

**Заразитися грипом  
легко**

**Захиститися від  
грипу також м**



**Захиститися від  
грипу також**

**Вакцинуйтеся!**

**sanofi**

## "Справжній грип" – досьє

Чхання, кашель, підвищення температури – чи точно це грип? Не все, що зазвичай називають грипом, є «справжнім грипом» – це може бути грипозна інфекція (застуда).<sup>1-4</sup>

### Що таке справжній грип?

Ось деякі важливі властивості: <sup>5,6</sup>

#### Що?

Збудниками є різні типи вірусів грипу



#### Як?

Передача переважно повітряно-крапельним шляхом (як-от під час розмови, чхання, кашлю), рідко через прямий контакт (наприклад, рукостискання)



#### Коли?

Переважно в сезон грипу (з жовтня по травень) і особливо під час епідемії грипу (зазвичай із січня по березень)



## Зараження грипом часто є лише *початком*

Справжній грип може призвести до серйозних ускладнень, у тому числі до госпіталізації чи смерті.<sup>5,6</sup>

Інфікування вірусами грипу, наприклад, може значно збільшити ризик серйозного захворювання та пов'язаних віддалених наслідків:<sup>7,8</sup>

у 10 разів

вищий ризик інфаркту міокарда<sup>7,а,б</sup>



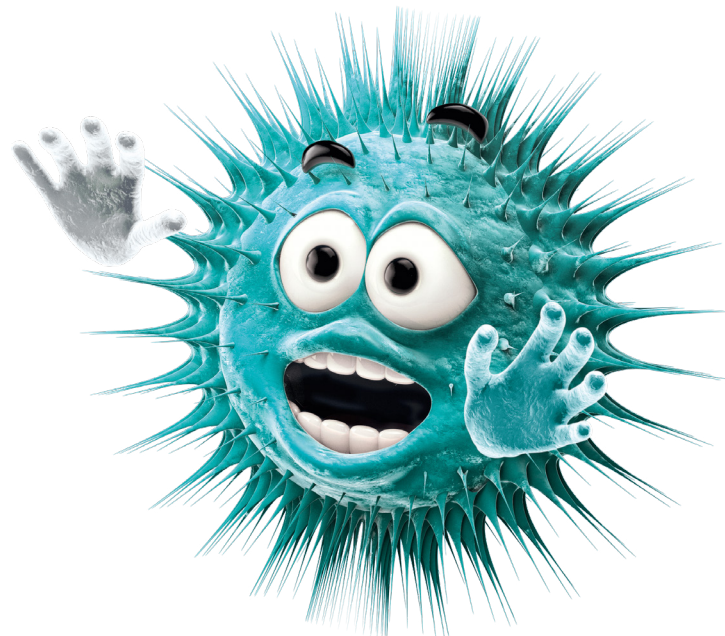
у 8 разів

вищий ризик інсульту<sup>7,а,б</sup>



23%

втрачають здатність подбати про себе<sup>8,с</sup>

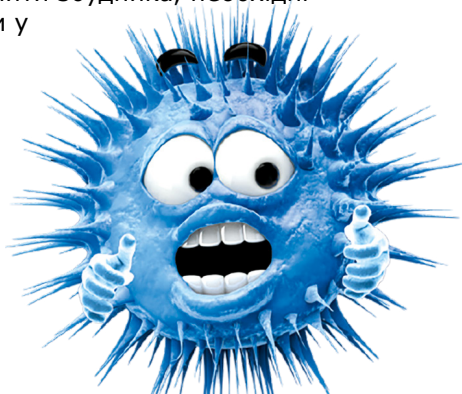


## Грип чи грипозодібна інфекція – яка між ними різниця?

Симптоми справжнього грипу та застуди дуже схожі. Однак є деякі характерні відмінності: <sup>1-6,9-11</sup>

	Справжній грип	Застуда (грипозодібна інфекція)
Поява симптомів	Раптова	Поступова
лихоманка	До 41°C, озноб, пітливість	Зазвичай лише на 0.5°C
Нежить, чихання	Рідко	Часто (закладеність носу, нежить)
Кашель	Частий, сухий	Від легкого до помірного
Час одужання	Тривале одужання після перенесеної хвороби	Зазвичай швидке одужання після хвороби
Самопочуття	Слабкість, стомлюваність (від самого початку)	Рідко
Ускладнення	Можливі, особливо у групах ризику	Рідко
Збудник	Віруси грипу типів А і В	Понад 200 різних вірусів застуди, як-от риновіруси

Щоб точно визначити збудника, необхідні лабораторні тести у випадку обох захворювань. <sup>1-4</sup>



## Вікцінація проти грипу є важливою для кожного

STIKO вивчає, для кого є доцільним певне щеплення, і рекомендує вакцинуватися проти грипу щодо сені таким групам: <sup>12</sup>

**Люди віком 60 років і старше**  
(високою дозою вакцини)

**Вагітні жінки**  
(у II триместрі вагітності, при хронічних супутніх захворюваннях – у I триместрі вагітності)

**люди з історією хвороби**  
(Хронічні захворювання органів дихання, серцево-судинної системи, печінки та нирок п)

**Люди з цукровим діабетом**  
(та іншими порушеннями обміну речовин)

**Контактні особи**  
(Особи, які можуть бути потенційним джерелом інфекції для людей групи високого ризику, які живуть в одній сім'ї або яких вони доглядають)

**Медперсонал**  
(і люди в місцях із високою відвідуваністю)

Вакцинація рекомендована також таким групам людей:

- Людям віком від 6 місяців із підвищеним ризиком для здоров'я внаслідок основних захворювань, таких як:
  - Хронічні неврологічні захворювання, як-от розсіяний склероз
  - Вроджений або набутий імунodefіцит
  - ВІЛ-інфекція
- Мешканцям притулків і будинків для престарілих

**Ознайомтеся з повними рекомендаціями STIKO:**



## Для кого грип є особливо небезпечним?

Деякі групи населення мають підвищений ризик ускладнень у разі захворювання на грип.<sup>5,6,13</sup>

### Люди віком 60 років і старше

Дорослі віком від 60 років особливо схильні до зараження вірусами грипу.<sup>14-16</sup>

На них припадають:



у зв'язку зі справжнім грипом.<sup>14</sup>

Є дві основні причини цих ускладнень.

#### Із віком:

- імунна система слабшає.<sup>15,16</sup>
- хронічні захворювання частішають.<sup>15,16</sup>

### Вагітні жінки

Постійна комісія з вакцинації (STIKO) при Інституті Роберта Коха рекомендує щеплення проти грипу всім вагітним жінкам.<sup>12,13,17</sup>

- Через зміни в імунній системі у вагітних жінок можуть розвинути ускладнення. Вони мають підвищений ризик госпіталізації та навіть смертельних випадків.
- Антитела матері проти вірусів грипу передаються плоду через плаценту, що може пізніше захистити ще невакцінованого новонародженого від грипу.

## Люди з серцево-судинними захворюваннями

Грип може мати серйозні наслідки у людей із серцево-судинними захворюваннями.

Це тому, що віруси грипу можуть вражати як серце, так і кровоносні судини.<sup>18</sup>

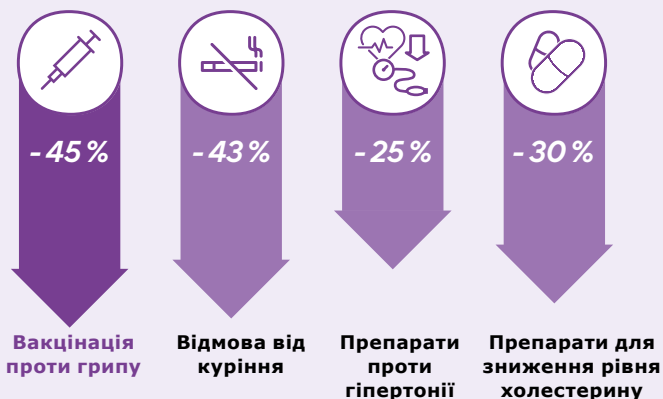
Люди з хворобами серця **віком 65 років і старше є особливо вразливими**: Вони мають у **5 разів вищий ризик** померти від грипу, ніж люди такого самого віку без серцевих захворювань.<sup>19</sup>

### Що стосується здоров'я серця, щеплення може також принести користь.

Вакцинація є **найважливішим захисним заходом** проти високих ризиків для здоров'я при справжньому грипі.<sup>5</sup> Це особливо стосується людей, які уже мають серйозні серцево-судинні хвороби на кшталт інфаркту міокарда.

Чи знаєте ви, що щеплення від грипу є так само ефективним у зниженні ризику інфаркту міокарда, як і відмова від куріння?<sup>20-22</sup>

### Зниження ризику серйозних серцево-судинних подій<sup>21,22,d</sup>





## Люди з *діабетом* (цукрова хвороба)

Хворі на діабет мають удвічі вищий ризик інфікування грипом:

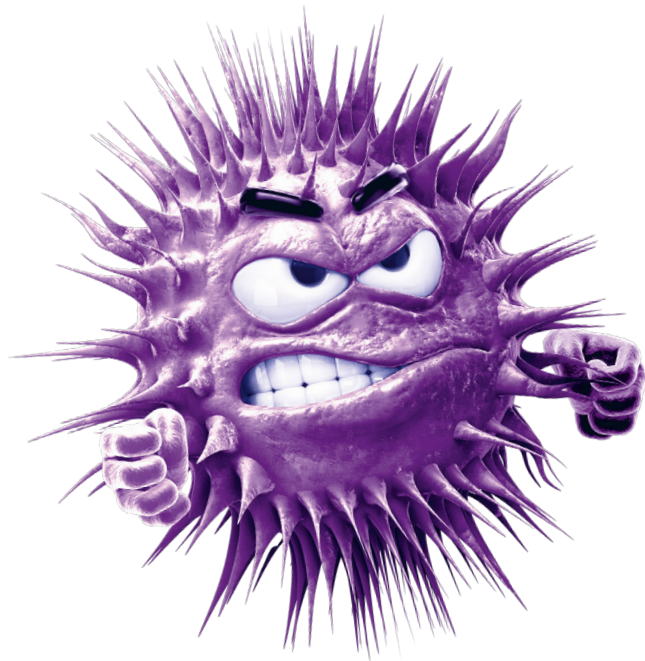
- Через ослаблену імунну систему вони легше заражаються вірусами.<sup>23</sup>
- Ускладнення частіше трапляються в них – наприклад:<sup>24,25</sup>



**74%**  
Підвищений  
ризик порушень  
балансу цукру в  
крові<sup>24,e</sup>



**30%**  
дорослих,  
госпіталізованих  
з приводу грипу,  
мають діабет<sup>25</sup>



## Вакцинація проти грипу: коли, де і чому щороку?



**Який час є найкращим для щеплення п?**

Починаючи з жовтня, але також і вже під час епідемії грипу (січень – березень п).<sup>13</sup>



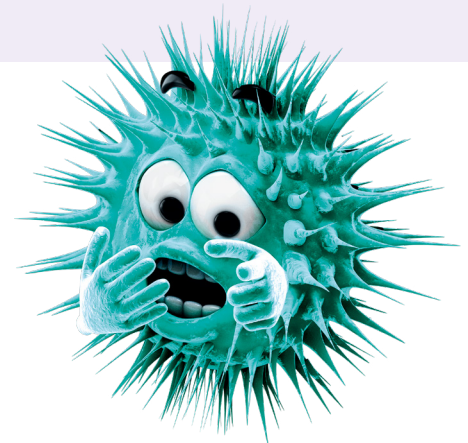
**Де можна зробити щеплення проти грипу?**

У терапевтичних та спеціалізованих відділеннях медичних закладів, а також у багатьох аптеках. Найкраще, що можна зробити – запитати.<sup>26</sup>



**Чому вакцинуватися потрібно щороку а?**

Грип спричинюють різні варіанти вірусів. Склад цих варіантів постійно змінюється. Тому вакцини щороку адаптовані до тих вірусів грипу, які циркулюють на даний час.<sup>27</sup>



#### Примітки:

- a У самоконтрольованому дослідженні серед дорослих віком 40 років і старше, приблизно 90% з них були віком 50 років і старше та не мали інфаркту міокарда чи інсульту в анамнезі.<sup>7</sup>
- b Протягом трьох днів після лабораторно підтвердженої інфекції грипу порівняно з періодом до зараження грипом.<sup>7</sup>
- c У когортному дослідженні 925 пацієнтів віком 65 років і старше, госпіталізованих із лабораторно підтвердженим грипом та іншими гострими респіраторними захворюваннями.<sup>8</sup>
- d Порівняння ґрунтується на систематичному огляді досліджень з первинної та вторинної профілактики інфаркту міокарда
- e У ретроспективному когортному аналізі даних 54 656 пацієнтів з цукровим діабетом 2 типу та контрольної групи з 113 016 осіб без цукрового діабету вікомі 18 років і старше. Дані було зібрано протягом сезону грипу 2016-2017 років.<sup>24</sup>

#### ПОСИЛАННЯ:

1. Centers for Disease Control and Prevention. Cold Versus Flu. Stand: 29.09.2022. unter: <https://www.cdc.gov/flu/symptoms/coldflu.htm> (abgerufen: 31.05.2024)
2. Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG). Erkältung. Stand: 31.10.2023. unter: <https://www.gesundheitsinformation.de/erkaeltung.html> (abgerufen: 31.05.2024)
3. Helmholtz Zentrum München. Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt (GmbH). Was ist eine Erkältung? Stand: 22.02.2022. unter: <https://www.lungeninformationsdienst.de/krankheiten/virale-infekte/erkaeltung/grundlagen> (abgerufen: 31.05.2024)
4. Helmholtz Zentrum München. Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt (GmbH). Grippe (Influenza): Diagnose. Stand: 04.08.2016. unter: <https://www.lungeninformationsdienst.de/krankheiten/virale-infekte/grippe/diagnose> (abgerufen: 31.05.2024)
5. Robert Koch-Institut (RKI). RKI-Ratgeber. Influenza (Teil 1): Erkrankungen durch saisonale Influenzaviren. Stand: 19.01.2018. unter: [https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Merkblaetter/Ratgeber\\_Influenza\\_saisonal.html](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Merkblaetter/Ratgeber_Influenza_saisonal.html) (abgerufen: 31.05.2024)
6. Robert Koch-Institut (RKI). Häufig gestellte Fragen und Antworten zur Grippe. Gesamtstand: 27.12.2023. unter: [https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Influenza/FAQ\\_Liste.html](https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Influenza/FAQ_Liste.html) (abgerufen: 31.05.2024)
7. Warren-Gash C, et al. Laboratory-confirmed respiratory infections as triggers for acute myocardial infarction and stroke: a self-controlled case series analysis of national linked datasets from Scotland. *Eur Respir J*. 2018 Mar 29;51(3):1701794.
8. Andrew MK, et al. Persistent Functional Decline Following Hospitalization with Influenza or Acute Respiratory Illness. *J Am Geriatr Soc*. 2021 Mar;69(3):696-703.
9. Robert Koch-Institut (RKI). Virus und Erkrankung. Stand: 18.09.2023. unter: [https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Influenza/FAQ\\_Liste\\_Virus.html](https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Influenza/FAQ_Liste_Virus.html) (abgerufen: 31.05.2024)
10. Greenberg SB. Update on Human Rhinovirus and Coronavirus Infections. *Semin Respir Crit Care Med*. 2016 Aug;37(4):555-71.
11. Guertler LG. Influenza. *DoctorConsult - The Journal. Wissen für Klinik und Praxis*. 2010;1(2):e111-e115. doi:10.1016/j.dcjwkp.2010.06.009
12. Robert Koch-Institut (RKI). *Epid Bull* 2024;4:1- 72. unter: [https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2024/Ausgaben/04\\_24.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2024/Ausgaben/04_24.pdf?__blob=publicationFile) (abgerufen: 31.05.2024)
13. Robert Koch-Institut (RKI). Antworten auf häufig gestellte Fragen zur Schutzimpfung gegen Influenza. Gesamtstand: 25.01.2024. unter: [https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Impfen/Influenza/FAQ\\_Uebersicht.html](https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Impfen/Influenza/FAQ_Uebersicht.html) (abgerufen: 31.05.2024)
14. Centers for Disease Control and Prevention. Flu & People 65 Years and Older. Stand: 21.03.2024. unter: <https://www.cdc.gov/flu/highrisk/65over.htm#print> (abgerufen: 31.05.2024)
15. Amanna IJ. Balancing the Efficacy and Safety of Vaccines in the Elderly. *Open Longev Sci*. 2012 Jun 29;6(2012):64-72.
16. Robert Koch-Institut (RKI). *Epid Bull* 2021;1:3-25. unter: [https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2021/Ausgaben/01\\_21.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2021/Ausgaben/01_21.pdf?__blob=publicationFile) (abgerufen: 31.05.2024)

17. Robert Koch-Institut (RKI). *Epid Bull* 2010;31:299- 309. unter: [https://www.rki.de/DE/Content/Kommissionen/STIKO/Empfehlungen/Begrundung/Influenza\\_aenderung.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.rki.de/DE/Content/Kommissionen/STIKO/Empfehlungen/Begrundung/Influenza_aenderung.pdf?__blob=publicationFile) (abgerufen: 31.05.2024)
18. Skaarup KG et al. Influenza and cardiovascular disease pathophysiology: strings attached. *Eur Heart J Suppl*. 2023 Feb 14;25(Suppl A):A5-A11.
19. Schanzer DL, et al. Co-morbidities associated with influenza-attributed mortality, 1994-2000, Canada. *Vaccine*. 2008 Aug 26;26(36):4697-703.
20. Behrouzi B, et al. Association of Influenza Vaccination With Cardiovascular Risk: A Meta-analysis. *JAMA Netw Open*. 2022 Apr 1;5(4):e228873.
21. MacIntyre CR, et al. Influenza vaccine as a coronary intervention for prevention of myocardial infarction. *Heart*. 2016 Dec 15;102(24):1953-1956.
22. Yedlapati SH, et al. Vaccines and cardiovascular outcomes: lessons learned from influenza epidemics. *Eur Heart J Suppl*. 2023 Feb 14;25(Suppl A):A17-A24.
23. Gupta S et al., Infections in diabetes mellitus and hyperglycemia. *Infect Dis Clin North Am*. 2007 Sep;21(3):617-38, vii
24. Samson SJ, et al. Quantifying the Impact of Influenza Among Persons With Type 2 Diabetes Mellitus: A New Approach to Determine Medical and Physical Activity Impact. *J Diabetes Sci Technol*. 2021 Jan;15(1):44-52.
25. Centers for Disease Control and Prevention. Flu & People with Diabetes. Stand: 20.03.2024. unter: <https://www.cdc.gov/flu/highrisk/diabetes.htm#print> (abgerufen: 31.05.2024)
26. ABDA. Faktenblatt. Gripeschutzimpfungen in Apotheken. Stand: Dezember 2022, unter: [https://www.abda.de/fileadmin/user\\_upload/assets/Faktenblaetter/Faktenblatt\\_Gripeschutzimpfung\\_in\\_Apotheken.pdf](https://www.abda.de/fileadmin/user_upload/assets/Faktenblaetter/Faktenblatt_Gripeschutzimpfung_in_Apotheken.pdf) (abgerufen: 31.05.2024)
27. Robert Koch-Institut (RKI). Kurz & Knapp – Faktenblätter zum Impfen. Influenza. Stand: September 2023. unter: [https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/Faktenblaetter/Influenza.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/Faktenblaetter/Influenza.pdf?__blob=publicationFile) (abgerufen: 31.05.2024)

**Заразитися грипом**  
*легко*

**Захиститися від**  
**грипу також м**

**Порадьтеся з лікарем і зробіть щеплення.**

**Перевірте свою карту щеплень і запишіться на  
вакцинацію від грипу.**

**Докладніше на**  
***[impfen.sanofi.de/grippe](https://impfen.sanofi.de/grippe)***



Sanofi-Aventis Deutschland GmbH  
Lützowstraße 107 | 10785 Berlin | [www.sanofi.de](https://www.sanofi.de)

**sanofi**