

Противогрипна ваксина - особено важна, когато имате диабет



Грипът е вирусна инфекция, която лесно се разпространява с помощта на малки капчици слюнка, отделяни при кихане или кашляне на болни

или заразени с грип¹.

При хората с диабет той води до сериозни затруднения в лечението на основното хронично заболяване и това допълнително повишава риска от него². Едно от особено опасните усложнения на грипната инфекция е пневмонията³, която поставя диабетиците в по-голям риск. Грипът, както и другите вирусни инфекции, могат да доведат до повишение на кръвната захар и по този начин да изложат диабетиците на повишен риск от кетоацидоза и т.нар. хиперосмолярно хипергликемично състояние^{1,2,4}.

Какви са симптомите на грипната инфекция?

Симптомите на грипа биха могли да се развият много бурно и да включват:

- ♦ Обща отпадналост и загуба на апетит
- ♦ Дразнене в гърлото и воднист секрет от носа
- ♦ Болки в мускулите и очните ябълки
- ♦ Главоболие
- ♦ Суха кашлица

Грипни усложнения

Грипът може да доведе до белодробна инфекция с особено опасната си проява - пневмония. По-редки усложнения, но потенциално фатални, биха могли да бъдат тези, свързани с нервната система, като менингити и енцефалити^{1,2,4}.

Диабет и лекарствени продукти без рецепта

Когато се разболеем от грип, обикновено посягаме към лекарствени продукти без рецепта, които повлияват нашите оплаквания⁵. В такива ситуации,

обаче, най-добре е да се обърнем към личен лекар, защото има лекарствени продукти без рецепта, които съдържат нестероидни противовъзпалителни съставки, като ибупрофен, например, които не се препоръчват за употреба от диабетици, тъй като биха могли да доведат до повишение на риска от сърдечно-съдови инциденти. Други лекарствени продукти без рецепта съдържат относително по-високи нива на захар, което допълнително затруднява кръвно-захарния контрол при пациентите с диабет и грип.

Запомнете: Лекарствените продукти без рецепта, препоръчвани при грипни състояния, повлияват само симптомите, докато тялото ви се бори със заболяването!



Как грипната инфекция ще повлияе на моята кръвна захар?

Обикновено самата грипна инфекция води до повишени кръвно-захарни нива. Допълнителни проблеми биха могли да възникнат, когато към „нормалния“ за здраво състояние прием на лекарствени продукти, се насложи намаления прием на храна, в частност въглехидрати, причинен от грипното заболяване⁵.
Ето защо специалистите препоръчват, ако се разбоleetе от грип, да следите кръвната си захар с по-голямо внимание от обикновено. Общото неразположение по време на грипна инфекция може опасно да „маскира“ симптомите на повишена или понижена кръвна захар!^{3,5}

Защо противогрипната ваксина е важна за хората с диабет?

Ако имате диабет, Вие сте изложени на повишен риск от грипни усложнения, като пневмония, дихателна недостатъчност, сърдечни пристъпи и дори смърт¹. **Можете да си помогнете и да се предпазите от грипна инфекция, като се ваксинирате!** Препоръчително е живеещите с или грижещите се за диабетици също да се ваксинират срещу грип. Като намалявате риска от грип за себе си, Вие намалявате риска и за

околните⁵. Ако се разболеете от грип и сте ваксиниран, е вероятно заболяването да протече по-леко. Ако сте с диабет и сърдечно-съдово заболяване, противогрипната ваксина може да намали опасността от остър сърдечен пристъп!⁴

Безопасна ли е противогрипната ваксина за хората с диабет?

За повечето хора с диабет противогрипните ваксини са напълно безопасни. Поставянето на противогрипна ваксина в областта на рамото е обичайна манипулация, която се извършва от лекар. Възможно е да почувствате лека болка или неприятно усещане на мястото на прилагане, известно неразположение или лека температура (37,5 – 38,0 °C). Тези оплаквания ще отшумят няколко дни след ваксинацията¹.

Консултирайте се с лекар преди да Ви бъде направена противогрипна ваксина, особено ако сте:

- ♦ алергични към яйца;
- ♦ имали сериозна алергична реакция при поставяне на предишна противогрипна ваксина;
- ♦ с история на синдрома на Гилен Баре (Guillain-Barre syndrome) след поставяне на противогрипна ваксина в миналото;

- ♦ болни и с повишена температура към момента, когато искате да си направите ваксината¹.

Кога се поставя противогрипната ваксина?

Препоръчваме Ви да се ваксинирате възможно най-скоро след появата на ваксините на пазара, което обикновено е в началото на месец септември. Имунизация срещу грип може да се направи и през януари или по-късно, стига да не сте болен. В България грипната епидемия обикновено се проявява от втората половина на декември до март. Експертите препоръчват ваксинации дори и по време на епидемия, стига здравето на ваксинацията се да го позволява. Така се ограничава разпространението на заболяването¹.



Трябва ли противогрипната ваксина да бъде поставена от ендокринолог?

Това не е необходимо. Обичайно противогрипните ваксини се прилагат от личния лекар. Обърнете се към него за консултация и имунизация. В нашата страна прилагането на противогрипни ваксини при пациентите с хронични заболявания е препоръчително и се урежда със специална наредба⁶.

ИЗПОЛЗВАНА ЛИТЕРАТУРА

1. http://ecdc.europa.eu/en/healthtopics/seasonal_influenza/vaccines/Pages/influenza_vaccination.aspx#riskgroups , Accessed June 2015
2. H Nokleby (Hanne.Nokleby@ecdc.europa.eu), A Nicoll; Risk groups and other target groups – preliminary ECDC guidance for developing influenza vaccination recommendations for the season 2010-11, Available online: <http://www.eurosurveillance.org/ViewArticle.aspx?ArticleId=19525>
3. <http://www.cdc.gov/flu/diabetes/index.htm>
4. Jacob A. Udell, MD, MPH, FRCPC; Rami Zawi, MD; Deepak L. Bhatt, MD, MPH et al; Association Between Influenza Vaccination and Cardiovascular Outcomes in High-Risk Patients; A Meta-analysis (JAMA. 2013;310 (16):1711-1720. doi:10.1001/jama.2013.279206)
5. William Schaffner, MD; Susan J. Rehm, MD; and Tom A. Elasy, MD, MPH ; Influenza Vaccination: An Unmet Need in Patients With Diabetes (Clinical Diabetes • Volume 25, Number 4, 2007)
6. НАРЕДБА № 15 ОТ 12 МАЙ 2005 Г. ЗА ИМУНИЗАЦИИТЕ В РЕПУБЛИКА БЪЛГАРИЯ, Обн. ДВ. бр.45 от 31 Май 2005г.