

Ενημέρωση και κατευθυντήριες οδηγίες της ΠΟΥ (Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας) για την γρίπη των χοίρων

Τι είναι η γρίπη των χοίρων;

Η γρίπη των χοίρων είναι μια ιδιαίτερα μεταδοτική οξεία αναπνευστική νόσος των χοίρων, η οποία προκαλείται από ένα από τα στελέχη του ιού της γρίπης των χοίρων (τύπου Α). Η νοσηρότητα της νόσου είναι υψηλή και η θνησιμότητα χαμηλή (1-4%).

Ο ιός μεταδίδεται μεταξύ των χοίρων από τα αερολύματα, με άμεση και έμμεση επαφή και από ασυμπτωματικούς φορείς (χοίρους). Οι επιδημίες στους χοίρους εμφανίζονται όλο το χρόνο με μια αυξανόμενη επίπτωση το φθινόπωρο και το χειμώνα στις εύκρατες ζώνες. Πολλές χώρες εμβολιάζουν συνήθως τους πληθυσμούς των χοίρων.

Οι ιοί της γρίπης χοίρων είναι ο συνήθως της H1N1 υποκατηγορίας (αλλά και άλλων υποκατηγοριών, π.χ., H1N2, H3N1, H3N2). Οι χοίροι μπορούν να μολυνθούν από τους ιούς της γρίπης των χοίρων, όπως επίσης από τους ιούς της γρίπης των πτηνών, αλλά και από τους ανθρώπινους εποχιακούς ιούς της γρίπης. Ο H3N2 ιός χοίρων θεωρήθηκε ότι είχε μεταδοθεί αρχικά στους χοίρους από τους ανθρώπους.

Μερικές φορές οι χοίροι μπορούν να μολυνθούν με περισσότερους από έναν τύπους ιών τη φορά και αυτό μπορεί να επιτρέψει την ανάμειξη των γονιδίων τους. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε έναν ιό γρίπης που περιέχει γονίδια από διάφορες πηγές ("reassortant" virus). Αν και οι ιοί της γρίπης των χοίρων είναι συνήθως συγκεκριμένα είδη και μολύνουν μόνο τους χοίρους, μερικές φορές, ξεπερνούν το φράγμα των ειδών, για να προκαλέσουν νόσο στους ανθρώπους.

Ποιες είναι οι επιπτώσεις στην ανθρώπινη υγεία;

Επιδημίες και σποραδικές λοιμώξεις ανθρώπων από τον ιό της γρίπης των χοίρων έχουν αναφερθεί περιστασιακά. Τα γενικά κλινικά συμπτώματα είναι παρόμοια με τα συμπτώματα της εποχιακής γρίπης, αλλά η αναφερόμενη κλινική εικόνα κυμαίνεται ευρέως, από την ασυμπτωματική μόλυνση ως τη βαριάς μορφής πνευμονία με συνέπεια το θάνατο.

Δεδομένου ότι η χαρακτηριστική κλινική εικόνα της γρίπης των χοίρων στους ανθρώπους μοιάζει με την εποχιακή γρίπη και με άλλες οξείες λοιμώξεις των ανώτερων αναπνευστικών οδών, οι περισσότερες από τις περιπτώσεις έχουν ανιχνευθεί τυχαία, μέσω της εποχιακής επιτήρησης της γρίπης. Οι ήπιες ή ασυμπτωματικές περιπτώσεις μπορεί να μην είχαν διαγνωσθεί, επομένως η αληθινή έκταση αυτής της νόσου στους ανθρώπους είναι άγνωστη.

Πού έχουν εμφανιστεί περιστατικά σε ανθρώπους;

Από το 2007 στην ΠΟΥ (Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας) είχαν δηλωθεί περιστατικά γρίπης των χοίρων από τις Ηνωμένες Πολιτείες και την Ισπανία.

Πώς γίνεται η μετάδοση στους ανθρώπους;

Η μετάδοση της γρίπης των χοίρων στους ανθρώπους γίνεται συνήθως από τους μολυσμένους χοίρους, ωστόσο, σε μερικά περιστατικά δεν υπάρχει ιστορικό επαφής με χοίρους ή περιβάλλον στο οποίο υπάρχουν χοίροι. Η μετάδοση από άνθρωπο σε άνθρωπο έχει εμφανιστεί σε μερικές περιπτώσεις μετά από στενές επαφές και σε κλειστές ομάδες ανθρώπων.

Είναι ασφαλής η κατανάλωση χοιρινού κρέατος και προϊόντων χοιρινού κρέατος;

Ναι. Η γρίπη χοίρων δεν έχει αποδειχθεί ότι μεταδίδεται στους ανθρώπους μέσω της κατανάλωσης χοιρινού κρέατος ή άλλων προϊόντων που παράγονται από τους χοίρους. Ο ιός γρίπης χοίρων δεν επιζεί στις θερμοκρασίες του μαγειρέματος (70°C /160°F), που προτείνονται για την προετοιμασία του χοιρινού και των άλλων κρεάτων.

Ποιες χώρες έχουν επηρεαστεί από την επιδημία στους χοίρους;

Η γρίπη των χοίρων δεν «δηλώνεται» στις Διεθνείς Αρχές Υγείας των Ζώων (ΟΙΕ, www.oie.int), επομένως η διεθνής κατανομή της στα ζώα δεν είναι καλά γνωστή.

Η ασθένεια θεωρείται ενδημική στις Ηνωμένες Πολιτείες. Επιδημίες στους χοίρους είναι επίσης γνωστό ότι έχουν εμφανισθεί στη Βόρεια και Νότια Αμερική, στην Ευρώπη (συμπεριλαμβανομένης της Μ. Βρετανίας, της Σουηδίας και της Ιταλίας), στην Αφρική (Κένυα) και σε χώρες της ανατολικής Ασίας συμπεριλαμβανομένης της Κίνας και της Ιαπωνίας.

Υπάρχει κίνδυνος πανδημίας;

Είναι πιθανό οι περισσότεροι από τους ανθρώπους, ειδικά εκείνοι που δεν έχουν τακτική επαφή με χοίρους, να μην έχουν ανοσία στους ιούς της γρίπης των χοίρων, η οποία μπορεί να προλάβει τη μόλυνση από τον ιό. Εάν ένας ιός των χοίρων καταστεί μεταδοτικός από άνθρωπο σε άνθρωπο, μπορεί να προκαλέσει μια πανδημία γρίπης.

Ο αντίκτυπος μιας πανδημίας που προκαλείται από έναν τέτοιο ιό είναι δύσκολο να προβλεφθεί. Εξαρτάται από την μολυσματικότητα του ιού, την ανοσία που έχει αναπτυχθεί στους ανθρώπους και από την διασταυρούμενη προστασία από τα αντισώματα που έχουν αποκτηθεί από τις εποχιακές λοιμώξεις γρίπης και από παράγοντες του ξενιστή (μικροβίου).

Υπάρχει ανθρώπινο εμβόλιο που προστατεύει από τη γρίπη των χοίρων;

Δεν υπάρχει κανένα εμβόλιο που να περιέχει τον τωρινό ιό της γρίπης των χοίρων, ο οποίος προκαλεί τη νόσο στους ανθρώπους. Δεν είναι γνωστό εάν τα τρέχοντα ανθρώπινα εποχιακά εμβόλια γρίπης μπορούν να παρέχουν οποιαδήποτε προστασία. Οι ιοί γρίπης αλλάζουν πολύ γρήγορα.

Είναι σημαντικό να αναπτυχθεί ένα εμβόλιο κατά του τωρινού συγκεκριμένου στελέχους του ιού, για να παρέχει προστασία στους εμβολιασμένους ανθρώπους. Γι αυτό η ΠΟΥ χρειάζεται πρόσβαση σε όσο το δυνατόν περισσότερους ιούς, προκειμένου να επιλεγεί ο πιο κατάλληλος υποψήφιος ιός για εμβόλιο.

Ποια φάρμακα είναι διαθέσιμα για την αντιμετώπιση του ιού;

Υπάρχουν δύο κατηγορίες τέτοιων φαρμάκων, οι αδαμαντάνες (amantadine και remantadine) και οι αναστολείς της νευραμινιδάσης της γρίπης (oseltamivir και zanamivir).

Οι περισσότερες από τις προηγουμένως αναφερθείσες περιπτώσεις γρίπης των χοίρων ανέρρωσαν πλήρως από την ασθένεια, χωρίς ιατρική φροντίδα και χωρίς αντι-ϊικά φάρμακα.

Μερικοί ιοί της γρίπης αναπτύσσουν αντίσταση στα αντι-ϊικά φάρμακα, περιορίζοντας την αποτελεσματικότητα της θεραπείας. Οι ιοί που λαμβάνονται από τις πρόσφατα ανθρώπινα περιστατικά με γρίπη των χοίρων στις Ηνωμένες Πολιτείες είναι ευαίσθητοι στο oseltamivir και zanamivir αλλά ανθεκτικοί στο amantadine και το remantadine.

Δεν υπάρχουν επαρκείς πληροφορίες για τη σύσταση χρήσης των αντι-ϊικών φαρμάκων για τη θεραπεία της λοίμωξης με τον ιό της γρίπης των χοίρων. Οι νοσοκομειακοί γιατροί πρέπει να αποφασίσουν, βασισμένοι στις κλινικές και επιδημιολογικές εκτιμήσεις και τις βλάβες και το όφελος της φαρμακευτικής αγωγής του ασθενή. Για την τρέχουσα επιδημία της λοίμωξης με τον ιό της γρίπης των χοίρων στις Ηνωμένες Πολιτείες και το Μεξικό οι εθνικές και τοπικές αρχές συστήνουν να χρήση oseltamivir ή zanamivir για θεραπεία της ασθένειας, βασισμένες στην ευαισθησία του ιού.

Τι θα έπρεπε να κάνω εάν είμαι σε τακτική επαφή με τους χοίρους;

Ακόμα κι αν δεν υπάρχει καμία σαφής ένδειξη ότι τα τωρινά περιστατικά ανθρώπων με λοίμωξη με τον ιό της γρίπης των χοίρων συσχετίζονται με πρόσφατα ή τρέχοντα περιστατικά νόσου γρίπης στους χοίρους, θα ήταν ενδεδειγμένο να ελαχιστοποιηθεί η επαφή με τους άρρωστους χοίρους και να αναφερθούν τέτοια ζώα στις αρμόδιες Υγειονομικές Αρχές για τα Ζώα.

Οι περισσότεροι άνθρωποι προσβάλλονται μέσω της παρατεταμένης και στενής επαφής με τους μολυσμένους χοίρους. Οι καλές πρακτικές υγιεινής είναι ουσιαστικές κατά τη διάρκεια της επαφής με τα ζώα και είναι ιδιαίτερα σημαντικές κατά τη διάρκεια της σφαγής και του μετά της σφαγής χειρισμού, για να αποτρέψουν την έκθεση στους παράγοντες της νόσου. Τα άρρωστα ζώα ή τα ζώα που πέθαναν από τη νόσο δεν πρέπει να υποβληθούν στις διαδικασίες της σφαγής. Ακολουθήστε τις περαιτέρω συμβουλές από τις αρμόδιες εθνικές αρχές.

Η γρίπη χοίρων δεν έχει αποδειχθεί ότι μεταδίδεται στους ανθρώπους μέσω της κατανάλωσης (του κατάλληλα επεξεργασμένου-παρασκευασμένου) χοιρινού κρέατος ή άλλων προϊόντων που παράγονται από τους χοίρους. Ο ιός γρίπης χοίρων δεν επιζεί στις θερμοκρασίες του μαγειρέματος (70°C /160°F), που προτείνονται για την προετοιμασία του χοιρινού και των άλλων κρεάτων.

Πώς μπορώ να προστατευθώ από τη γρίπη χοίρων από μολυσμένους ανθρώπους;

Στο παρελθόν, η ανθρώπινη μόλυνση με τη γρίπη των χοίρων ήταν γενικά ήπια. Είναι όμως γνωστό ότι έχει προκαλέσει σοβαρές νόσους όπως η πνευμονία. Για την τρέχουσα επιδημία στις Ηνωμένες Πολιτείες και το Μεξικό ωστόσο, οι κλινικές εικόνες είναι διαφορετικές.

Καμία από τις επιβεβαιωμένες περιπτώσεις στις Ηνωμένες Πολιτείες δεν είχε τη βαριά μορφή της νόσου και οι ασθενείς ανέρρωσαν από τη νόσο χωρίς απαίτηση ιατρικής φροντίδας. Στο Μεξικό, μερικοί ασθενείς είχαν σύμφωνα με τις υπάρχουσες πληροφορίες τη βαριά μορφή της νόσου.

Πρακτικά γενικά προληπτικά μέτρα για τη γρίπη:

- **Αποφύγετε τη στενή επαφή με ανθρώπους που εμφανίζονται αδιάθετοι και που έχουν πυρετό και βήχα.**
- **Πλύνετε τα χέρια σας με σαπούνι και νερό συχνά και σχολαστικά.**
- **Καλές πρακτικές υγιεινών συνηθειών συμπεριλαμβανομένων του επαρκούς ύπνου, της καλής διατροφής και της διατήρησης της φυσικής δραστηριότητας.**

Εάν υπάρχει ένα άρρωστο άτομο στο σπίτι:

- **Προσπαθήστε να παρέχετε στο άρρωστο άτομο ένα χωριστό χώρο στο σπίτι. Εάν αυτό δεν είναι δυνατό, κρατήστε τον ασθενή τουλάχιστον σε 1 μέτρο απόσταση από άλλους.**
- **Καλύψτε το στόμα και τη μύτη κατά τη φροντίδα του ασθενή. Οι μάσκες μπορούν να αγοραστούν ή να κατασκευασθούν χρησιμοποιώντας απλά διαθέσιμα υλικά.**
- **Πλύνετε τα χέρια σας με σαπούνι και νερό σχολαστικά μετά από κάθε επαφή με τον ασθενή.**
- **Προσπαθήστε να βελτιώσετε τη ροή αέρα στο χώρο που μένει ο ασθενής. Χρησιμοποιήστε τις πόρτες και τα παράθυρα για να εκμεταλλευτείτε τον αέρα.**
- **Κρατήστε το περιβάλλον καθαρό με τα συνήθη διαθέσιμα προϊόντα οικιακού καθαρισμού.**

Εάν ζείτε σε μια χώρα όπου η γρίπη των χοίρων έχει προκαλέσει νόσο στους ανθρώπους, ακολουθήστε τις πρόσθετες συμβουλές από τις εθνικές και τοπικές αρμόδιες για την υγεία αρχές.

Τι πρέπει να κάνω εάν νομίζω ότι έχω γρίπη των χοίρων;

Εάν αισθάνεστε αδιάθετοι, έχει υψηλό πυρετό, βήχα ή/και πονόλαιμο:

- **Μείνετε στο σπίτι μακριά από την εργασία, το σχολείο ή τους άλλους ανθρώπους όσο το δυνατόν περισσότερο.**
- **Αναπauθείτε και πάρετε αρκετά υγρά.**
- **Καλύψτε το στόμα και τη μύτη σας με μάσκες μιας χρήσης κατά τη βήξιμο και το φτέρνισμα και απομακρύνετε τις μάσκες με την κατάλληλη διαδικασία.**

- Πλύνετε τα χέρια σας με σαπούνι και νερό συχνά και σχολαστικά, ειδικά μετά από βήξιμο ή φτέρνισμα.
- Ενημερώστε την οικογένεια και τους φίλους για την ασθένειά σας και ζητήστε τη βοήθειά τους για τις οικιακές μικροδουλειές που απαιτούν την επαφή με άλλους ανθρώπους όπως οι αγορές.

Εάν χρειάζεστε την ιατρική φροντίδα:

- Ελάτε σε επαφή με το γιατρό ή τις υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης πριν ταξιδέψετε, για να τους δείτε και να εκθέσετε τα συμπτώματά σας. Εξηγήστε γιατί σκέφτεστε ότι έχετε τη γρίπη των χοίρων (παραδείγματος χάριν, εάν έχετε ταξιδέψει πρόσφατα σε μια χώρα όπου υπάρχει επιδημία γρίπης των χοίρων στους ανθρώπους). Ακολουθήστε τις συμβουλές που σας δίνονται για ιατρική φροντίδα.
- Εάν δεν είναι δυνατό να έρθετε σε επαφή με τις υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης εκ των προτέρων, κοινοποιείστε την υποψία σας για γρίπη των χοίρων αμέσως μόλις καταστεί δυνατό.

Φροντίστε να καλύψετε τη μύτη και το στόμα σας κατά τη διάρκεια του ταξιδιού.