

Zasady profilaktyki grypy – ich znajomość i stosowanie przez pacjentów

Principles of prevention of influenza – their knowledge and implementation by patients

AGNIESZKA ŁUKOMSKA, AGNIESZKA JANOWSKA

Zakład Polityki Zdrowotnej i Zabezpieczenia Społecznego, Katedra Zdrowia Publicznego, Wydział Nauk o Zdrowiu, Collegium Medicum w Bydgoszczy, Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu

Wprowadzenie. Grypa jest ostrą chorobą wirusową układu oddechowego, występującą nagle i cechującą się dużą zakaźnością. Jest istotnym problemem zdrowia publicznego. Co sezon epidemiczny powoduje miliony zachorowań na całym świecie, od pół miliona do miliona zgonów oraz setki powikłań.

Cel pracy. Określenie stopnia znajomości i stosowania przez pacjentów sposobów zapobiegających grypie i chroniących ich przed powikłaniami pogrypowymi.

Materiał i metoda. Badania przeprowadzono metodą sondażu diagnostycznego, na przełomie lutego i marca 2007 roku wśród pacjentów korzystających z usług lekarzy specjalistów Szpitala Uniwersyteckiego w Bydgoszczy. Narzędziem był kwestionariusz składający się z 22 pytań, utworzony dla celu badań. Grupę badawczą stanowiło 70 osób.

Wyniki. Według badanych najlepszą formą zapobiegania grypie są szczepienia. Niestety, zaledwie jedna trzecia badanych zaszczepiła się. Głównym powodem nie zaszczepienia się przeciw grypie jest wg respondentów ich dobry stan zdrowia. Osoby poddające się szczepieniom dostrzegają korzyści zdrowotne płynące z tej formy profilaktyki, głównie w postaci zmniejszenia się liczby epizodów choroby i lżejszego jej przebiegu.

Wnioski. Pacjenci wiedzą w jaki sposób mogą uchronić się przed grypą i jej potencjalnymi powikłaniami, znają zasady profilaktyki, ale niewiele osób stosuje się do tych zasad.

Słowa kluczowe: grypa, profilaktyka, szczepienia, powikłania

Background. Influenza is an acute viral respiratory disease with sudden onset of symptoms and high infectivity. It is an important problem for public health. Every epidemic season, influenza virus causes millions cases of illness worldwide, 500,000 to 1 million of deaths and hundreds of post-influenza complications.

Aim. To define the degree of patients' knowledge and implementation of the principles of prevention of influenza and means of protection against post-influenza complications.

Material and methods. The study was conducted using the method of a diagnostic poll in February and March 2007 among patients of the specialist outpatient clinic of the University Hospital in Bydgoszcz. A questionnaire consisting of 22 questions, designed for the purpose of the research was applied as the study tool. The study group included 70.

Results. According to respondents, vaccination constitutes the best means of prevention of influenza. Unfortunately, only one third of respondents received a vaccine. Respondents pointed to their good medical condition as the main reason for avoiding vaccination. Individuals who undergo vaccination enjoy health benefits from this form of prevention, mainly concerning the number of episodes of illness and better course of the disease.

Conclusions. Patients know how to protect themselves against influenza and its potential complications. They know the principles of prevention, yet few individuals ever apply these principles.

Key words: influenza, prophylaxis, vaccinations, complications

© Probl Hig Epidemiol 2007, 88(4): 461-465

www.phie.pl

Nadesłano: 12.11.2007

Zakwalifikowano do druku: 27.12.2007

Adres do korespondencji / Address for correspondence

Dr n. med. Agnieszka Łukomska

Zakład Polityki Zdrowotnej i Zabezpieczenia Społecznego
ul Sandomierska 16, 85-802 Bydgoszcz, tel. 606-825-378
e-mail: lukomskaagnieszka@wp.pl

Wstęp

Grypa to jedna z najczęściej występujących chorób wirusowych układu oddechowego, występującą nagle i wyróżniającą się dużą zakaźnością. Wzrost zachorowań na nią występuje w okresie jesienno-zimowym. Szczyt zachorowań przypada zwykle na pierwszy kwartał roku kalendarzowego.

Na grypę zapadają liczne grupy ludności ze wszystkich przedziałów wiekowych. W wielu przypadkach jej przebieg może być łagodny, ale w określonych grupach pacjentów, szczególnie u osób po 65 r.ż., a także, bez względu na wiek, u osób chorujących na schorzenia przewlekłe oraz małych dzieci może być przyczyną poważnych komplikacji zdrowotnych do zgonów włącznie.

Zakażenie wirusem grypy pociąga za sobą nie tylko skutki zdrowotne, ale i ekonomiczne oraz społeczne. Koszty ekonomiczne, na co dzień często pomijane, mogą mieć duże znaczenie – zarówno dla budżetu samego chorego, sytuacji finansowej jego pracodawcy, jak i dla całego społeczeństwa.

Najtańszą i najskuteczniejszą formą profilaktyki są szczepienia. Przeprowadzane systematycznie mogą przynieść wielowymiarowe korzyści. Jednak niewystarczająca wiedza – zarówno pacjentów, jak i przedstawicieli środowisk medycznych na temat potencjalnych powikłań grypy i korzyści płynących ze szczepień – powoduje, że liczba osób szczepiących się jest niezadowalająca. Wśród państw rozwiniętych Polska zajmuje dalekie miejsce pod względem poziomu wyszczepienia populacji przeciw grypie [1,2].

Powodem miernego zainteresowania szczepionką są również wszechobecne preparaty OTC – czyli leki dostępne bez recepty, które nie mają wpływu na wirusa grypy, a jedynie zmniejszają objawy chorobowe.

Cel pracy

Określenie stopnia znajomości i stosowania sposobów zapobiegających grypie i chroniących przed powikłaniami pogrypowymi.

Materiał i metoda

Badania przeprowadzono wśród pacjentów korzystających z usług lekarzy specjalistów Szpitala Uniwersyteckiego w Bydgoszczy. Grupę badawczą stanowiło 70 osób, które wyraziły chęć udziału w badaniu oraz spełniły przyjęte kryterium wieku – 16 lat. Dobór respondentów miał charakter losowy. Szczegółową charakterystykę badanych przedstawia tabela I.

Badania przeprowadzono metodą sondażu diagnostycznego; narzędziem był kwestionariusz skonstruowany dla celu badań. Zawierał on 22 pytania

Tabela I. Charakterystyka badanej populacji
Table I. The characteristics of the surveyed population

Charakterystyka / Characteristics		n	%
Płeć / Gender	kobiety / females	36	51
	mężczyźni / males	34	49
Wiek / Age	do 30 lat / up to 30 years	6	9
	31 do 55 lat / 31-55 years	37	52
	powyżej 55 lat / over 55 years	27	39
Wykształcenie / Education	podstawowe / primary	3	4
	zawodowe / vocational	28	40
	średnie / secondary	25	36
	wyższe / higher	14	20
Samoocena stanu zdrowia / Health self-rating	bardzo dobry / very good	6	9
	dobry / good	45	64
	dostateczny / fair zły / bad	19 0	27 -

dotyczące grypy oraz sposobów jej zapobiegania. Ankieta była anonimowa.

Pacjenci wytypowani do badania otrzymywali kwestionariusz po opuszczeniu gabinetu lekarza. Wypełniali go na miejscu, przy przygotowanym dla tego celu stoliku, po czym oddawali osobie przeprowadzającej badania w zaklejonej kopercie, którą otrzymali wraz z ankietą.

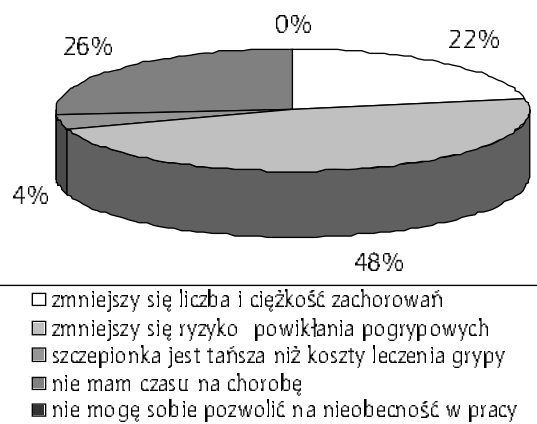
Badania przeprowadzono na przełomie lutego – marca 2007 r.

Wyniki badań

W przeważającej opinii pacjentów (tj. 57%) grypa – to poważna choroba, która nie leczona prawidłowo może doprowadzić do poważnych komplikacji zdrowotnych. Zaledwie 34% badanych nie zdaje sobie sprawy z możliwych do wystąpienia powikłań pogrypowych i uważa, że grypę można wyleczyć samemu preparatami dostępnymi bez recepty, a 9% respondentów jest zdania, że grypa to jedynie lekka choroba nie wymagająca interwencji lekarskiej.

Wśród sposobów, które mają uchronić przed zachorowaniem na grypę, najwięcej osób, bo aż 49% badanych, wskazuje na szczepienia. Innymi sposobami, które mają wzmocnić i ochronić organizm są wg respondentów – odpowiednia dieta (19%), zażywanie witamin (19%) oraz hartowanie się (9%). Niewiele, bo zaledwie 4% badanych, przyjmuje leki przeciwbólowe i przeciwgorączkowe aby nie zachorować na grypę.

Pomimo, że liczna grupa pacjentów podkreśla znaczenie szczepień w profilaktyce grypowej, to jest również świadoma, że nie zabezpieczy ich to w 100% przed zachorowaniem; 63% badanych wie, iż mimo szczepienia mogą zachorować i przeżyć grypę. Wiele osób, bo aż 44%, nie posiada wiedzy na ten temat, zaś 4% błędnie twierdzi, że szczepionka gwarantuje im 100% ochronę przed zachorowaniem (ryc. 1).



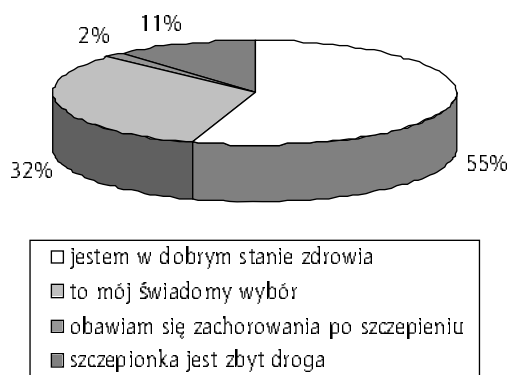
Ryc. 1. Motywy szczepienia się przeciw grypie

Fig. 1. Motivation behind a decision to receive vaccination against influenza

W okresie w którym przeprowadzono badania, zaledwie 33% badanych poddało się szczepieniom; pozostałe osoby, stanowiące 67% badanej grupy, nie skorzystało z tej formy profilaktyki.

Osoby, które zaszczepiły się przeciw grypie, w przeważającej części (87%) uczyniły to jesienią, 13% badanych zrobiło to dopiero zimą; 80% osób, z tej grupy szczepi się regularnie co roku, 4% raz na 2 lata, zaś 9% przyjmuje szczepionkę jeszcze rzadziej; 56% badanych zadeklarowało również iż szczepieniom poddały się osoby z najbliższego otoczenia, najczęściej zamieszkujące razem z badanym. Osoby zaszczepione za najważniejsze przyczyny skłaniające ich do przyjęcia szczepionki podają ochronę przed wystąpieniem powikłań pogrypowych, nie wystąpienie choroby lub łagodniejszy jej przebieg. Zalety zastosowania szczepionki dostrzegło 96% badanych, głównie w postaci zmniejszenia się liczby epizodów choroby i/lub łżejszego jej przebiegu (tab. II).

Osoby, które nie zaszczepiły się przeciw grypie, jako główny powód swojego działania podały dobry stan zdrowia – 55% badanych. Dla 11% badanych szczepionka jest zbyt droga (ryc. 2).



Ryc. 2. Powody nie szczepienia się przeciw grypie

Fig. 2. Reasons for avoiding vaccination against influenza

Biorący udział w badaniu respondenci przyznają, że nie posiadają zbyt dużej wiedzy o grypie, jej etiologii, konsekwencjach – co może być przyczyną braku podejmowania przez nich stosownych działań. Informacje podawane na temat grypy w masmediach uważają za zdecydowanie niewystarczające. Niepokojący jest fakt, że aż 81% badanych osób zadeklarowało, że nie otrzymuje od swojego lekarza rodzinnego satysfakcjonujących go informacji na temat grypy i szczepień przeciw grypowych.

W trakcie badania zapytano również respondentów czy wiedzą jakie grupy osób stanowią tzw. grupy podwyższonego ryzyka i dlatego w szczególności powinny zaszczepić się przeciw grypie. Zaledwie 26% badanych znało odpowiedź na to pytanie wskazując

na dzieci i osoby starsze, pozostali respondenci tj. 74% nie potrafili udzielić odpowiedzi.

Tabela II. Charakterystyka badanych wg kryterium zaszczepialności przeciw grypie

Table II. Profile of respondents according to the criterion of the frequency of vaccination against influenza

Zmienna / Variable	Odsetki osób, które zaszczepiły się przeciw grypie Percentage of people who were vaccinated against influenza	Odsetki osób, które nie zaszczepiły się przeciw grypie Percentage of people who avoided vaccination against influenza
Płeć / Gender		
kobiety / females	57	49
mężczyźni / males	43	51
Wiek / Age		
do 30 lat up to 30 years	4	13
31 do 55 lat 31 to 55 years	52	53
powyżej 55 lat over 55 years	44	34
Wykształcenie / Education		
podstawowe / primary	4	2
zawodowe / vocational	26	47
średnie / secondary	35	36
wyższe / higher	35	13
Samooceńca / Health self-rating		
bardzo dobry / very good	4	11
dobry / good	74	60
dostateczny / fair	22	29
zły / bad	–	–

Dyskusja

Grypa – to choroba układu oddechowego wywołana przez wirusy należące do rodziny *Orthomyxoviridae*. Częste epidemie i widmo pandemii sprawia, że jest poważnym problemem zdrowia publicznego [3]. Niestety, wiele osób lekceważy grypę i mylnie utożsamia ją z łagodnymi infekcjami górnych dróg oddechowych, które – choć wywołują podobne objawy – to nie dają takich powikłań jak grypa. Niejednokrotnie niewłaściwie zdiagnozowana i leczona, jedynie preparatami dostępnymi bez recepty, prowadzi do ciężkich komplikacji zdrowotnych.

Powikłania pogrypowe prowadzą do wydłużenia okresu choroby, nasilenia objawów klinicznych, dodatkowych hospitalizacji, a nierzadko też są przyczyną zgonu. Zakres powikłań pogrypowych jest bardzo szeroki [4,5]. Najczęściej występują powikłania ze strony układu oddechowego, jednak skutki zakażenia mogą być przyczyną licznych komplikacji ze strony innych układów i narządów. Największe ryzyko wystąpienia ciężkich postaci grypy lub powikłań występuje u osób po 65 roku życia, pacjentów przewlekle chorych, dzieci w wieku do 5 lat i kobiet w ciąży [6].

Najlepszą metodą zapobiegania grypie i jej niekorzystnym konsekwencjom są szczepienia ochronne szczepionką inaktywowaną. Niestety, niewiele osób korzysta z tej formy profilaktyki, co również potwierdzają badania własne. Światowa Organizacja Zdrowia, amerykański Komitet Doradczy ds. Szczepień (ACIP), renomowane towarzystwa naukowe oraz EU od wielu lat apelują, aby szczepieniami przeciw grypie objąć większą populację ludzi na świecie [7]. W Polsce od roku 1994 szczepienia przeciw grypie zostały wprowadzone do Programu Szczepień Ochronnych, niestety jedynie jako zalecane i nie finansowane z budżetu Ministerstwa Zdrowia. Bariera finansowa, co pokazują także badania obecne, może stanowić istotną przeszkodę w zakupie i przyjęciu szczepionki.

Wg zaleceń ACIP szczepionka przeciw grypie może być podawana przez cały sezon występowania grypy. Jednak u osób należących do grup zwiększonego ryzyka powikłań pogrypowych szczepionkę należy podawać w okresie od września do połowy listopada. W sytuacjach szczególnych zalecane jest podanie szczepionki w późniejszym okresie, nawet po stwierdzeniu wzrostu zachorowań na grypę w populacji [6]. O skuteczności szczepienia decyduje właściwy skład antygenowy szczepionki, odpowiadający krążącemu w danym momencie w populacji wirusowi grypy oraz sprawności odpowiedzi immunologicznej osoby poddanej immunoprofilaktyce. Gdy te warunki zostają odpowiednio spełnione, w organizmie są wytwarzane przeciwciała ochronne już 7 dnia po szczepieniu, które utrzymują się przez blisko 12 miesięcy i gwarantują ochronę przed zachorowaniem na poziomie 70-90%. W przypadku osób po 65 r.ż. oraz małych dzieci efektywność szczepienia jest mniejsza.

Prawidłowo przeprowadzona profilaktyka zabezpiecza przed wystąpieniem powikłań i zmniejsza koszty związane z zachorowaniem. W oszacowaniu tych kosztów należy uwzględnić nakłady bezpośrednie i pośrednie [8]. Koszty bezpośrednie wiążą się z korzystaniem z opieki medycznej i obejmują: wizyty lekarzy rodzinnych, konsultacje specjalistów, realizację recept, hospitalizację, koszt badań specjalistycznych, itp. Natomiast koszty pośrednie obejmują: refundację pacjentowi określonej sumy pieniędzy przez towarzystwa ubezpieczeniowe, koszty związane z absencją chorobową, straty w gospodarce narodowej wynikające z nieobecności chorego w pracy, czy w szkole. Do strat pośrednich zalicza się ponadto koszty spowodowane negatywnym wpływem choro-

by na jakość życia i funkcjonowania pacjenta zmuszonego do pozostania w łóżku przez okres kilku lub kilkunastu dni.

Niektóre kraje przeprowadzają analizy ekonomiczne kosztów grypy. Według danych z USA – szacuje się je w zależności od sezonu epidemicznego i zjadliwości szczepu i wahają się one od 76 do 167 mld dolarów [8]. W Polsce, innowacyjne badania przeprowadzone na populacji Dolnego Śląska dowiodły, że szacowane koszty zaszczepienia tej grupy osób byłyby niższe, niż ekonomiczne koszty leczenia grypy i jej powikłań [9]. Należy przypuszczać, że – podobnie jak w innych krajach – koszty grypy są przynajmniej 4-krotnie wyższe niż koszty szczepień [8].

Istotną rolę do spełnienia, w profilaktyce grypy, mają lekarze wszystkich specjalności, a przede wszystkim lekarze rodzinni. To oni, mając najczęstszy kontakt z pacjentem, powinni udzielić mu niezbędnych informacji o możliwych powikłaniach pogrypowych i wskazać na korzyści szczepień. Przeprowadzone badania dowodzą, że pacjenci nie uzyskują jednak zbyt wielu informacji od swoich lekarzy pierwszego kontaktu. Potwierdza to sceptyczną postawę dużej grupy lekarzy wobec szczepień oraz pokazuje, że nie doceniają oni tej formy profilaktyki, często sami z niej nie korzystając [7,10]. Oferowanie i organizowanie szczepień przeciw grypie, zwłaszcza osobom z grup podwyższonego ryzyka, powinno być jednak przez nich traktowane jako etyczna i zawodowa powinność [11].

Wnioski

1. Pacjenci wiedzą w jaki sposób mogą uchronić się przed grypą i jej potencjalnymi powikłaniami. Według nich najlepszą formą profilaktyki są szczepienia.
2. Niewiele osób stosuje się do znanych zasad profilaktyki. Niezadowalająca jest liczba osób, które szczepią się przeciw grypie.
3. Głównym powodem nie szczepienia się przeciw grypie jest wg respondentów ich dobry stan zdrowia.
4. Osoby poddające się szczepieniom dostrzegają korzyści zdrowotne płynące z tej formy profilaktyki, głównie w postaci zmniejszenia się liczby epizodów choroby i lżejszego jej przebiegu.
5. Wśród osób szczepiących się, w badanej grupie, przeważają kobiety oraz osoby z wykształceniem średnim i wyższym.

Piśmiennictwo / References

1. The Macroepidemiology of Influenza Vaccination (MIV) Study Group. The macroepidemiology of influenza vaccination in 56 countries 1997-2003. *Vaccine* 2005, 23(44): 5133-5143.
2. van Essen GA, Palache AM, Forleo E, Fedson DS: Influenza vaccination in 2000: recommendation and vaccine use in 50 developed and rapidly developed countries. *Int Congr Ser* 2004, 1263: 94-97.
3. Brydak L. Grypa – istotny problem zdrowia publicznego w Polsce. *Fam Med Prim Care Rev* 2005, 7, 2: 261-271.
4. Dąbrowska M. Aspekty rokownicze i profilaktyczne grypy – analiza epidemiologiczno-kliniczna. *Zakażenia* 2006, 3: 137-140.
5. Bielec D, Kiciak S. Powikłania grypy. *Lekarz* 2005, 1-2: 103-106.
6. Harper SA, Fukuda K, Uyeki T, Cox N, Bridges C. Prevention and control of influenza. Recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP). *Morbidity and Mortality Weekly Report* 2005, 54:1-40.
7. Brydak L. Grypa – problem stary jak świat. *Prz Epidemiol* 2006, 60: 23-27.
8. Brydak L. Grypa i jej profilaktyka. Wyd Termedia 2004: 243-244.
9. Steciwko A, Reksa D, Pokorna-Kałowak D, Sapilak B, Brydak L. Grypa – prewencja czy terapia? Ekonomiczne uzasadnienie wyboru na podstawie danych epidemiologicznych. *Fam Med Prim Care Rev* 2007, 9: 11-18.
10. Duszczak E. Zapobieganie grypie nam się opłaca. *Zakażenia* 2007, 7(supl. 1): 19-21.
11. Smith N, Bresee J, Shay D, Uyeki T, Cox N, Strikas R. Prevention and control of influenza. Recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practice (ACIP). *Morbidity and Mortality Weekly Report* 2006, 55: 1-41.