



GRIPAS **AR** PERŠALIMAS?

GRIPAS	Būdingi simptomai ir kita	PERŠALIMAS
Didelis ($\geq 38^{\circ}\text{C}$), trunka 3-4 d.	Karščiavimas	Nėra ar nežymus (apie 37°C)
Dažnai ir didelis	Bendras silpnumas ir nuovargis	Kartais ir nedidelis
Galimas ir dažnai	Šaltkrėtis	Retai
Dažnai	Galvos skausmas	Retai
Stiprus	Raumenų skausmas	Nebūdingas
Pasireiškia dažnai ir anksti, gali būti sausas ir sunkus, pikas 2-3 d.	Kosulys	Švelnus
Didelis	Gerklių skausmas	Nuo lengvo iki vidutinio sunkumo
Didelis	Krūtinės diskomfortas	Nedidelis
Kartais	Sloga (užgulta nosis)	Pasitaiko dažnai
Kartais	Čiaudulys	Dažnai
Dažnai užsikrečiama gripu nuo sergančiųjų, kurie kalba, kosėja ir čiaudo	Užsikrėtimo būdas	Užsikrečiama nuo sergančiųjų, kurie kalba, kosėja ir čiaudo
Staigi pradžia (per 12 val.)	Simptomų pradžia	Laipsniška
6-7 d.	Ligos trukmė	3-4 d.
Dažnos, sunkios	Komplikacijos	Nebūdingos



Netiesa Nr.1. **Peršalimas = gripas.**

Nemažai žmonių painioja peršalimą su gripu - šaltuoju metų laiku nesunkius negalavimus (užgulta nosis, sloga, čiaudulys, skausmas ryklėje, nedidelis galvos skausmas, truputį pakilusi temperatūra ir kita) dažnai vertina kaip gripą. Iš tikrųjų tai yra ne gripas, o kitokių mikrobu sukeltas viršutinių kvėpavimo takų uždegiminis susirgimas.

Gripui būdingesnė aukšta temperatūra, šaltkrėtis, bendras silpnumas, intensyvūs galvos ir raumenų skausmai, skausmingi akių obuolių judesiai, ryškus nuovargis ir sausas kosulys, kuris paprastai atsiranda po dviejų ar trijų dienų.

Dažniausiai uždegimus sukelia virš 200 skirtingų virusų, o gripą sukelia gripo (*Influenza*) virusas.

Išvada - ❀ ne kiekvienas peršalimas ar kvėpavimo takų infekcija yra gripas, ❀ bet (kiekvienas) gripas yra kvėpavimo takų infekcinis susirgimas.



Netiesa Nr.2. **Užsikrečiama tik kosint ar čiaudint.**



Pagrindiniai užsikrėtimo būdai: **tiesioginis kontaktas** (pvz., paduodant ranką žmogui, kuris neseniai nusičiaudėjo, pridengęs burną ranka), **oro-lašelinis** (sergančiam kosint, čiaudint susidaro aerolis iš smulkių skreplių ir seilių lašelių, apkrėstų virusais, kurie ore gali išsilaikyti apie pusę valandos ir sveiki žmonės juos įkvėpia). Galimas ir **buitinis užsikrėtimo kelias** (pvz., prisilietus prie durų rankenos, ant kurios yra gripo virusų, o po to palietus savo nosį ar burną).

Didesnė rizika susirgti, jei esate pavargę, patiriate daug įtampos ir streso, rūkote ar priversti pasyviai įkvėpti tabako dūmus, jei sergate kitomis, ypač imuninę sistemą silpninančiomis ligomis, gyvenate ar dirbate perpildytose, retai vėdinamose patalpose.



Netiesa Nr.3. **Gripas gydomas antibiotikais.**

Gripą sukelia virusai, o antibiotikai naikina tik bakterijas. Gydant gripą antibiotikais, laukiamo rezultato nebus, nes ligos sukėlėjai virusai jiems visiškai „abejingi“. Todėl sergant gripu jų vartoti nereikia, išskyrus tuos atvejus, kai šalia gripo prisideda antrinė bakterinė infekcija ir temperatūra po kelių dienų ne tik nekrinta, bet pradeda kilti, o karštį malšinantys vaistai neveikia arba jie turi tik trumpalaikį poveikį. Tokiu atveju tik gydytojas gali skirti reikiamus antibiotikus.





Netiesa Nr.4. **Pasiskiepijus imunitetas susidaro**

akimirksniu.

Sveiko žmogaus organizme pakankamas antikūnų kiekis, galintis užtikrinti organizmo apsaugą nuo gripo virusų, susidaro **per 2 savaites** nuo injekcijos, tačiau imunitetas ir toliau stiprėja - **didžiausias antikūnų kiekis susidaro po 4 - 6 savaitių**. Ligotam, senyvam žmogui reikia daugiau laiko.

Kad spėtų susidaryti patikima apsauga, tinkamiausias laikas skiepams – ankstyvas rudenį (rugsėjis-spalis), tačiau net ir prasidėjus gripo epidemijai skiepytis nėra nevēlu. Neprasminga skiepytis pavasarį ir vasarą, nebent ruoštumėtės keliauti į pietų pusrutulį.

