

# Mit kell tudni a világméretű influenzajárványról (flu pandemic).

## ***A világméretű influenzajárvány (flu)***

könnyen és nagyon gyorsan terjed a világ számos országában és körzeteiben.

Az utóbbi időben a világméretű influenzajárványról szóló hírek uralják a tömegtájékoztatási eszközöket. A XX. század során az emberiség három világméretű influenzajárványon esett át. Ezek közül a legsúlyosabb az 1918-ban és 1919-ben lejátszódott „Spanyol influenza” volt, amely több mint 20 millió ember halálát okozta.

A közegészségügyi szakemberek tájékoztatása szerint bármikor bekövetkezhet egy újabb világméretű influenzajárvány. Arra is figyelmeztetnek, hogy megfelelő előkészületekkel csökkenthető a fertőzést elkapó emberek száma, illetve azoknak a száma, akik ennek következtében életüket veszítik.

És, mivel a világméretű járványos influenza ugyanolyan módon terjed mint az időszakos jellegű influenza, – a tüsszentés és köhögés által a levegőbe kerülő cseppek, illetve a kézzel történő érintkezés útján – ezért egyszerű alapvető védekezéssel jelentős mértékben csökkenthető annak terjedése.

## **1. Mi az a világméretű járvány (pandemic)?**

A világméretű járványt terjedésének mértéke határozza meg. Ez akkor válik az egész világra kiterjedő járvánnyá, azaz világméretű járvánnyá, amikor a betegség könnyen és gyorsan terjed a világ számos országán és körzetén keresztül, és az érintett területeken a lakosság nagy százalékát megbetegíti.

## **2. Hogyan kezdődik egy világméretű influenzajárvány?**

Az influenzát okozó vírusok állandóan változnak. Egy világméretű járvány úgy kezdődik, hogy egy új influenzavírus változat jelenik meg, amely eltér az

általános influenzavírusoktól. Mivel az emberek nem rendelkeznek az új vírussal szembeni ellenálló képességgel, az gyorsan terjed, és több százezer embert is megfertőzhet. A világméretű influenzajárvány vírusváltozatok gyakran úgy alakulnak ki, hogy egy állati illetve madár vírus az emberi vírussal keveredve egy új vírust képez.

## **3. Mi az a fertőzési időszak?**

Az influenza már a tünetek jelentkezését megelőző 24-48 órán keresztül fertőző lehet, és ez a fertőző jelleg a tünetek jelentkezését követően öt napon keresztül fennállhat. Ez azt jelenti, hogy Ön már akkor terjesztheti a vírust, amikor még nem is tud arról, hogy saját maga is megfertőződött.

## **4. Mi a különbség a hagyományos influenza és a világméretű járványt okozó influenza között?**

A világméretű járványt okozó influenza az időszakos influenzához nagyon hasonló lehet. Mivel az emberek csak kismértékű ellenállással rendelkeznek vagy egyáltalán nem is rendelkeznek ellenállással a világméretű influenzajárványt okozó vírussal szemben, a betegség gyorsabban terjedhet, mint a hagyományos influenza esetében.

A tünetek ugyanazok, azaz: láz, fejfájás, általános testfájdalmak, fáradtság, orrdugulás, tüsszögés, torokfájás, és köhögés. Ezek azonban egy világméretű járványt okozó influenza esetében sokkal súlyosabbak lehetnek, és azokat az embereket – pl. fiatalabb egészséges felnőtteket - is sújtják, akiket egyébként nem szokott súlyosan érinteni az időszakos influenza. Az 1918-as és 1919-es világméretű járványban például az elhalálozási arány az egészséges felnőttek között volt a legmagasabb.

A hagyományos influenza és a világméretű járványt okozó influenza ugyanolyan módon terjed. Az influenzavírus akkor terjed, ha valaki köhög vagy tüsszent, a vírust tartalmazó cseppecskék egy másik személy orrával, szájával vagy szemével kerül érintkezésbe. A vírus úgy is terjedhet, ha az influenzás személyek kezükbe köhögnek vagy tüsszentenek, és ezután megfertőzik a kezükkel megérintett tárgyakat,

pl. egy ajtókilincset. Más személyek úgy fertőződhetnek meg, ha hozzáérnek ugyanahhoz a tárgyhoz, majd megérintik saját arcukat.

**Ontario lakosságának akár 35%-a is elkaphatja a világméretű járványt okozó influenzát.**

*A következőket kell tudni a világméretű influenzajárványról.*

Hagyományos influenza	Világméretű járványt okozó influenza
A hagyományos influenza minden évben lejátszódik.	A világméretű influenzajárvány évszázadonként mindössze kétszer vagy háromszor játszódik le.
A hagyományos influenza általában november és április között zajlik le – majd megszűnik.	A világméretű influenzajárvány általában több hónapos szüneteket követően két-három hullámban játszódik le. Mindegyik hullám kb. két-három hónapig tart.
Ontario lakosságának mintegy 10%-a kapja el évente a hagyományos influenzát.	Egy kitörés esetén Ontario lakosságának mintegy 35%-a elkaphatja a világméretű járványt okozó influenzát.
A hagyományos influenzát elkapók legtöbbször megbetegszik, de általában néhány héten belül meggyógyul.	A világméretű járványt elkapó embereknek kb. fele betegszik meg. A legtöbben meggyógyulnak, ez azonban hosszú időt vehet igénybe. És lesznek olyanok, akik pedig elhaláloznak.
A hagyományos influenza azokat az embereket érinti a legsúlyosabban, akiknek nem elég erős az immunrendszere: a nagyon fiatalokat, a nagyon öregeket, és a bizonyos krónikus betegségekben szenvedőket	Bármilyen korú személyek súlyosan megbetegedhetnek a világméretű járványt okozó influenza következtében, a vírustól függően.
Egy általános influenza szezon során az Ontarióiak közül akár 2000 személy is elhalálozhat az influenza által okozott szövődemények, pl. tüdőgyulladás (pneumonia). következtében.	Egy világméretű influenzajárvány esetén Ontarióban sokkal többen betegednének meg, és valószínűleg sokkal többen haláloznának el.
Az évenkénti influenza elleni oltások védelmet nyújtanak az emberek számára a hagyományos influenza ellen.	A világméretű járványt okozó influenza ellen nem létezik vakcina. Egy vakcina kifejlesztése a világméretű járvány kezdetétől számított négy-öt hónapot vesz igénybe.
A hagyományos influenza kezelésére léteznek gyógyszerek.	Ugyanezek a gyógyszerek segíthetnek a világméretű járványt okozó influenzában szenvedő személyeknek is, de előfordulhat, hogy nem lesz elegendő készlet, és nem jut belőle mindenkinek, és mindaddig nem lesz ismeretes azok hatékonysága, amíg a vírust nem sikerül azonosítani.

## 5. Érinteni fogja ez Ontariót?

Igen. A különböző országok közötti légiutazások miatt egy világméretű influenzajárvány valószínűleg a világ minden részére, így Ontarióra is ki fog terjedni.

Az Egészségügyi Világszövetség (World Health Organization) és a világ közegészségügyi szakemberei fokozott éberséggel figyelik egy világméretű influenzajárvány kitörésének első jeleit, hogy annak terjedése lelassításához megtegyék a szükséges lépéseket.

## 6. Mi történik, ha egy világméretű influenzajárvány sújtja Ontariót?

Ha egy világméretű influenzajárvány eljut Ontarióra, az valószínűleg gyorsan fog terjedni. Sokan megbetegszenek majd, és egészségügyi szolgálataink nagy igénybevételnek lesznek kitéve.

A világméretű influenzajárvány kiterjedésétől függően mindennapi életvitelünk is érintve lesz. Előfordulhat pl., hogy egyes vállalatok arra kényszerülnek, hogy leállítsák tevékenységeiket. A nagyvárosok önkormányzatai úgy dönthetnek, hogy csak alapvető szolgáltatásokat biztosítanak. A közegészségügyi hatóságok betilthatnak bizonyos tömeges összejöveteleket, pl. koncerteket illetve sporteseményeket, ahol az influenzavírus könnyen terjedhet. Bezárhatják az iskolákat.

Mindaddig nem jósolható meg, hogy Ontariót milyen mértékben sújtaná a világméretű járvány, amíg ismertté nem válik, hogy milyen erős a vírus.

***A világméretű influenzajárványok egészséges fiatal felnőtteket támadhatnak meg, és azok elhalálózását okozhatják.***

## 7. Ki van a legnagyobb fokú kockázatnak kitéve?

Valamennyien ki vagyunk téve annak a kockázatnak, hogy elkapjuk a világméretű járványt okozó vírust. A világméretű járványt okozó influenza gyorsabban fog terjedni, mint a hagyományos influenza, mert Ontarióban nagyon kevesen lesznek ellenállók vele szemben. Bizonyos csoportba tartozó személyek - pl. a nagyon fiatalok és a nagyon öregek – számára magasabb fokú lehet annak kockázata, hogy súlyosan megbetegszenek vagy elhaláloznak.

Azonban mindenkinek óvatosnak és körültekintőnek kell lennie. Az 1918-as és 1919-es világméretű influenzajárvány főleg a 20-30 éves egészséges fiatal felnőttek megfertőzését illetve elhalálózását okozta.

Mindaddig nem tudhatjuk biztosan, hogy kiknek a számára a legmagasabb a kockázat mértéke, amíg a vírusról többet meg nem tudunk.

## 8. Mennyien fognak megbetegedni? Milyen ápolásra fognak szorulni?

- A becslések szerint a világméretű influenzajárványt elkapó 35%-ból mintegy az emberek felének kell majd orvoshoz illetve ápoló személyzethez fordulnia. Az emberek másik felének információra és tanácsadásra lesz szüksége saját maguk otthoni ápolásához.
- A tünetek súlyosságától függően egyeseknek kórházi ápolásra lesz szükségük.

## 9. Mikor fog rendelkezésre állni a világméretű járványt okozó influenza elleni kezelés?

Léteznek ún. víruselleni szerek (antivirals), amelyekkel az influenza kezelhető, de ahhoz, hogy ezek hatékonyak legyenek, az érintett személyeknek megbetegedésük kezdetét követően nagyon korán – bizonyos esetekben még a tünetek jelentkezése előtt – el kell kezdeniük a szerek szedését.

Ontario jelenleg rendelkezik a tartomány számára szolgáló víruselleni gyógyszerkészlettel.

Egy világméretű influenzajárvány esetén csak akkor fogjuk megtudni, hogy Ontario víruselleni gyógyszerkészlete működik-e, amikor többet tudunk az adott változatról. Azoknak az embereknek a száma, akiket kezelni tudunk, az akkori gyógyszerkészletünktől függ majd.

## 10. Mikor fog rendelkezésre állni a vakcina a világméretű járványt okozó influenza ellen?

Miután a tudósok elemezték a világméretű járványt okozó influenza vírusát, elkezdődhet az Ontario lakóinak kezelését szolgáló vakcina előállítását.

Minél gyorsabban ismerjük meg az influenzavírus adott változatát, annál rövidebb időn belül lehet előállítani az influenza terjedésének lelassítását szolgáló vakcinát. Nem szabad elfelejteni, hogy ez időt vesz igénybe, de a legjobb védekezés egyébként is az, ha felkészülünk egy világméretű járványra.

**A jó kézhigiénia a legjobb módszer valamennyi influenzavírus terjedésének megakadályozására.**

## 11. Hogyan védekezhettek és védhetem meg családomat egy világméretű influenzajárvány ellen?

Ha egy világméretű influenzajárvány éri el Ontariót, ugyanazon a módon csökkentheti a kockázat mértékét, mint amit saját maga és családja hagyományos influenza elleni megvédése érdekében tesz:

- Kérjen minden évben influenza elleni védőoltást – az influenza elleni védőoltás nem nyújt védelmet a világméretű járványt okozó influenzavírus ellen, de megvédi Önt a hagyományos influenza elkapásától, ami legyengíthetné immunrendszerét illetve a világméretű járványt okozó influenzával szembeni ellenállását.
- Gyakran és alaposan mosson kezet szappannal - a jó kézhigiénia a legjobb módszer valamennyi influenzavírus terjedésének megakadályozására.
- A munkahelyén, otthon, illetve a gépkocsiban tartson alkohol alapú kézfertőtlenítőt (zselét vagy törlőkendőt).
- Köhögés vagy tüsszentés közben papír zsebkendővel takarja el a száját és orrát.
- Ha megbetegedett, maradjon otthon.
- Kerülje a tömegeket, ahol a vírusok könnyen terjedhetnek.
- Csökkentse a nem feltétlenül szükséges utazásokat.
- Tartsa be a közegészségügyi hatóságok által adott utasításokat.

## 12. Mit tesz az egészségügyi rendszer azért, hogy megvédjen minket egy világméretű járványtól?

Az Egészségügyi miniszter (Chief Medical Officer of Health) és az Egészségügyi és ápolási minisztérium (Ministry of Health and Long-Term Care) a helyi közegészségügyi egységekkel, elsődleges kórházi szervekkel, kórházakkal, hosszú távú ápolást biztosító intézményekkel valamint házi ápolókkal – melyek mind az egészségügyi ellátási rendszer részét képezik – működnek együtt egy világméretű influenzajárvány

elleni felkészülés érdekében. Az a célunk, hogy lecsökkentsük a világméretű influenzajárvány terjedését, és biztosítsuk az Ontario lakossága számára szükséges egészségügyi ellátást.

### A következőket végezzük jelenleg:

- *figyelemmel kísérjük* az influenzát Ontarióban és a világ többi részén
- *készleteket hozunk létre* a víruselleni gyógyszerekből és eszközökből
- *létrehozuk* az elosztó rendszereket, hogy a szükséges helyre gyorsan el tudjuk juttatni a gyógyszereket és védőfelszereléseket
- *vészhelyzeti terveket dolgozunk ki*, hogy maximális számú egészségügyi ellátó személyzet és létesítmény álljon rendelkezésre az ápoláshoz
- *tájékoztatást dolgozunk ki* a lakosság és az egészségügyi szolgáltatást nyújtók számára
- *gondoskodunk arról*, hogy egy vakcina kifejlesztését követően azt rövid idő alatt nagy mennyiségben rendelkezésre tudjuk bocsátani.

Célirányos, gyors és pontos kommunikációs rendszereket hoztunk létre, hogy Ontario lakossága számára naprakész információkat nyújtsunk arról, hogy miként védjék illetve ápolják önmagukat és családtagjaikat.

Amennyiben a világméretű járványokkal vagy Ontario világméretű járvány elleni terveivel kapcsolatban további információkat szeretne beszerezni, látogasson el a [www.health.gov.on.ca](http://www.health.gov.on.ca) webhelyre.