



PRINCIPLES OF PREVENTION OF SEASONAL DISEASES - ARVI AND FLU AMONG MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS

Mutabar Abduganievna Mirpaizieva

УЗБЕКИСТАН TASHKENT MEDICAL ACADEMY, TASHKENT,
UZBEKISTAN

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14509264>

ARTICLE INFO

Received: 09th December 2024
Accepted: 16th December 2024
Online: 17th December 2024

KEYWORDS

Influenza, acute respiratory viral infections, epidemic outbreak, epidemics, pandemic influenza.

ABSTRACT

ARVI (acute respiratory viral infection) is a massive viral infection that can affect anyone, outbreaks of which are more often observed in winter and early spring. The causative agent of influenza is a virus that passes from infected people into the nasopharynx of others. Influenza differs from many infectious diseases in its ease of transmission from a sick person to a healthy person - through airborne droplets, causing illness a day after infection. Prevention of influenza and ARVI is a set of measures aimed at preventing infection of the human body with viruses that cause the disease.

ПРИНЦИПЫ ПРОФИЛАКТИКИ СЕЗОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ - ОРВИ И ГРИППА СРЕДИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

Мутабар Абдуганиевна Мирпайзиева

ТАШКЕНТСКАЯ МЕДИЦИНСКАЯ АКАДЕМИЯ, ТАШКЕНТ, УЗБЕКИСТАН

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14509264>

ARTICLE INFO

Received: 09th December 2024
Accepted: 16th December 2024
Online: 17th December 2024

KEYWORDS

Грипп, острые респираторные вирусные инфекции, эпидемическая вспышка, эпидемия, пандемия гриппа.

ABSTRACT

ОРВИ (острая респираторная вирусная инфекция) - это массовая вирусная инфекция, заболеть которым может любой человек, вспышки которой чаще наблюдаются зимой и ранней весной. Возбудителем гриппа является вирус, который от инфицированных людей попадает в носоглотку окружающих. Грипп отличается от многих инфекционных заболеваний легкостью передачи от больного человека к здоровому - воздушно-капельным путем вызывая заболевание спустя сутки после заражения. Профилактика гриппа и ОРВИ - это комплекс мероприятий, направленных на предупреждение инфицирования организма человека вирусами, вызывающими заболевание.



**TIBBIYOT UNIVERSITET TALABALARI ORASIDA MAVSUMIY KASALLIKLAR
- O'RVI VA GRIPP PROFILAKTIKASI PRINSIPLARI**

Mutabar Abduganiyevna Mirpayziyeva

TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMİYASI, TOSHKENT, O'ZBEKİSTON

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14509264>

ARTICLE INFO

Received: 09th December 2024

Accepted: 16th December 2024

Online: 17th December 2024

KEYWORDS

Gripp, o'tkir respirator virusli infektsiyalar, epidemiyasi, epidemiyasi, gripp pandemiyasi.

ABSTRACT

O'RVI (o'tkir respirator virusli infektsiya) har qanday odamga ta'sir qilishi mumkin bo'lgan ommaviy virusli infektsiya bo'lib, uning tarqalishi qishda va erta bahorda ko'proq kuzatiladi. Grippning qo'zg'atuvchisi infektsiyalangan odamlardan atrofdagilarga burun va hinqildaq yo'llari orqali o'tadigan virusdir. Gripp ko'plab yuqumli kasalliklardan kasal odamdan sog'lom odamga - havo tomchilari orqali yuqishi, infektsiyadan bir kun o'tib kasallikni keltirib chiqarishi bilan ajralib turadi. Gripp va O'RVI kasalligini oldini olish - bu kasallikni keltirib chiqaradigan viruslar bilan inson tanasining infektsiyasini oldini olishga qaratilgan chora-tadbirlar majmuidir.

Актуальность: Острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) являются этиологически разнородной группой инфекционных болезней дыхательных путей. Ежегодно, по данным ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения), каждый взрослый человек в среднем заболевает острой респираторной инфекцией от 2 до 4 раз в год. Суммарный экономический ущерб от данной нозологической группы непрерывно увеличивается. ОРВИ являются этиологически разнородной группой инфекционных болезней дыхательных путей, но имеют сходные механизмы развития, эпидемиологические и клинические характеристики [1]. Гриппоподобные болезни, сопровождающиеся поражением органов дыхания, известны с древних времен. Первое упоминание о гриппоподобной болезни относится к 412 г. до нашей эры, когда Гиппократ описал «вспышку» заболевания в Афинской армии, которое сопровождалось лихорадкой, упорным кашлем, головной болью, воспалением зева и ангиной. Начиная с XII в. описано более 100 эпидемий гриппа, которые поражали население как нескольких городов, так и крупных регионов. Периодически эпидемии переходили в пандемии, распространяясь одновременно на территории нескольких стран и континентов. Первая документально подтвержденная и описанная как истинно всемирная пандемия гриппа произошла в 1889 г. Началась пандемия в феврале 1889 г. в Бухаре, откуда по транспортным путям к декабрю грипп распространился в большинстве крупных городов России и Западной Европы [2]. По своей социальной значимости, огромному ущербу, наносимому здоровью населения и экономике, грипп находится на первом месте среди всех заболеваний человека. Заболеваемость гриппом и гриппоподобными инфекциями превышает суммарную заболеваемость всеми остальными инфекциями. Нет ни одной болезни человека, сравнимой в настоящее



время по этому показателю с указанными инфекциями. На их долю приходится 10–30% временной нетрудоспособности населения. В отдельные годы грипп и острые респираторные инфекции составляли до 40 % всех заболеваний взрослых, зарегистрированных в поликлинике, более 80% всей инфекционной патологии, более 60% заболеваний среди детей [3]. Заболеваемость острыми респираторно-вирусными инфекциями, включая грипп, сохраняется на высоком уровне, ежегодно повышаясь в осенне-зимний период. В последние эпид сезоны наблюдается одновременная циркуляция некоторых типов и подтипов вируса гриппа А, включая пандемический штамм. В настоящее время среди ОРВИ чаще всего регистрируются пара грипп, адено и респираторно-синцитиальная инфекции. Угрозу представляют постоянная изменчивость вирусов гриппа и появление новых возбудителей ОРВИ [4]. При массовых вспышках гриппа инфекция может охватить 5–10% населения. Во время эпидемии средняя смертность в мире, обусловленная гриппом или егосложнениями, может достигать 870 случаев на 100 тыс. населения. По данным ВОЗ, развитие пандемии может быть связано с появлением нового штамма вируса (грипп А), против которого у людей отсутствует иммунитет [5]. В результате проводимой широкомасштабной работы по охране здоровья населения, сохранению устойчивой санитарно-эпидемиологической обстановки и предупреждению распространения инфекционных заболеваний в стране обеспечивается эпидемиологическая стабильность. Вместе с тем, несмотря на принимаемые меры имеется ряд упущений в обеспечении эпидемиологической безопасности населения, предупреждении случаев массового заболевания гриппом, борьбе с новыми высокопатогенными вирусными инфекциями с пандемическим потенциалом. Проведенный анализ свидетельствует о наличии условий и проблем, препятствующих эффективной реализации мер по действенной профилактике гриппа и других острых респираторных инфекций. В целях дальнейшего совершенствования системы противодействия распространению гриппа и других острых респираторных инфекций, усиления мер по обеспечению благополучной санитарно-эпидемиологической обстановки и охране здоровья населения, а также последовательной реализации задач, определенных Стратегией действий по пяти приоритетным направлениям развития Республики Узбекистан в 2017-2021 годах, было принято Постановление Президента Республики Узбекистан от 18.05.2018 г.№ 3729 О мерах по дальнейшему совершенствованию системы противодействия распространению гриппа и других острых респираторных инфекций в Республике Узбекистан [6]. Восприимчивость людей к вирусам гриппа следует признать абсолютной. Риск возникновения заболевания, тяжесть его течения и исходы во многом зависят от типа вируса гриппа и предшествующих контактов с ним человека. На развитие гриппозной инфекции влияет возраст человека и сопутствующая патология, а также выбор профилактических мер и средств. Эффективным и экономически оправданным методом специфической профилактики гриппа для всех возрастных групп населения считается вакцинация. Основная цель вакцинопрофилактики – снизить риски инфицирования, развития осложнений и смертности как у привитых, так и у контактных лиц. Кроме того, одной из задач



вакцинации является ограничение риска формирования нового пандемического варианта [7].

Цель: оценить методы профилактики гриппа студентов ТМА, оценить уровень вакцинации среди студентов, определить наиболее популярные методы неспецифической профилактики.

Эффективным и экономически оправданным методом специфической профилактики гриппа для всех возрастных групп населения считается вакцинация. Основная цель вакцинопрофилактики – снизить риски инфицирования, развития осложнений и смертности как у привитых, так и у контактных лиц. Кроме того, одной из задач вакцинации является ограничение риска формирования нового пандемического варианта. Современные гриппозные вакцины – это трех и четырехкомпонентные препараты, которые содержат актуальные штаммы вирусов гриппа согласно рекомендациям экспертов ВОЗ [7]. Резервуаром и источником инфекции является человек с явными и стертыми формами болезни. Для вируса гриппа А природным резервуаром являются птицы. Преодолевая межвидовые барьеры, вирусы гриппа проникают в популяции новых потенциальных хозяев, довольно длительно циркулируя и становясь причиной опасных эпидемий, пандемий и эпизоотий [8]. Грипп – одно из наиболее агрессивных и непредсказуемых заболеваний, стоящее особняком в ряду известных инфекций. Его отличают: широкая и повсеместная распространенность, обусловленная постоянными мутациями вируса и появлением новых штаммов (по статистике, эпидемии гриппа ежегодно поражают от 5 до 15% населения по всему миру); развитие постинфекционных осложнений: от часто встречающихся патологий дыхательной системы (пневмонии, риниты, синуситы, бронхиты и отиты) до поражения оболочек сердца (миокардит или перикардит) и воспаления оболочек мозга (энцефалит, менингоэнцефалит и арахноидит); высокий уровень смертности: по данным Европейской рабочей группы по гриппу, во время эпидемий количество смертей от гриппа или вызванных им осложнений может достигать 870 на 100 тыс. населения [1]. Доказано, что после гриппа и острой респираторной инфекции возрастает частота инфаркта миокарда и со смертельным исходом. Летальность у больных с хроническими обструктивными болезнями легких после гриппа может достигать 30% в сравнении с 0,1% у здоровых [9].

Материалы и методы исследования: Исследование проводилось путём анкетирования. Проведено анонимное анкетирование 67 студентов первого курса педиатрического факультета Анкета содержала вопросы о методах неспецифической и специфической профилактики гриппа и ОРВИ с несколькими предлагаемыми вариантами ответа, а также предоставлялась возможность дать свой вариант ответа на вопрос. обработка материала проводилась с помощью персональном компьютере в операционной системе Windows 7.

Результаты: Результаты анкетирования показали, что практически все студенты отнесли грипп к опасным (82,6%) инфекционным заболеваниям. В связи с этим большая часть студентов считает необходимым проведение специфической профилактики гриппа (82,6%). В 2022г. привились от гриппа менее 1/4 студентов. Наиболее часто студенты применяют проветривание помещений (73%) и



употребление продуктов, содержащих достаточное количество витаминов (73%). Реже студенты используют такие методы профилактики, как ежедневная влажная уборка (17%), назальный душ (29%) и ношение маски в местах массового скопления людей. В числе ведущих причин отказов от вакцинации первокурсники назвали: нецелесообразность вакцинации (14,7 %), опасение осложнений от вакцинации (32 %), отсутствие времени (3,4 %). Почти половина студентов этой группы (42,7 %) не знают, куда можно обратиться по вопросам вакцинации. Не указали причину 9,4 % студентов. Необходимо отметить, что мнение студентов о вакцинопрофилактике гриппа изменяется после заболевания. Так, около 8 % студентов указали в анкете, что после перенесенного тяжелого гриппа теперь в обязательном порядке ежегодно вакцинируются. В то же время среди студентов, не считающих вакцинопрофилактику целесообразной, тяжелой формой гриппа ранее переболели только 3 человека. В этих условиях возрастает роль методов неспецифической профилактики гриппа и ОРВИ. Наиболее часто студенты прибегают к регулярному проветриванию помещений, в которых находятся, употребляют продукты, содержащие достаточное количество витаминов и микроэлементов. Значительно реже студенты используют такие методы профилактики, как ежедневная влажная уборка и ношение маски в местах массового скопления людей (на занятиях, на работе, в общественном транспорте) студенты рассматривают грипп как высоко контагиозную инфекцию. Для оценки индивидуального здоровья используется ряд весьма условных показателей: ресурсы здоровья, потенциал здоровья и баланс здоровья. Ресурсы здоровья – это морфофункциональные и психологические возможности организма изменять баланс здоровья в положительную сторону. Повышение ресурсов здоровья обеспечивается всеми мерами здорового образа жизни.

Заключение: ОРВИ являются этиологически разнородной группой инфекционных болезней дыхательных путей, имеющих сходные механизмы развития, эпидемиологические и клинические характеристики. Данная группа заболеваний характеризуется высокой контагиозностью, быстрым распространением, значительным количеством осложнений, прежде всего среди лиц, относящихся к группе риска (хронические заболевания, иммунодефицитные состояния, пожилой возраст и другие). [1,10]. Для достижения эффекта вакцинации необходимо ежегодно охватывать не менее 75% людей в каждой группе высокого риска заражения. Однако только вакцинация в полной мере не решает проблему профилактики гриппа и ОРВИ, так как у привитых вырабатываются антитела лишь к тем вирусам гриппа, которые включены в состав вакцины. Против других респираторных вирусных заболеваний меры специфической профилактики не разработаны. В связи с этим важное значение приобретает проведение неспецифической профилактики гриппа и ОРВИ с широким применением противовирусных препаратов и лекарственных средств, которые повышают общую резистентность организма и могут предупреждать возникновение заболевания. [2,7,10]. Согласно данным, предоставленным ВОЗ, именно благодаря массовой вакцинопрофилактике удалось снизить интенсивность эпидемий гриппа во всем мире. Современная вакцина способна защитить от гриппа около 80% как взрослого населения, так и детей. Неспецифическая профилактика гриппа и ОРВИ – это



комплекс общих мероприятий, среди которых: проветривание помещения, полноценное питание, использование масок, мытье рук, прием препаратов, действующих на вирус гриппа [8,10]. Достаточно большое количество острых респираторных вирусных инфекций не управляемся специфической вакцинопрофилактикой. Поэтому для неспецифической профилактики мы используем в своей практике 4 основные группы препаратов. К ним относятся противовирусные препараты, интерфероны, индукторы интерферонов и иммуностимулирующие препараты [7,0]. Что касается противовирусных препаратов, ВОЗ в своих рекомендациях советует не применять данную группу с целью профилактики, за исключением ситуации, когда человек находился непосредственно в очаге вирусной инфекции, поскольку нецелесообразное, неконтролируемое применение противовирусных препаратов приводит, как уже было сказано, к формированию устойчивых штаммов и снижению чувствительности возбудителя к препарату. Когда мы имеем дело с препаратами, которые наряду с противовирусным эффектом имеют интерферон-продуцирующий, возникает более эффективное воздействие, т. к. стимулируется и неспецифическое звено иммунной защиты [6,10]. Проведенное анкетирование показало невысокий уровень специфической профилактики гриппа среди студентов ТМА. Студенты отдают предпочтение неспецифической профилактике гриппа, тогда как наиболее эффективным методом является вакцинация. Специфическая профилактика - вакцинопрофилактика, но, к сожалению, она разработана только для гриппа. Для остальных респираторных вирусных инфекций она не проводится, для них вакцин как таковых просто не существует. Соответственно, врач должен рекомендовать всем людям пройти вакцинацию, чтобы защитить себя от гриппа как от наиболее тяжелой респираторной вирусной инфекции. Проводить её следует в осеннее время до начала эпидемического подъёма заболеваемости [5,9,10]. Исходя из проведённого исследования рекомендуются основные меры профилактики гриппа: прививаться против гриппа до начала эпидемического сезона, сократить время пребывания в местах массовых скоплений людей и общественном транспорте, пользоваться маской в местах скопления людей, избегать тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания, регулярно тщательно мыть руки с мылом, особенно после улицы и общественного транспорта, промывать полость носа, особенно после улицы и общественного транспорта, регулярно проветривать помещение, регулярно делать влажную уборку в помещении, увлажнять воздух в помещении, кушать как можно больше продуктов, содержащих витамин С, кушать как можно больше блюд с добавлением чеснока и лука, по рекомендации врача использовать препараты и средства, повышающие иммунитет, соблюдение мер здорового образа жизни, высыпаться, сбалансированно питаться и регулярно заниматься физкультурой.

В заключении статьи хотелось подчеркнуть, что своевременная и эффективная профилактика гриппа и ОРВИ должна быть комплексной и включать как специфические меры (вакцинация), так и неспецифические (с использованием интерферонов). Глобальной задачей общества и государства является внедрение в образовательные стандарты как можно больше аспектов, связанных со здоровым образом жизни.



References:

1. Ларина В.Н., Захарова М.И., Беневская В.Ф., Головко М.Г., Соловьев С.С. Острые респираторные вирусные инфекции и грипп: этиология, диагностика и алгоритм лечения. РМЖ. Медицинское обозрение. 2019;3(9(I)):18-23.
2. Н.Д. Ющук, О.С Хадарцев. Профилактика гриппа. и острых респираторных вирусных инфекций с учетом особенности их эпидемического процесса (материалы для подготовки лекции). Инфекционные болезни: новости, мнения, обучение. 2018. Т. 7, № 2. С. 44–51.
3. Е.В. Михайлова, Т. Н. Малюгина, Д. Ю. Лёвин, А.П. Аверьянов, А. Ю. Сердюков, П. А. Железников. Социально значимые аспекты профилактики гриппа глазами студентов медицинского вуза. Саратовский научно-медицинский журнал 2018; 14 (4): 680–682.
4. Г.Н. Карткина. Грипп, ОРВИ: проблемы профилактики и лечения. Инфекционные болезни: новости, мнения, обучение №4 2015. 25-34.
5. Л.Г. Ярилина, Т.П. Маркова, А.Г. Чувирова. Профилактика гриппа. Аллергология и иммунология в педиатрии, № 1. 2014. 7-10.
6. Постановление Президента Республики Узбекистан, от 18.05.2018 г. № ПП-3729. О мерах по дальнейшему совершенствованию системы противодействия распространению гриппа и других острых респираторных инфекций в Республике Узбекистан.
7. Е.И. Бурцева, Е.А. Мукашева, А.Г. Росаткевич Основные направления эффективной профилактики гриппа в современных условиях. Эпидемиология и вакцинопрофилактика. № 5. 2017. 80-85.
8. М. С. Савенкова. Диагностика и лечение гриппа у детей. Детские инфекции. 2016.№ 1. 48-54.
9. И Широкова, Вакцинация против гриппа: актуально, безопасно, надежно. «Ремедиум» нозологии. Грипп. 2015. 37-38.
10. ДМ Червякова. Профилактика гриппа среди студентов медицинского ВУЗа Бюллетень медицинских Интернет-конференций (ISSN 2224-6150) Том 8. № 10. 2018. 505.