



**ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ**  
**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ**

**ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗ ΓΡΙΠΗ ΑΠΟ ΤΟ ΝΕΟ ΙΟ Α(H1N1)**

**Τι είναι ο νέος ιός της γρίπης;**

Ο νέος ιός της γρίπης Α(H1N1) που απομονώθηκε για πρώτη φορά πρόσφατα είναι ένας νέος υπότυπος του ιού της γρίπης που προσβάλλει και τους ανθρώπους. Περιέχει γονίδια από ιό της γρίπης των χοίρων, των πτηνών και των ανθρώπων σε ένα συνδυασμό που δεν είχε εμφανιστεί ποτέ έως τώρα. Επίσης, είναι πλέον βέβαιο ότι ο ιός μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο και η νόσηση έχει περιγραφεί ως πολύ σοβαρή σε ορισμένες περιπτώσεις στο Μεξικό, παρότι η βαρύτητα της νόσου εμφανίζεται μικρότερη σε άλλες περιοχές.

**Τι είναι η γρίπη των χοίρων;**

Η γρίπη των χοίρων είναι μία οξεία ιογενής λοίμωξη του αναπνευστικού συστήματος των χοίρων που προκαλείται από ιό γρίπης τύπου Α. Ο ιός μεταδίδεται σε άγρια πτηνά, πουλερικά, άλογα και ανθρώπους, αλλά η μετάδοση από το ένα ζωικό είδος στο άλλο είναι σπάνια. Έως τώρα έχουν απομονωθεί σε χοίρους τρεις υπότυποι του ιού της γρίπης: ο Α(H1N1), ο Α(H1N2) και ο Α(H3N2).

**Μπορούν να μολυνθούν και οι άνθρωποι από γρίπη των χοίρων;**

Ναι. Ήδη από τα τέλη της δεκαετίας του 1950 είχαν αναφερθεί μεμονωμένα κρούσματα γρίπης των χοίρων σε ανθρώπους που είχαν άμεση επαφή με τα ζώα (π.χ. εργαζόμενοι σε φάρμες με χοίρους). Στην Ευρώπη, έχουν αναφερθεί 17 κρούσματα γρίπης των χοίρων από το 1958. Στις ΗΠΑ, μία επιδημία γρίπης των χοίρων αναφέρθηκε σε στρατιωτικό προσωπικό στο Fort Dix του New Jersey το 1976, αν και δεν αποδείχθηκε ποτέ επιδημιολογική σχέση με χοίρους. Υπήρχε, όμως, μετάδοση της νόσου από άνθρωπο σε άνθρωπο, γεγονός που οδήγησε σε περισσότερα από 200 κρούσματα, εκ των οποίων 12 νοσηλεύθηκαν και ένα απεβίωσε.

**Ποια είναι η διαφορά μεταξύ της γρίπης των χοίρων και της γρίπης από το νέο ιό;**

Σε αντίθεση με τον «τυπικό» ιό της γρίπης των χοίρων, ο νέος ιός της γρίπης Α(H1N1) περιέχει γονίδια από ιούς γρίπης των χοίρων, των πτηνών και των ανθρώπων. Επιπλέον, ο «τυπικός» ιός της γρίπης των χοίρων μεταδίδεται συνήθως μέσω άμεσης επαφής με χοίρους. Δευτερεύοντα κρούσματα με μετάδοση από άνθρωπο σε άνθρωπο έχουν περιγραφεί στο παρελθόν αλλά θεωρείται πολύ σπάνιο ενδεχόμενο.

Από την άλλη πλευρά, ο νέος ιός της γρίπης μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο και καταλήγει, μερικές φορές, σε σοβαρή νόσηση.

### **Ποια είναι τα συμπτώματα της γρίπης από το νέο ιό;**

Τα συμπτώματα της νόσου είναι παρόμοια με αυτά της εποχικής γρίπης και μπορεί να περιλαμβάνουν αιφνίδια έναρξη πυρετού και συμπτώματα από το αναπνευστικό σύστημα (όπως βήχας, καταρροή, πονόλαιμος, πόνος στους μυς, πονοκέφαλος), ενώ μπορεί να παρουσιαστούν και άλλα συμπτώματα, όπως ρίγη, αίσθημα κόπωσης, διάρροια και έμετοι.

Σε ορισμένες περιπτώσεις, παρατηρείται σοβαρή νόσηση σε κατά τα άλλα υγιείς ανθρώπους που μολύνονται με τον ιό.

### **Πώς μολύνονται οι άνθρωποι με το νέο ιό της γρίπης A(H1N1);**

Οι άνθρωποι μολύνονται με τον ιό με τον ίδιο τρόπο όπως και στην εποχική γρίπη. Μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο μέσω σταγονιδίων από ασθενή που βήχει ή φτερνίζεται. Ο ιός μπορεί να μεταδοθεί και έμμεσα, όταν τα μολυσμένα σταγονίδια που προέρχονται από ασθενή εγκαθίστανται στα χέρια του ή σε άλλες επιφάνειες που μπορεί στη συνέχεια να μεταδώσουν τον ιό σε ανθρώπους που τις ακουμπούν και, στη συνέχεια, ακουμπούν τη μύτη ή το στόμα τους.

### **Μπορεί ο νέος ιός να μεταδοθεί στον άνθρωπο μέσω κατανάλωσης χοιρινού κρέατος και παραγόντων του;**

Όχι. Ο νέος ιός της γρίπης δεν μεταδίδεται με την κατανάλωση καλά μαγειρεμένου χοιρινού κρέατος ή παραγόντων του. Αυτός ο νέος ιός δεν έχει απομονωθεί μέχρι σήμερα σε ζώα και δεν υπάρχουν ενδείξεις ότι ο ιός βρίσκεται στην αλυσίδα παραγωγής χοιρινού κρέατος. Η Ευρωπαϊκή Αρχή Ασφάλειας Τροφίμων (EFSA) και το Ευρωπαϊκό Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων (ECDC) δεν είναι ενήμερα για απολύτως κανένα επιστημονικά τεκμηριωμένο δεδομένο που να συνηγορεί υπέρ της άποψης ότι οι ιοί της γρίπης μπορούν να μεταδοθούν στον άνθρωπο μέσω κατανάλωσης κρέατος, όπως είναι το χοιρινό κρέας και τα παράγωγά του. Στη θεωρητική περίπτωση που ο νέος ιός απομονωθεί και στους χοίρους, η σωστή θερμική επεξεργασία (μαγείρεμα ώστε η θερμοκρασία σε όλο το τμήμα του μαγειρευόμενου κρέατος να φθάσει τους 70°C) θα σκότωνε τον ιό, πράγμα που συμβαίνει και για άλλους ιούς και βακτήρια. Παρόλο που σε πολλούς ανθρώπους αρέσει να καταναλώνουν ωμό κρέας, οι οδηγίες που πάντα ήταν και είναι σε ισχύ προτρέπουν σε καλό μαγείρεμα όλων των ειδών κρέατος για την αποφυγή μετάδοσης στον άνθρωπο πολλών τροφιμογενών νοσημάτων. Πάντα συνιστάται η τήρηση καλών πρακτικών υγιεινής στις κουζίνες, καθώς και το πλύσιμο των χεριών, των επιφανειών και του χρησιμοποιούμενου εξοπλισμού με σαπούνι μετά το χειρισμό ωμού κρέατος.

### **Τι εννοούμε με τον όρο «πανδημία γρίπης»;**

Ως πανδημία γρίπης χαρακτηρίζεται μία επιδημία με παγκόσμια εξάπλωση που προκαλείται από ένα καινούριο ιό της γρίπης που προσβάλλει ένα μεγάλο ποσοστό του πληθυσμού που δεν έχει ανοσία στον ιό. Κατά τον εικοστό αιώνα, υπήρξαν 3 πανδημίες (το 1918, το 1957 και το 1968).

## **Υπάρχει εμβόλιο για το νέο ιό γρίπης A(H1N1);**

Παρότι υπάρχει εμβόλιο που προστατεύει τους χοίρους από τη γρίπη των χοίρων, δεν υπάρχει αυτή τη στιγμή εμβόλιο που να προστατεύει τους ανθρώπους από το νέο ιό γρίπης A(H1N1). Γίνονται όμως προσπάθειες να παρασκευαστεί τέτοιο εμβόλιο.

## **Το υπάρχον εμβόλιο για την εποχική γρίπη προστατεύει τον άνθρωπο από το νέο ιό γρίπης A(H1N1);**

Παρότι ο νέος ιός έχει κάποιες ομοιότητες με την κοινή εποχική γρίπη, δεν φαίνεται ότι το εμβόλιο της εποχικής γρίπης προστατεύει από το νέο ιό A(H1N1). Ενδεχομένως να προσφέρει μόνο μερική προστασία, και γίνονται έρευνες για να εξακριβωθεί αυτό, οι οποίες όμως θα χρειαστούν αρκετό χρόνο

## **Μπορεί να θεραπευτεί η γρίπη από το νέο ιό A(H1N1) στους ανθρώπους;**

Από τα διαθέσιμα φάρμακα, ο νέος ιός γρίπης A(H1N1) είναι ευαίσθητος στους αναστολείς νευραμινιδάσης (οσελταμιβίρη και ζαναμιβίρη) αλλά ανθεκτικός στην αμανταδίνη και ριμανταδίνη. Πάντως η θεραπεία για τη γρίπη είναι κυρίως συμπτωματική.

## **Είναι ασφαλές να ταξιδέψω σε περιοχές όπου έχουν παρατηρηθεί κρούσματα;**

Σύμφωνα και με τις οδηγίες του ΚΕΕΛΠΝΟ και των διεθνών οργανισμών, συνιστάται τα άτομα που σχεδιάζουν να ταξιδέψουν σε περιοχές με τεκμηριωμένη συνεχή μετάδοση του νέου ιού γρίπης A(H1N1) να αποφύγουν να ταξιδέψουν εάν αυτό δεν είναι απαραίτητο. Όσοι παρ' όλα αυτά αποφασίσουν να ταξιδέψουν εκεί, μπορούν να απευθύνονται στο δικτυακό τόπο του ΚΕΕΛΠΝΟ ([www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)), του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας ([www.who.int](http://www.who.int)) ή του Ευρωπαϊκού Κέντρου Ελέγχου Νοσημάτων ([ecdc.europa.eu](http://ecdc.europa.eu)) για τις τελευταίες πληροφορίες. Σε περίπτωση που ασθενήσουν, θα πρέπει να αναζητούν ιατρική βοήθεια. Όλοι γενικά οι ταξιδιώτες θα πρέπει να τηρούν με σχολαστικότητα μέτρα προσωπικής υγιεινής, όπως αναφέρονται πιο κάτω.

## **Πως μπορώ να προστατευτώ από τη νόσο;**

- Αποφεύγετε στενές επαφές με άτομα που έχουν ασθενήσει. Εάν αρρωστήσετε, κρατείστε απόσταση από τους άλλους για να μην τους μεταδώσετε τη νόσο
- Μην πηγαίνετε στη δουλειά ή στο σχολείο εάν αρρωστήσετε, αλλά μείνετε στο σπίτι σας για να μην μεταδώσετε την ασθένεια και στους άλλους
- Καλύψτε το στόμα και τη μύτη σας με μαντήλι όταν βήχετε ή φτερνίζετε. Πετάξτε το μαντήλι στα σκουπίδια μετά τη χρήση του. Με αυτόν τον τρόπο, προστατεύετε τους άλλους
- Το συχνό πλύσιμο χεριών θα σας προστατέψει από τα μικρόβια. Πλύνετε τα χέρια σας συχνά, ειδικά μετά το βήχα ή το φτέρνισμα. Τα καθαριστικά χεριών που περιέχουν αλκοόλ είναι επίσης αποτελεσματικά. Αποφύγετε να ακουμπάτε τα μάτια σας, τη μύτη ή το στόμα σας, γιατί με αυτόν τον τρόπο εξαπλώνεται η μόλυνση.

**Μόλις επέστρεψα από περιοχή με τεκμηριωμένη συνεχή μετάδοση του νέου ιού γρίπης. Τι θα πρέπει να κάνω;**

Όσοι ταξιδιώτες επέστρεψαν από περιοχή με τεκμηριωμένη συνεχή μετάδοση του νέου ιού γρίπης A(H1N1), θα πρέπει να είναι σε επιφυλακή για 7 ημέρες μετά την επιστροφή τους. Αν στο διάστημα αυτό παρουσιάσουν πυρετό ή άλλα συμπτώματα γρίπης (βλ. παραπάνω), συνιστάται να παραμείνουν στο σπίτι προκειμένου να μη μεταδώσουν τον ιό σε άλλα άτομα. Ακόμη θα πρέπει να απευθυνθούν αμέσως στον ιατρό τους. Οδηγίες μπορούν επίσης να λάβουν στην περίπτωση αυτή και από το ΚΕΕΛΠΝΟ, στο τηλέφωνο 210-5212054.

Πηγή: ECDC ([http://ecdc.europa.eu/en/files/pdf/Health\\_topics/090429\\_FAQ\\_swine\\_influenza.pdf](http://ecdc.europa.eu/en/files/pdf/Health_topics/090429_FAQ_swine_influenza.pdf))

*Τελευταία ενημέρωση: 30/4/2009*