

Proč chytne chřipku, když se očkujete?

V roce 2017 bylo v České republice hospitalizováno 1760 osob jen kvůli chřipce. Průměrná délka hospitalizace byla 6,3 dny a 66 hospitalizovaných na následky chřipky zemřelo. Celkem je u nás téměř čtyři miliony chronicky nemocných osob ve věku 3-64 let a osob starších 65 let, které jsou v riziku nákazy virem chřipky. Proočkovanost této rizikové skupiny je pouhých 16 %, zatímco v jiných vyspělých státech EU je míra proočkovanosti u seniorů až 75 %. Proč tomu tak je, když ochrana před tak diskutovaným virem existuje?

S „rýmičkou“ nemusíte ihned k lékaři. Důležité je dodržet klidový režim v izolaci co nejdříve od propuknutí nepříjemných symptomů. „Pokud se ani po dvou – třech dnech váš stav nezlepší, ba naopak se zhorší, teploty půjdou nahoru přes 38 °C a neuleví se vám ani např. po léku na snížení teploty, případně poté co začnete vykašlávat nazelenalé hleny, je čas navštívit lékaře,“ říká praktická lékařka MUDr. Vlasta Plachá z Polikliniky na Národní a dodává: „Ten rozhodne, zda je váš stav již natolik závažný, že bude třeba nasadit antibiotika. Ta jsou indikována i v případě komplikací chřipky, jako je zápal plic nebo průdušek. Proto apeluji na nutnost očkování proti chřipce v podzimních měsících.“

Pozor na milování

Nákaza chřipkou je možná nejen vzduchem, ale také všemi předměty, kterých se nemocní lidé dotkli. Velmi rizikové jsou peníze. „Chřipkový virus je totiž odolný i několik dní,“ varuje praktická lékařka a radí: „Nákazu může způsobit běžný přátelský polibek i milování, takže radím tyto radovánky po dobu nemoci raději odložit.“ Ochranu před nemocnými v MHD či čekárně zajistí třeba obyčejná šála, kterou si budete chránit obličej. Podle lékařky můžete použít také roušku, kterou seženete běžně v lékárně. Je to sice účinná ochrana, ale ne stoprocentní. V žádném případě se rouška nedá používat opakovaně.

Obecně známá pravidla jsou stranit se kin, divadel i MHD. Děti, pokud možno, nedávat do školky, ale požádat o spolupráci babičku. Důležité je také pamatovat na zvýšenou hygienu – ihned po vystoupení z MHD použít antibakteriální gel nebo ubrousky, po návratu domů či do kanceláře si důkladně umýt ruce, často dezinfikovat věci, kterých se dotýkáte (klávesnice, myš, kliky u dveří apod.) a nejíst ani nepít v uzavřených prostorách, kde se pohybují nemocní. To jsou obecná doporučení, která byste měli zautomatizovat zejména v době zvýšené nemocnosti. Riziko nákazy chřipkou však můžete eliminovat pouze očkováním,“ upozorňuje MUDr. Plachá.

Zvolte vhodnou vakcínu

Každý rok se vyrábí vakcína šitá na tělo aktuálně zmutovaným virům chřipky. V našich končinách se vyskytují čtyři kmeny chřipky. Kromě kmenů A – Michigan a Singapore to jsou i kmeny B – Colorado a Phuket. „Některé očkovací vakcíny proti chřipce však chrání pouze proti kmenům A, a to i přesto, že u nás převažují kmeny B, jiné vakcíny chrání proti kmenům A a jednomu kmenu B (např. Vaxigrip, Influvac, Prefluca). Lidé, kteří se takovými vakcínami nechají naočkovat, mohou tedy chřipkou onemocnět. Doporučuji proto zajímat se o to, jakou vakcínu nabízí právě váš ošetřující lékař. Od loňského roku je totiž k dispozici vakcína, která vás chrání proti všem čtyřem kmenům chřipky (např. Vaxigrip Tetra),“ říká MUDr. Vlasta Plachá.

S očkováním neotálejte

Odborníci doporučují samotné očkování neodkládat. Chřipka je zodpovědná za rozsáhlé epidemie s rychlým šířením napříč populací, s těžším průběhem a možností dlouhodobějších následků či vážných komplikací a dokonce úmrtí. „Namísto antibiotik bychom si měli „naordinovat“ očkování, které je spolu se zdravým životním stylem tím nejlepším způsobem ochrany proti chřipce. Plná ochrana proti

chřipce se vyvine až za 2-3 týdny, je tedy nutné počítat s jakousi časovou prodlevou. První případy chřipky se mohou vyskytnout již počátkem října, proto nejlepší dobou pro očkování je říjen až listopad. Není pozdě ani v prosinci, ale čím dříve, tím lépe. „V pozdních podzimních měsících již bývají čekárny přeplněny nemocnými pacienty, kde opět hrozí riziko nákazy, a to velmi rychle. Doporučuji proto vyhledat takové pracoviště, kde se můžete objednat na přesný čas, případně využít zdravotnické zařízení, kde nejsou žádné čekací doby. Důvod je jednoduchý – je velmi nutné, aby byl naočkován pouze zdravý jedinec. Ve chvíli, kdy organismus zachytí jakýkoliv vir, byť i nechřipkový, je očkování kontraindikováno. V případě, že se člověk nachází jen v inkubační době chřipky, může samotné očkování ještě zhoršit průběh chřipky,“ radí lékařka z Polikliniky na Národní.

Kolik stojí léčba?

Jen VZP zaplatila v roce 2014 za léčbu pacientů s chřipkou více než 33 milionů korun. Celkově chřipka vysaje ze státní kasy ročně téměř miliardu korun. Podle praktické lékařky je však otázkou, do jaké míry jsou tato čísla vypovídající. Nemoc totiž není často přesně diagnostikována a pacient odchází domů s tím, že je prostě nachlazen. V nejhorším případě má pak ještě v kapse recept na zbytečná antibiotika.