**Szczepienia najlepszym sposobem uniknięcia grypy.**

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Bartoszycach zachęca do zaszczepienia się przeciwko grypie!

W ramach Ogólnopolskiego Programu Zwalczania Grypy co roku 1 października obchodzony jest Ogólnopolski Dzień Profilaktyki Grypy, aby zmobilizować społeczeństwo do walki z grypą. To jedyne takie przedsięwzięcie na skalę ogólnopolską, mające na celu popularyzację korzyści związanych ze szczepieniami ochronnymi przeciw grypie wśród dzieci, osób starszych oraz przewlekle chorych. Jak wskazują eksperci zapobieganie grypie chroni przed jej poważnymi powikłaniami.

Grypa to ostre zakażenie górnych dróg oddechowych, wy­woływane przez wirusy grypy. Przyczyną corocznych, sezo­nowych wzrostów zachorowań na grypę w okresie jesienno -zimowym są wirusy grypy typu A i B. Zachorowania mogą przybierać postać sezonową, epidemiczną lub pandemicz­ną. Grypa powoduje zachorowania w każdej grupie wieko­wej.

Według najnowszych statystyk w sezonie 2018/2019 z powodu grypy i jej powikłań zmarło w Polsce 150 osób – to najwięcej zgonów od 5 lat. Jednocześnie spadła liczba zachorowań na grypę. Wyższa śmiertelność wynika przede wszystkim z faktu, że za większość przypadków zachorowań odpowiada wirus A/H1N1, który niesie za sobą ryzyko bardzo groźnych powikłań. Tylko we wrześniu (do 15.09.2019r.) odnotowano 83 769 zachorowań,   
a hospitalizacji wymagało 172 osoby. Według danych NIZP-PZH w sezonie jesienno-zimowym (1.09.2018-31.08.2019) na grypę i choroby grypopodobne zachorowało aż 4 632 114 osób, co oznacza 12% mniej zachorowań niż w analogicznym sezonie roku poprzedniego.   
O ciężkim przebiegu grypy w tym sezonie świadczy fakt, iż mimo zmniejszonej o 3% liczbie hospitalizacji (17 542) w porównaniu do ubiegłego sezonu, odnotowano wyższą liczbę zgonów z powodu grypy i jej powikłań – 150, to ponad 100 osób więcej niż w sezonie 2017/2018.

W przeciwieństwie do poprzedniego sezonu, w którym dominował wirus B, obecnie za 77,5% przypadków zachorowań odpowiada wirus A/H1N1, za 4,3% wirus A/H3N2 (17,1% wirus A nieoznaczony), a tylko za 1,1% wirus B. Zmienność typów wirusa grypy to jedna z jego najważniejszych cech. Ciężki przebieg choroby wywołany A/H1N1 i związane z tym powikłania doprowadziły do wzrostu śmiertelności z powodu grypy w Polsce.

Coroczne szczepienie przeciw grypie jest doskonałym sposobem, aby uchronić się przed niebezpiecznymi powikłaniami grypy. Należy pamiętać, że szczepiąc się, chronimy nie tylko siebie, ale również swoich bliskich. Jest to szczególnie istotne, jeśli w naszym otoczeniu znajdują się osoby z grup wysokiego ryzyka (z obniżoną odpornością). Lepiej zapobiegać niż leczyć, dlatego zachęcamy wszystkich mieszkańców powiatu bartoszyckiego, szczególnie chorych przewlekle, seniorów, kobiety w ciąży oraz osoby mający często bezpośredni kontakt z innymi ludźmi np. w miejscu pracy, by zadbali o swoje zdrowie. Warto zaszczepić się jak najszybciej, ponieważ przygotowujemy się w ten sposób do szczytu zachorowań na grypę,   
a okres od września do listopada to najlepszy czas na walkę z grypą.

Pamiętajmy na szczepienie nigdy nie jest za późno!

Źródło: [www.opzg.pl](http://www.opzg.pl), [www.pzh.gov.pl](http://www.pzh.gov.pl)

Magdalena Dmitruk

mł. asystent PZiOZ

PSSE Bartoszyce

Materiały do pobrania:

Nie lekceważ GRYPY. Chroń siebie i innych.

Szczepienie to najskuteczniejsza metoda zapobiegania powikłaniom pogrypowym

Poradnik „Grypoodporni radzą”

Biuletyn „Obalamy Mity Grypowe”

Stop Grypa. Szczepisz czy ryzykujesz?

Raport grypowy