jinou chronickou nemoc, která se ležením rozjede. Nejčastější sekundární komplikací chřipky je zápal plic. Ale chřipkové viry mohou vyvolat i akutní zápal plic jako bakteriální komplikaci. V takovém případě už je zapotřebí nasadit antibiotika.

Epidemiologové se shodují, že lidé chřipku těžce podceňují. Očkovat se proti ní nechá jen 5 až 7 procent populace, což je výrazně pod evropským průměrem. U starších lidí sice očkování funguje méně a onemocnění vždy nezabrání, ale studie prokázaly, že mírní průběh nemoci. A hlavně snižuje počet úmrtí.

### Mýty o chřipce a očkování

1. Je nakažlivá, jen když má infikovaný příznaky.

I když přenos je nejpravděpodobnější od člověka, který má příznaky, infekci mohou šířit i lidé, kteří žádné potíže nemají. Virus lze zaznamenat v horních cestách několik dní před rozvojem příznaků.

2. Šíří se i podáním ruky.

Pouhým dotykem se nic nestane. Nakazit se ale můžete, pokud sáhnete na předmět, na kterém ulpěly chřipkové viry, a pak si sáhnete na ústa nebo nos.

3. Když budu dodržovat zdravý životní styl, otužovat se a sportovat, neonemocním.

Při kontaktu s vysokou dávkou virů infekci nelze zabránit ani při dobře fungujícím imunitním systému.

4. Pořádná zima bacily zahubí.

Naopak. V zimě se viry šíří rychleji a v silných mrazech dokážou přežít. Navíc v zimě hrozí prochladnutí organismu.

5. Pokud nemám teplotu, ležet doma nemusím.

Horečka není vždy kritériem. Jsou lidé, kteří na ni netrpí, zejména u seniorů bývá horečka nižší.

6. Vakcína může způsobit chřipku a oslabuje imunitu.

Současné protichřipkové vakcíny vyrobené moderní technologií obsahují jenom části chřipkových virů v takové formě, která není schopna vyvolat infekci. Nejvýše se jedná se o mírné a přechodné nežádoucí účinky (mírná třesavka, únava, bolesti svalů, vzácně horečka), které spontánně odezní během pár dnů.

7. Jedno očkování stačí navždy.

Chřipkový vir se každou sezonu mění. Složení vakcíny se každý rok mění na základě doporučení Světové zdravotnické organizace tak, aby co nejvíce odpovídalo virům chřipky, které kolují v populaci.

8. Očkování zabírá na každého stejně.

Účinnost očkování se liší podle věkových kategorií. Zatímco účinnost u dospělých se uvádí ve studiích různě, nejvýše až 86 procent, u seniorů nad 65 let bývá již účinnost nižší. Souvisí to se sníženou schopností imunitního systému.

9. Horký vývar či alkohol léčí.

Nic z toho není účinné proti chřipkovým virům, může pouze zmírnit příznaky. Někomu funguje také zázvorový čaj, česnek, hlíva ústřičná, šípkový čaj.

10. Alkohol zabije viry a bakterie na povrchu sliznice.

Alkohol naopak oslabuje obranyschopnost zasažené sliznice, takže se na ní virům daří mnohem lépe přežít. (kar)

Šíření viru Kvůli chřipce už některé nemocnice zakázaly návštěvy. Foto: Shutterstock U starších lidí sice očkování funguje méně a onemocnění vždy nezabrání, ale studie prokázaly, že mírní průběh nemoci.

Nejpostiženější kraje Kde se marodí nejvíce (počet nemocných na 100 tisíc obyvatel) 1. Plzeňský 2 111 2. Liberecký 1 986 3. Jihomoravský 1 918 4. Moravskoslezský 1 899 5. Středočeský 1 779 6. Zlínský 1 710 Ostatní kraje mají pod 1 700 nemocných na 100 tisíc obyvatel. Hranice pro epidemii je 1 500 nakažených. Pramen: SZÚ

Zdroj: <https://media.monitora.cz/pdf-preview/2576/58693268-988e39c14df10fe9d3aa/>

