

# Що ви маєте знати про пандемію грипу (flu pandemic).

**Пандемія грипу** поширюється з легкістю та швидкістю у багатьох країнах і регіонах світу.

Засоби масової інформації почали освітлювати останнім часом тему пандемії грипу. Протягом 20-ого століття, світ бачив три пандемії грипу. Найсмертельніший із них, "іспанський грип" 1918 і 1919 років наніс 20 мільйонів смертей.

Спеціалісти з питань громадського здоров'я повідомляють, що наступна пандемія грипу може прийти будь-коли. Вони також повідомляють, що коли ми підготуємося, ми зможемо зменшити кількість хворих і смертельних випадків.

Оскільки пандемія грипу поширюється так само, як і сезонний грип - через крапельки, які містяться у чиханні і кашлі, через ручний контакт, звичайні попереджувальні засоби можуть значно зменшити його розповсюдження.

## 1. Що таке пандемія (pandemic)?

Пандемія відзначається своїм масштабом. Вона стає світовою епідемією, або пандемією, коли хвороба поширюється із легкістю і швидкістю у багатьох країнах і регіонах світу, та уражає велику частку населення там, де вона поширилась.

## 2. Як розпочинається пандемія грипу?

Віруси, які викликають захворювання грипом, постійно змінюються. Пандемія починається тоді, коли виникає новий рід вірусу грипу, який відрізняється від звичайних видів грипу. Оскільки людина не має імунитету від нового вірусу, він може легко поширюватися та уражити тисячі людей. Рід пандемічного грипу виникає часто, коли тваринний або пташиний вірус змішується із людським вірусом і створює новий вірус.

## 3. Що таке інфекційний період?

Грип може бути інфекційним за 24 - 48 годин до з'явлення симптомів та на протязі п'яти днів після початку симптомів.

## 4. Яка різниця між звичайним грипом і пандемією грипу?

Пандемія грипу може прийти так само, як і сезонний грип. Оскільки імунітет від вірусу у людини незначний, або його немає, розповсюдження хвороби може відбутися швидше, ніж у випадку звичайного грипу.

Симптоми однакові: висока температура, головна біль, болі, втома, закладений ніс, чихання, біль у горлі та кашель. Проте вони можуть бути набагато гіршими при пандемії грипу і уражають людей, які звичайно не страждають від сезонного грипу - молодших, здорових дорослих людей. Наприклад, під час пандемії 1918 і 1919 років, рівень смертності був найвищий поміж здорових дорослих людей.

Як пандемічний так і звичайний грип поширюються однаково. Вірус грипу передається, коли хворий на грип кашляє або чихає, і крапельки із вірусом потрапляють до носу, роту або очей іншої людини. Він також передається коли захворілі на вірус кашляють або чихають у свою руку і уражають предмети, яких вони доторкуються, наприклад ручку двері. Деякі люди можуть отримати інфекцію при доторкненні того ж предмету, а потім свого обличчя.

**До 35% жителів Онтаріо можуть підхопити пандемічний грип.**

Що ви маєте знати про пандемію грипу.

Звичайний грип	Пандемічний грип
Звичайний грип приходиться кожного року.	Пандемічний грип з'являється тільки один - три рази на століття.
Звичайний грип приходиться як правило з листопаду по квітень - і подім відходить.	Пандемічний грип приходиться як правило у два - три приходи через декілька місяців один від одного. Кожна хвиля тримається від двох до трьох місяців.
Біля 10% жителів Онтаріо підхоплюють грип кожного року.	Біля 35% жителів Онтаріо можуть захворіти на пандемічний грип протягом спалаху.
Більшість людей, які підхоплять звичайний грип захворіють, але як правило одужають через декілька тижнів.	Біля половини людей, які підхоплять пандемічний грип, захворіють. Більшість видужає, але на це може піти довгий час. І деякі можуть померти.
Звичайний грип уражає найбільш людей із пониженим імунітетом: дуже молодих, дуже старих, і людей із хронічними хворобами.	Люди будь-якого віку може серйозно захворіти пандемічним грипом, залежно від вірусу.
Протягом звичайного сезону грипу, біля 2 000 жителів Онтаріо помирають від ускладнень від грипу, таких як пневмонія (pneumonia).	Протягом пандемії грипу, в Онтаріо буде набагато більше уражених людей і можливо набагато більше смертельних випадків.
Існують щорічні уколи проти грипу, які захищають людей від звичайного грипу.	Вакцини від пандемічного грипу не існує. Для виготовлення вакцини потребується поміж чотирьох - п'яти місяців після спалаху.
Існують ліки, які вживаються з метою лікування звичайного грипу.	Ті ж самі ліки можуть допомогти людям із пандемічним грипом, але у нас може не бути достатнього запасу для всіх і ми не знаємо їхню ефективність, доки вірус не буде ідентифіковано.

## 5. Онтаріо буде ураженим?

Так. При всьому повітряному подорожуванні між країнами, пандемія грипу може поширитися по всім регіонам світу, включаючи Онтаріо.

Світова організація здоров'я (World Health Organization) та спеціалісти по громадському здоров'ю напротязі світу уважно спостерігають за першими ознаками пандемічного грипу з метою прийняття заходів по зменшенню його розповсюдження.

## 6. Що буде коли пандемія грипу прийде до Онтаріо?

Якщо пандемія вірусу грипу прийде до Онтаріо, він напевно пошириться із швидкістю. Багато людей захворіють, і система охорони здоров'я зазнає багато труднощів.

В залежності від обсягу пандемії грипу, наше повсякденне життя може бути підірване. Наприклад, компанії можливо будуть змушені прикрити деякі види діяльності. Муніципалітети можливо вирішать надавати лише необхідні послуги. Служби охорони громадського здоров'я можуть скасувати громадські збори, такі як концерти і спортивні події, де вірус грипу може легко передаватися. Вони можуть закрити школи.

Ми не можемо передбачити точний вплив на Онтаріо, доки ми не знатимемо рівень небезпеки вірусу.

**Пандемії грипу можуть уразити і призвести до смерті здорових молодих людей.**

## 7. Хто несе найбільший ризик?

Кожний з нас несе ризик зараження вірусом пандемічного грипу. Пандемічний грип поширюватиметься набагато швидше, ніж звичайний грип, оскільки дуже мало жителів Онтаріо матимуть імунітет. Деякі групи людей, такі як дуже молоді і престарілі, можуть нести більший ризик серйозного захворювання або смертельного випадку.

Проте кожен з нас має бути обачним і обізнаним. Пандемічний грип 1918 та 1919 років уразив і призвів до смерті в основному молодих людей 20-літнього та 30-літнього віку.

Ми точно не можемо знати, хто несе найбільший ризик, доки ми не матимемо більше інформації про вірус.

## 8. Скільки людей захворіють? Яка допомога їм буде необхідна?

- Поміж 35% , що передбачаються підхопити пандемічний вірус, приблизно половина матиме відвідати сімейного лікаря або медсестру. Інша половина потребуватиме інформацію та пораду для того, щоб виздоровіти вдома.
- Залежно від серйозності симптомів, деякі потребуватимуть госпіталізації з метою догляду.

## 9. Коли з'явитиметься засіб лікування від пандемічного грипу?

Існують ліки, які можуть вилікувати грип і які називаються противірусними (antivirals), проте для їх ефективності, їх необхідно приймати відразу ж при початку захворювання - іноді до початку симптомів.

На даний момент, в Онтаріо є резерв противірусних ліків для своєї провінції.

У випадку пандемії грипу, ми знатимемо рівень ефективності резерву противірусних ліків Онтаріо, коли ми матимемо більше інформації про певний рід вірусу. Кількість людей, яких ми зможемо лікувати, залежатиме від нашого запасу медикаментів на даний час.

## 10. Коли існуватиме вакцина проти пандемічного грипу?

Ми зможемо розпочати виробництво вакцини для лікування жителів Онтаріо, як тільки науковці зроблять аналіз вірусу пандемічного грипу.

Чим швидше ми дізнаємось про певний рід вірусу грипу, тим швидше ми зможемо виготовити вакцину, яка може попередити розповсюдження грипу. Важливо пам'ятати про те, що для цього потребується певний час, і що наш найкращий захист полягає в першу чергу у підготовці до пандемії.

**Відмінна гігієна рук є найкращим методом попередження розповсюдження будь-якого вірусу грипу.**

## 11. Яким чином я можу забезпечити себе і свою сім'ю від пандемії грипу?

Якщо пандемія грипу прийде на територію Онтаріо, ви можете зменшити ваш ризик тими ж методами, які ви вживаєте для вашої безпеки, і безпеки вашої сім'ї, від звичайного грипу.

- Зробіть укол від грипу кожного року - він не збереже вас від вірусу пандемічного грипу, але збереже від підхоплення звичайного грипу, який може понизити ваш імунітет або опірність від пандемічного грипу.
- Ретельно і часто мийте руки з милом – відмінна гігієна рук є найкращим шляхом попередження розповсюдження будь-якого вірусу грипу.
- Зберігайте санітарний засіб із вмістом спирту (гель або серветки для витирання) на роботі, вдома і в машині.
- Прикривайте серветкою ваш рот і ніс при кашлі або чиханні.
- Залишайтеся вдома, коли ви хворієте.
- Уникайте великих зібрань людей, де віруси можуть швидко розповсюджуватись.
- Зменшіть кількість подорожувань, які не є необхідними.
- Дотримуйтеся будь-яких порад служб громадського здоров'я.

## 12. Які заходи приймає система охорони здоров'я для попередження пандемії?

Голова охорони здоров'я (Chief Medical Officer of Health) і Міністерство охорони здоров'я та довгострокового нагляду (Ministry of Health and Long-Term Care) працюють разом із місцевими закладами громадського здоров'я, установами по наданню основного догляду, лікарнями, будинками довгострокового нагляду, і тими, хто надає послуги на дому - всіма учасниками системи охорони здоров'я, з метою підготовки до пандемії грипу. Наша мета - запобігти розповсюдженню пандемічного грипу і надати послуги у галузі охорони здоров'я, яких потребують жителі Онтаріо.

### Ми:

- здійснюємо моніторинг грипу на території Онтаріо та у світі
- накопичуємо противірусні ліки та обладнання
- влаштовуємо дистрибуційні системи для того, щоб ліки та захисне обладнання надійшли туди, де вони негайно необхідні
- розробляємо плани на випадок крайньої необхідності для того, щоб збільшити число установ, які надають послуги по охороні здоров'я і нагляду
- розробляємо інформацію для громадськості і для тих, хто надає послуги по охороні здоров'я
- переконуємося про те, щоб ми змогли постачати велику кількість вакцин швидко і як тільки вона буде винайдена.

Ми встановили комунікаційні системи, які є зосередженими, вчасними та точними з метою надання постійних новин і повідомлення жителів Онтаріо про захист і догляд за собою і за їхніми сім'ями.

За подальшою інформацією про пандемії або про плани Онтаріо у випадку пандемії, звертайтеся до [www.health.gov.on.ca](http://www.health.gov.on.ca)