

Шта би требало да знате о пандемији грипа (flu pandemic).

Пандемија инфлуенце (грипа) се лако и убрзано шири у многим земљама и областима у свету.

Прича о пандемији грипа је од недавно окупи-рала медије. Током 20-ог века, свет се суочио са три пандемије грипа. Најсмртноснија, позната као шпанска грозница 1918. и 1919. године, усмртила је 20 милиона људи.

Здравствени стручњаци нам говоре да у сваком тренутку постоји могућност да дође до још једне пандемије грипа. Они нам такође говоре да ако се припремимо моћи ћемо да смањимо број људи који се зарази и број људи који умре.

И с обзиром да се пандемија грипа шири на исти начин као и сезонски грип - путем капљица које заражене особе избацују кијањем и кашљем и преко контаката рукама, основне превентивне мере би могле значајно да умање ширење грипа.

1. Шта је пандемија (pandemic)?

Пандемија се одликује својим обимом дејства. До светске епидемије, или пандемије, долази када се болест шири лако и брзо у многим земљама и областима у свету и када делује на велики проценат становништва у тим областима.

2. Како почиње пандемија грипа ?

Вируси који изазивају грип се стално мењају. Пандемија почиње када се појави нови тип вируса грипа који је различит од уобичајених типова вируса грипа. Пошто људи нису имуни на овај нови вирус, он може да се шири брзо и да зарази стотине и хиљаде људи. Пандемијски

типови вируса грипа се обично развијају када се животињски или птичји вирус помеша са људским вирусом и тако настане нови вирус.

3. Колико је дуг период инфективности?

Грип може бити заразан 24 до 48 сати пре него што се појаве симптоми као и пет дана након појаве симптома. То значи да Ви можете да ширите вирус а да не знате да сте и сами заражени.

4. У чему је разлика између обичног грипа и пандемијског грипа?

Пандемијски грип може личити на сезонски грип. Пошто људи или имају мало или немају ни мало имунитета на вирус пандемијског грипа, ширење овог обољења може бити брже него што је то случај са обичним gripом.

Симптоми су потпуно исти: повишена телесна температура, главобоља, болови у мишићима, замор, запушен нос, кијавица, бол у грлу и кашаљ. Међутим, симптоми код пандемијског грипа могу бити много озбиљнији и појавити се и код оних особа које обично не оболевају од сезонског грипа - као што су млађи и здрави људи. На пример, током пандемије 1918. и 1919. године, смртност је била највећа међу здравим пунолетним особама.

И обични и пандемијски грип се преносе на исти начин. Вирус грипа се преноси када се заражена особа закашље или кине, и капљице у којима се налази вирус дођу у додир са носем, устима или очима друге особе. Он се такође може пренети када се грипозне особе закашљу или кину у руке

и контаминирају ствари које додирну рукама, на пример кваку на вратима. Друге особе се могу заразити ако рукама додирну исту ствар и потом дирају своје лице.

Може се догодити да и **до 35%** становника Онтарија добије **пандемијски грип**.

Ево шта треба да знате о пандемији грипа.

Обичан грип	Пандемијски грип
Обичан грип се појављује сваке године.	Пандемијски грип се појављује само два или три пута у сто година.
Обичан грип се обично појављује од новембра до априла - и онда стаје.	Пандемијски грип се обично појављује у два или три таласа у размаку од неколико месеци. Сваки талас отприлике траје два до три месеца.
Око 10% становника Онтарија сваке године добије обичан грип.	Може се догодити да око 35% становника Онтарија добије пандемијски грип у току једног избијања заразе.
Већина људи која добије обичан грип ће се разболети али ће се углавном опоравити у току неколико недеља.	Око половине становника који добију пандемијски грип ће се разболети. Већина ће се опоравити, али то може дуго да траје. А неки људи ће умрети.
Обичан грип је најгори за особе које немају јак имуни систем: врло млади, веома стари, и особе са појединим хроничним обољењима.	Особе свих узраста се могу озбиљно разболети од пандемијског грипа, у зависности од типа вируса.
У нормалној сезони грипа, до 2.000 становника Онтарија умре од компликација услед грипа као што је упала плућа (pneumonia).	Током пандемије грипа, у Онтарију би било много више заражених људи и могуће је да би било много више смртних случајева.
Постоје вакцине против грипа које се дају једном годишње и које штите људе од обичног грипа.	Не постоји никаква вакцина против пандемијског грипа. Биће потребно четири до пет месеци након почетка пандемије док се не произведе вакцина.
Постоје лекови које људи могу да узимају да би се лечили од обичног грипа.	Ови исти лекови могу да помогну особама зараженим пандемијским грипом али може се догодити да немамо довољну количину лекова за све, а и нећемо знати њихову ефикасност све док се не утврди који је вирус у питању.

5. Да ли ће Онтарио бити погођен?

Да. Због свог авионског саобраћаја који се одвија између земаља, вероватно је да ће се пандемија грипа проширити и у свим крајевим света укључујући и Онтарио.

Светска Здравствена Организација (World Health Organization) и званични здравствени стручњаци у целом свету помно прате прве знаке појаве пандемије грипа како би могли да предузму кораке и успоре њено даље ширење.

6. Шта ће се догодити ако пандемија грипа погоди Онтарио?

Једном када вирус пандемичног грипа стигне у Онтарио, веома је вероватно да ће се брзо проширити. Многи људи ће се разболети, и доћи ће до великог притиска на наше здравствене службе.

У зависности од тога колико се пандемија грипа рашири, може се догодити да се промени наш свакодневни живот. На пример, може се догодити да компаније морају да затворе делове својих операција. Градови ће можда одлучити да пружају само неопходне услуге. Званични здравствени радници ће можда отказати јавне скупове као што су концерти и разна спортска догађања на којима вирус грипа може врло лако да се шири. Може се догодити да затворе и школе.

Ми сада не можемо да тачно предвидимо на који ће начин Онтарио бити погођен све док не будемо знали колико је овај вирус јак.

Пандемија грипа може да нападне и усмрти здраве и младе људе.

7. Ко је у највећем ризику ?

Ми смо сви у ризику од добијања вируса пандемичног грипа.

Пандемични грип ће се ширити много брже него обичан грип зато ће што веома мали број становника Онтарија бити имун. Поједине групе људи - као што су веома млади или веома стари - ће можда бити у већем ризику од других да се озбиљно разболе или умру.

Али сви морају да буду опрезни и пажљиви. Пандемија грипа 1918. и 1919. године је заразила и усмртила углавном здраве младе људе у својим 20-тим и 30-тим годинама.

Ми нећемо са сигурношћу знати ко је у највећем ризику све док не будемо знали више о самом вирусу.

8. Колико ће се људи разболети? Каква ће им нега бити потребна?

- Од процењених 35% људи који ће да добију пандемијски грип, отприлике половини ће

бити потребно да посете породичног лекара или професионалну медицинску сестру. Другој половини ће бити потребне информације и савети који ће им помоћи да се брину сами о себи код куће.

- У зависности од озбиљности симптома, неким ће бити потребна болничка нега.

9. Када ће се појавити лек за пандемијски грип?

Постоје лекови познати као антивирусни лекови (antivirals) који могу да лече од грипа, али да би они били ефикасни, људи морају да почну да их узимају чим почну да се осећају болесним - у неким случајевима и пре него што се симптоми покажу.

У овом тренутку Онтарио има залихе антивирусних лекова за ову провинцију.

У случају пандемије грипа, сазнаћемо да ли ова онтаријска залиха антивирусних лекова има ефекта тек када будемо више знали о специфичном типу вируса.

Број људи који ћемо моћи да лечимо ће зависити од наших залиха лекова у датом тренутку.

10. Када ћемо имати вакцину против пандемијског грипа ?

Када научници буду анализирали вирус пандемичног грипа, ми ћемо моћи да почнемо са производњом вакцине која ће лечити становнике Онтарија.

Што брже будемо учили о специфичном типу вируса грипа, то ћемо брже моћи да произведемо вакцину која ће помоћи да се спречи даље ширење грипа.

Важно је не заборавити да је за то потребно време и да је наша најбоља одбрана да на првом месту будемо спремни за пандемију.

Добра хигијена руку је најбољи начин да се спречи ширење свих вируса грипа.

11. Како ја могу да заштитим себе и своју породицу од пандемије грипа?

У случају да се пандемија грипа прошири на Онтарио, Ви ћете моћи да умањите ризик ако будете радили исто шта радите да заштите себе и своју породицу од обичног грипа:

- Сваке године примите вакцину против грипа - вакцина против грипа Вас неће заштитити од вируса пандемичног грипа али ће Вас заштитити од обичног грипа који би иначе могао да Вам ослаби имуни систем или отпорност на пандемични грип.
- Добро и често перите руке сапуном - добра хигијена руку је најбољи начин да се спречи ширење свих вируса грипа.
- На послу, код куће и у колима, имајте при руци средство за дезинфекцију на бази алкохола (гел или марамице).
- Када кијате или кашљете, марамицом покријте уста и нос.
- Останите код куће када сте болесни.
- Избегавајте велике групе људи јер се ту вируси лако шире.
- Смањите сва небитна путовања.
- Пратите све инструкције које дају званични здравствени службеници.

12. Шта чини здравствени систем да нас заштити од пандемије ?

Шеф здравствене службе (Chief Medical Officer of Health) и Министарство Здравља и Дугорочне Заштите (Ministry of Health and Long-Term Care) сарађују са локалним здравственим службама, службама које пружају основну негу, болницама, установама које пружају дугорочну негу, службама које пружају услуге кућне неге - са свим деловима здравственог система - како би се припремили за пандемију грипа. Наш циљ је да ограничимо ширење пандемичног грипа и да пружимо здравствене услуге које ће бити потребне становницима Онтарија.

Ми:

- *пратимо* грип у Онтарију и у осталим деловима света
- *стварамо* залихе антивирусних лекова и опреме
- *постављамо* систем дистрибуције како бисмо брзо могли да пренесемо лекове и заштитну опрему на места где су потребни
- *правимо интервентне планове* како бисмо могли да максимизирамо број особа које пружају здравствену негу као и број објеката за пружање неге
- *припремамо информације* за јавност и за службе које пружају здравствену негу
- *се трудимо* да можемо брзо да обезбедимо велики број вакцина чим вакцина буде направљена.

Ми смо организовали комуникационе системе који су фокусирани, благовремени и прецизни тако да можемо редовно да пружамо најновије информације становницима Онтарија и да их обавештавамо како да заштите и негују себе и своје породице.

Уколико желите више информација о пандемијама или о онтаријским плановима за пандемију, отидите на www.health.gov.on.ca.