

## SZAKMAI MELLÉKLET

### **H1N1 influenza, védőoltás**

Az Egészségügyi Világszervezet június közepén kihirdette az influenza világjárványt.

Az influenzavírusok között A, B, C típust különböztetnek meg a vírus szerkezete alapján. Ezek közül az emberben évenként jelentkező járványt az A és a B típus okozza. Az influenza A vírus emberben, emlősökben és madarakban okoz betegséget, a B és C típus kizárólag emberi kórokozó. Míg a C vírus enyhe légúti tüneteket okoz, az A és B vírus következtében alakulnak ki a „klasszikus” influenza tünetek és az influenzajárvány.

2009-ben Mexikóban megjelent egy új, halálos áldozatokkal járó influenzajárvány, a H1N1 egyik változata, amely az „új influenza A(H1N1) vírus” nevet kapta. A H1N1 törzsek számos különböző törzssé mutálódtak eddig is, köztük van például a spanyolnátha vírusa (1918-1920), enyhe emberi influenzák vírusai (2006-ban az összes influenzás megbetegedés mintegy felét okozták), járványos sertésinfluenza törzsek és a madarakban talált különböző törzsek is.

Az új influenza tünetei semmiben sem különböznek a szokványos tünetektől: magas láz, végtagfájdalom, orrfolyás, torokfájás, köhögés, fejfájás. A légúti tünetek mellett esetenként gyomor-bélrendszeri tünetek is előfordulhatnak, pl. hasmenés, hányinger, hányás. Az alábbi szövődmények kialakulását figyelték meg az új A(H1N1) influenzával kapcsolatban:

- ❖ Vírusos tüdőgyulladás, amelynél a tünetek gyorsan romlanak, a beteg gépi lélegeztetésre szorul. Ennél a szövődményénél a halálozási arány 30-60 százalék között van.
- ❖ Krónikus légzőszervi megbetegedésben szenvedőknél a másodlagos bakteriális tüdőgyulladás igen gyorsan alakulhat ki, a tünetek kezdetétől számított 2-3. napon.
- ❖ Az influenza-vírusfertőzés hajlamosít másodlagos bakteriális fertőzésre. Influenza idején a légzőszervek működése legyengül, így a belélegzett baktériumokkal szemben a szervezet kevésbé ellenálló; kialakulhat középfülgyulladás, homloküreg- és melléküreg-gyulladás.

Azt, hogy az influenzás beteg A(H1N1) vírussal fertőződött-e, kizárólag erre alkalmas laboratóriumban végzett vizsgálattal lehet eldönteni. A betegség lappangási ideje általában 1-4 nap, maximum 7 nap.

A Magyarországon készített vakcina elölt, teljes A(H1N1) vírust tartalmaz. Ez az elölt vírus nem tud influenzát okozni, arra viszont alkalmas, hogy hatékony immunválaszt váltson ki a szervezetben és védelmet nyújtson az új influenza halálos szövődményeivel szemben. Előfordulhat, hogy oltás után is bekövetkezik a fertőzés, de annak lefolyása enyhébb lesz. A védettség az oltás beadását követő 2 hétben alakul ki. A vakcina az A(H1N1) vírus ellen az ember élete végéig védettséget ad, de mivel a vírus nagyon gyorsan változik, az új változatokkal szemben nem nyújt védettséget.

Az új influenza vírus elleni vakcinának is lehetnek mellékhatásai. Gyakori mellékhatások lehetnek: az injekció beadásának helyén jelentkező fájdalom, bőrpír, duzzanat, keményedés, fáradtságérzet és rossz közérzet. Nem gyakori mellékhatásként fejfájás, ízületi fájdalom, veritékezés, láz, izomfájdalom tapasztalható. Nagyon ritkán érgyulladás, az agy és gerincvelőt érintő gyulladás; elenyésző számban a végtagoktól a test felé terjedő fájdalom, bénulás alakulhat ki. Ezen utóbbi súlyos mellékhatások valószínűsége azonban elenyésző az új influenza okozta halálos szövődmények valószínűségéhez képest.

Az influenza vakcinák törzskönyvezési eljárása az egész világon más, mint a gyógyszereké. A vakcinagyártóknak alapvetően azt kell bizonyítaniuk, hogy az oltóanyagok biztonságos eljárással készülnek, és alkalmasak a megfelelő immunválasz kiváltására. Az influenza vírusok nagyon gyorsan változnak, de a gyártók a vakcina előállításának eljárásán egyáltalán nem változtatnak, csak a vírustörzset cserélik ki. A mostani új influenza elleni oltóanyag ezért csak a vírustörzsből különbözik a már eddig legalább 20 millió embernek beadott, korábbi szezonális influenza elleni vakcinától. A magyar oltóanyagban szereplő vírustörzs szerepel az Egészségügyi Világszervezet (WHO) a gyártásra alkalmas vírustörzseket feltüntető hivatalos listáján.

### **Megelőzés**

A **védőoltás igénybevétele** a legjobb megelőzési mód. – A védőoltásoknak óriási szerepük van abban, hogy a fertőző betegségek által okozott halálozást (melyek a múlt század elején az első helyen álltak) nagymértékben uralni tudtuk. A vakcina elölt vírust tartalmaz, mely ellenanyag-termelésre készíti a szervezetet, de nem betegíti meg. Nem ajánljuk a tojásfehérje érzékenységgel rendelkező személyek részére és az egy éven aluli kisgyermek részére, ahol oltási tapasztalataink nincsenek.

A **fertőződés esélye csökkenthető**, ha kerüljük a szoros érintkezéseket, és betartjuk az általános személyi higiénés szabályokat, és rendszeresen tájékozódunk a járványhelyzettel kapcsolatban.

- ❖ Étkezések előtt és azon kívül is naponta többször mossunk kezet. A kézmosás meleg vízzel és szappannal történjen, és legalább 20 másodpercig tartson. Azok az **alkoholtartalmú kézfertőtlenítők**, amelyek legalább 60%-os alkoholtartalmúak, szintén hatásosak. Különösen figyeljünk oda gyermekeinkre e tekintetben.
- ❖ **Kerüljük el, hogy kezünkkel a szemünkbe, orrunkba vagy szánkba nyúljunk**, mert ez egy lehetséges bejutási kapu a vírus számára.
- ❖ **Köhögéskor, tüsszentéskor használjunk zsebkendőt**, ha valóban kitör a járvány, akkor a papír zsebkendőket egy orrfújás után dobjuk el, ne gyűjtögessük, és lehetőleg ne használjunk rongyzsebkendőt.
- ❖ Helyezzünk nagyobb hangsúlyt az **egészséges táplálkozásra**, fogyasszunk sok zöldségfélét, gyümölcsöt, szükség esetén szedjünk immunerősítő vitaminkészítményeket, és ne feledkezzünk meg a bőséges vízfogyasztásról (1,5-2 l/nap)
- ❖ Pihenjünk eleget, **ne éjszakázzunk**, mivel a kimerültség rontja az immunrendszer működését, és könnyebben megbetegszünk.
- ❖ Kerüljük járvány idején a nagy tömeget, a bevásárlásokat időzítsük olyan időpontra, amikor kevesebben vannak a boltokban.
- ❖ **Fertőtlenítsük rendszeresen** a közösen használt felületeket (telefon, asztalfelület, számítógép-billentyűzet, kilincsek stb.).
- ❖ Ha betegek vagyunk, **ne menjünk** se dolgozni, se **gyülekezetbe**, mivel ellenkező esetben tömegesen fertőzhetjük meg munkatársainkat és hittestvéreinket. Ha valaki mégis betegen látogatja az istentiszteletet, inkább vigyük haza!
- ❖ A gyülekezetben kerüljük a közeli kontaktust egymással, járvány idejére fel kell hagynunk a **puszilkodással**, ölelgetéssel. Különösen vegyük ezt figyelembe a kisgyermekes esetén!
- ❖ Úrvaacsorai alkalmankor ne használjunk közös kelyhet, folyóvízben mossunk kezet, a kenyeret megtörő szolgálattelvők a szolgálat előtt gondosan fertőtlenítsék kezeiket (ezt járványmentes időszakra is érvényesíteni kellene...!)
- ❖ Életmódunkban nem elhanyagolható a **lelki egyensúly**, lelki világunk karbantartása, mely egy keresztény embernél nem szorul magyarázatra.
- ❖ Súlyosabb megbetegedés esetén forduljunk orvoshoz, mert a patikákban kaphatóak olyan antivirális szerek, melyek segíthetnek.
- ❖ Figyeljük a járvány terjedésével kapcsolatos híreket, információkat, legyünk tájékozottak, hiszen előfordulhat, hogy különleges helyzetben gyors döntéseket kell meghoznunk, melyekben nincs lehetőség emberi tanács kikérésére.

*Dr. Gáspár Róbert, Dr. Ducza Eszter, Dr. Nagy Vilmos  
Az ESZO munkacsoport megbízásából*