



# EPIDEMIOLOĢIJAS BIĻETENS

Valsts aģentūra  
„SABIEDRĪBAS VESELĪBAS AĢENTŪRA”

Reģ. Nr. 900 000 529 76  
Klijānu ielā 7, Rīga, LV-1012  
Tālrunis: 670 815 10  
Fakss: 673 390 06

Nr. 3(1082)

2008. gada 14.janvāris

## Pārskats par saslimstību ar akūtām augšējo elpceļu infekcijām (AAEI) un gripu\* 2009.gada 2.nedēļā Latvijā

|                    | Vecuma grupas | 50.nedēļa | 51.nedēļa | 52.nedēļa | 01.nedēļa | 02.nedēļa | Salīdzinot ar iepriekšējo 01.nedēļu (%) |
|--------------------|---------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|---|
| <b>AAEI</b>        | Vidēji        | 806,7     | 819,0     | 452,9     | 523,0     | 701,2     | <b>25,4</b>                             |
|                    | 0-4           | 4193,8    | 4931,4    | 2358,5    | 3361,9    | 3627,8    | <b>7,3</b>                              |
|                    | 5-14          | 2228,8    | 2203,2    | 1031,3    | 1500,0    | 1802,6    | <b>16,8</b>                             |
|                    | 15-64         | 457,9     | 429,9     | 286,4     | 247,0     | 425,9     | <b>42,0</b>                             |
|                    | 65>           | 217,4     | 185,9     | 143,0     | 103,0     | 165,9     | <b>37,9</b>                             |
| <b>Gripa</b>       | Vidēji        | 0,0       | 0,0       | 0,0       | 0,0       | 1,4       | <b>100,0</b>                            |
|                    | 0-4           | 0,0       | 0,0       | 0,0       | 0,0       | 0,0       |   |
|                    | 5-14          | 0,0       | 0,0       | 0,0       | 0,0       | 0,0       |   |
|                    | 15-64         | 0,0       | 0,0       | 0,0       | 0,0       | 2,0       | <b>100,0</b>                            |
|                    | 65>           | 0,0       | 0,0       | 0,0       | 0,0       | 0,0       |   |
| <b>Pneimonijas</b> | Vidēji        | 13,6      | 14,6      | 9,1       | 6,8       | 13,2      | <b>48,3</b>                             |
|                    | 0-4           | 34,3      | 94,3      | 17,2      | 8,6       | 34,3      | <b>75,0</b>                             |
|                    | 5-14          | 12,8      | 8,5       | 12,8      | 12,8      | 17,0      | <b>25,0</b>                             |
|                    | 15-64         | 11,3      | 8,7       | 7,3       | 4,7       | 9,3       | <b>50,0</b>                             |
|                    | 65>           | 17,2      | 17,2      | 11,4      | 11,4      | 20,0      | <b>42,9</b>                             |

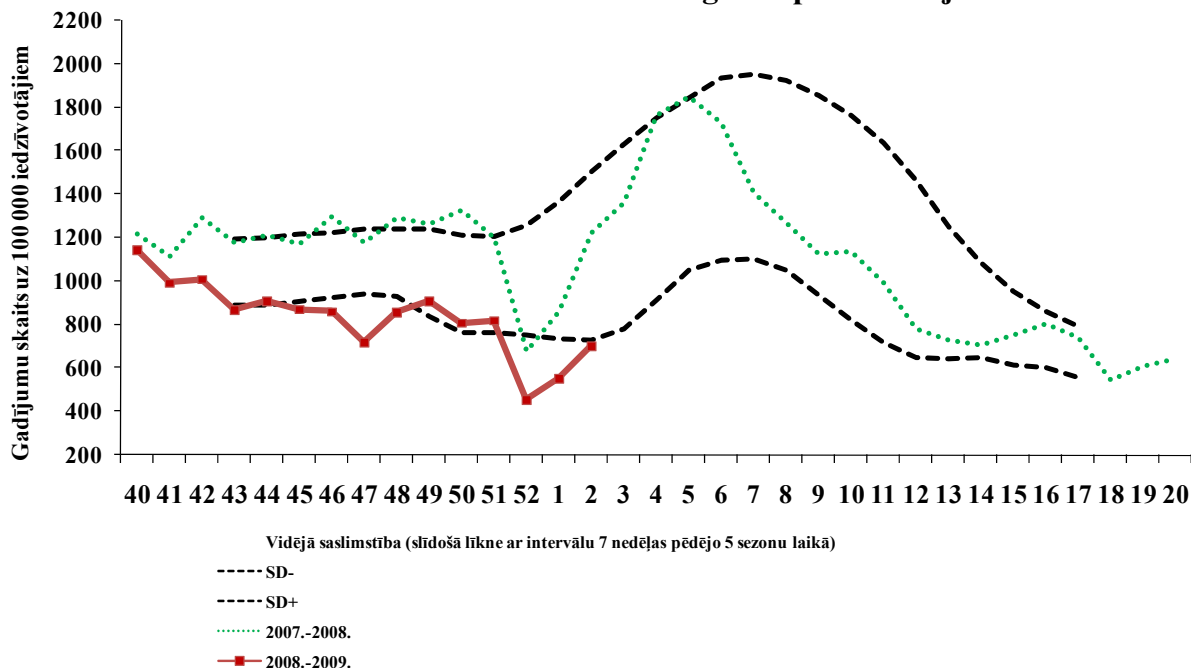
\*pēc SVA filiāļu sniegtajiem datiem par **klīniski apstiprinātiem** saslimšanas gadījumiem uz 100 000 iedzīvotāju.

2009.gada 2.nedēļā monitoringā iesaistītajās ambulatorajās ārstniecības iestādēs bija reģistrēti 3 gripas gadījumi. Saslimstība ar gripu vidēji bija 1,4 uz 100 000 iedzīvotājiem. Stacionārajās ārstniecības iestādēs, kas piedalās monitoringā, 2.nedēļā bija ievietoti septiņi pacienti ar aizdomām par saslimšanu ar gripu un viens pacients ar gripas izraisītajām komplikācijām (pacienti ievietoti Latvijas infektoloģijas centrā, Rīgā).

Saslimstība ar akūtām augšējo elpceļu infekcijām (AAEI) 2009.gada 2.nedēļā (701 gadījumi uz 100 000 iedzīvotājiem) salīdzinājumā ar 1.nedēļu (522 gadījumi uz 100 000 iedzīvotājiem) ir pieaugusi par 25%. Saslimstība pieauga visās vecuma grupās.

Saslimstība ar pneimonijām vidēji pieauga par 48%, vislielākais pieaugums bija vecuma grupā „0-4” (par 75%) un vecuma grupā „15-64 gadi” (par 50%).

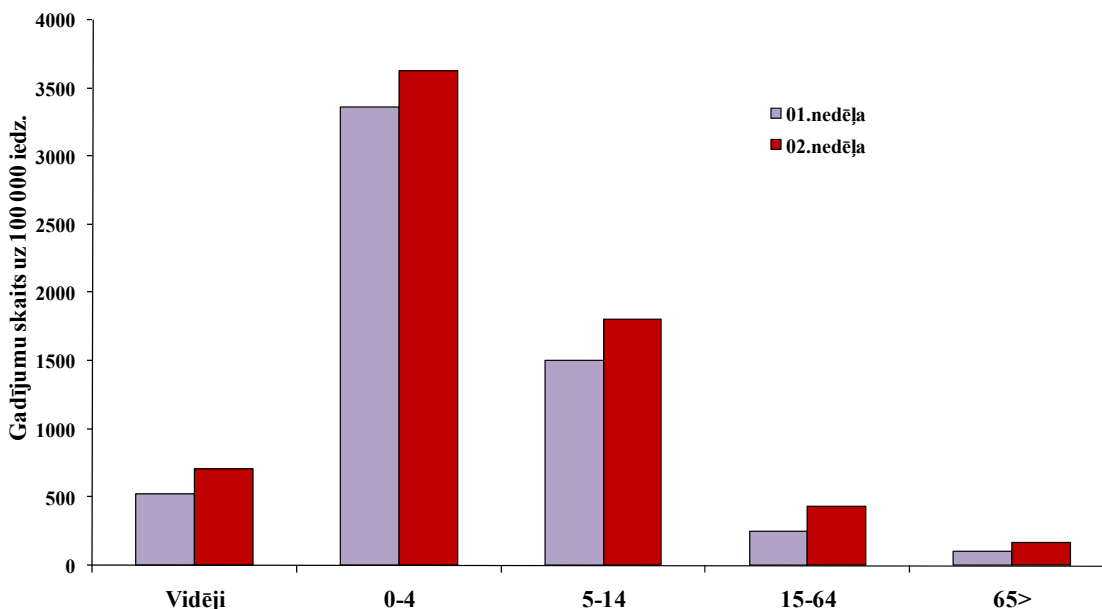
### Saslimstība ar AAEI 2008.-2009. gada epidēmiskajā sezonā



### Saslimstība ar AAEI dažādās vecuma grupās

Visaugstākā saslimstība ar AAEI bija vecuma grupā „0-4 gadi” (3628 uz 100 000) un tā bija 5 reizes augstāka nekā vidēji Latvijā (701). Arī vecuma grupā „5-14 gadi” saslimstība (1803) bija 2,5 reizes augstāka nekā vidēji Latvijā, bet vecuma grupā „15-64 gadi” un „>65” saslimstība bija zemāka par vidējo, attiecīgi 426 un 166 gadījumi uz 100 000.

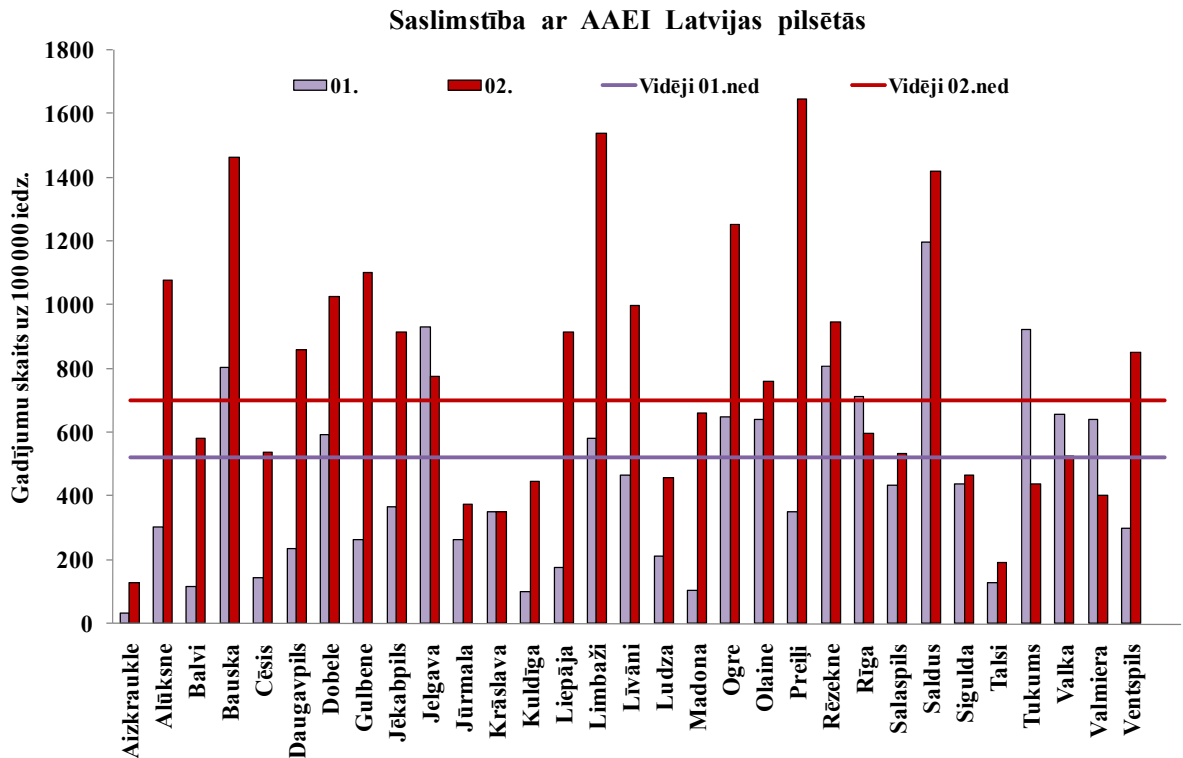
### Saslimstība ar AAEI atsevišķās vecuma grupās



### Saslimstība ar AAEI monitoringa teritorijās

Saslimstība pieauga gandrīz visās Latvijas pilsētās un 15 no tām, salīdzinājumā ar 1.nedēļu, pieaugums bija vairāk nekā par 50%. Ievērojami augstāka saslimstība bija Preiļos (1646), Limbažos (1540), Bauskā (1463), Saldū (1419), Ogrē (1250), Gulbenē (1102),

Alūksnē (1077). Augstāka par vidējo saslimstība bija vēl 11 Latvijas pilsētās. Viszemākā saslimstība bija Aizkrauklē un Talsos (mazāk nekā 200 uz 100 000).



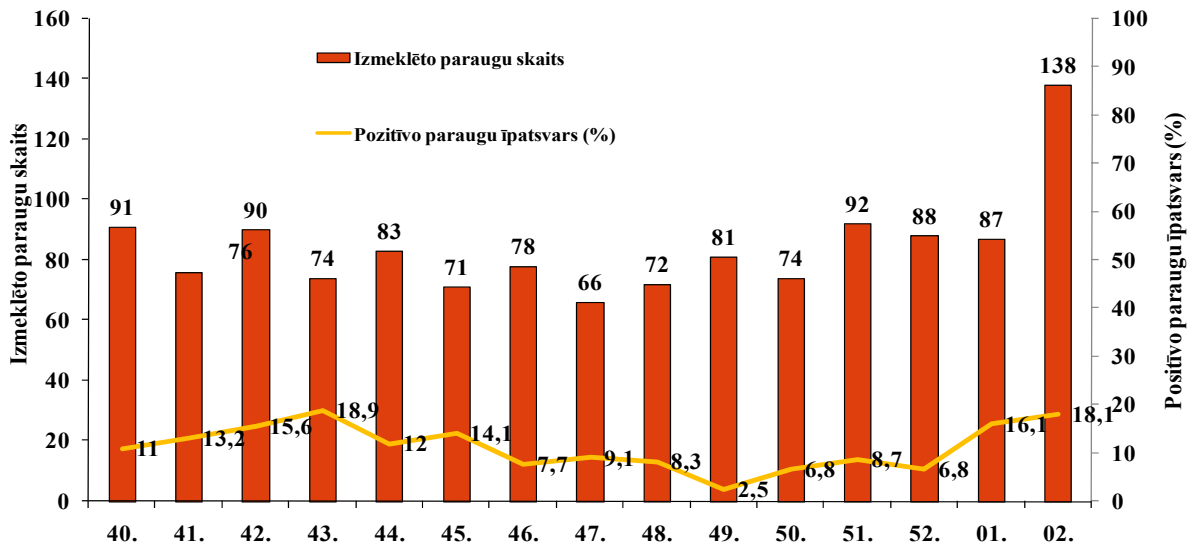
### Skolu un pirmsskolas izglītības iestāžu apmeklējums

2009.gada 2.nedēļā skolās apmeklējums bija 92% (1.nedēļā bija brīvlaiks), pirmsskolas izglītības iestādēs apmeklējums - 75% (1.nedēļā 8,2%, sakarā ar brīvlaiku).

### Respiratoro vīrusu cirkulācija

V/a „Latvijas Infektoloģijas centrs” laboratorijas virusoloģijas nodaļā 2009.gada 2.nedēļā ievērojami pieauga saņemto paraugu skaits. Pozitīvo paraugu īpatsvars 2.nedēļā, salīdzinājumā ar iepriekšējām nedēļām arī ir nedaudz pieaudzis - līdz 18%.

### Izmeklēto paraugu skaits AAEI diagnostikai un pozitīvo paraugu īpatsvars

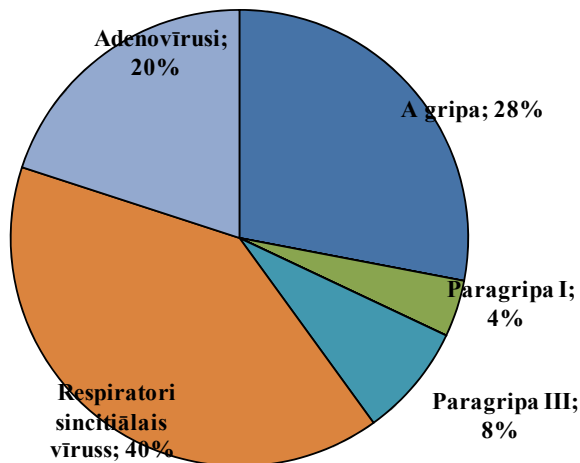


Virusoloģijas izmeklējumu laboratorijā ar ekspresmetodi noteikto vīrusu skaits pa nedēļām

| Nedēļas                            | Izmeklēto paraugu skaits | A gripa   | B gripa  | Paragripa I | Paragripa II | Paragripa III | Respiratori sincitiālais vīruss | Adenovīrusi | Pozitīvo paraugu skaits | Pozitīvo paraugu īpatsvars (%) | gripa %    | RSV %       |
|------------------------------------|--------------------------|-----------|----------|-------------|--------------|---------------|---------------------------------|-------------|-------------------------|--------------------------------|------------|-------------|
| 40.                                | 91                       |           |          |             |              | 8             |                                 | 2           | 10                      | 11                             | 0          | 0           |
| 41.                                | 76                       |           |          | 1           |              | 6             | 1                               | 2           | 10                      | 13,2                           | 0          | 10          |
| 42.                                | 90                       |           |          | 3           |              | 10            |                                 | 1           | 14                      | 15,6                           | 0          | 0           |
| 43.                                | 74                       |           |          | 2           | 1            | 8             | 2                               | 1           | 14                      | 18,9                           | 0          | 14,3        |
| 44.                                | 83                       |           |          | 1           |              | 5             | 1                               | 3           | 10                      | 12                             | 0          | 10          |
| 45.                                | 71                       |           |          | 4           |              | 4             |                                 | 2           | 10                      | 14,1                           | 0          | 0           |
| 46.                                | 78                       |           |          | 2           | 1            | 1             |                                 | 2           | 6                       | 7,7                            | 0          | 0           |
| 47.                                | 66                       | 1         |          | 1           |              | 1             | 1                               | 2           | 6                       | 9,1                            | 16,7       | 16,7        |
| 48.                                | 72                       |           |          |             | 1            | 3             |                                 | 2           | 6                       | 8,3                            | 0          | 0           |
| 49.                                | 81                       |           |          | 1           |              | 1             |                                 |             | 2                       | 2,5                            | 0          | 0           |
| 50.                                | 74                       |           |          |             | 1            | 4             |                                 |             | 5                       | 6,8                            | 0          | 0           |
| 51.                                | 92                       | 1         |          | 3           |              | 2             |                                 | 2           | 8                       | 8,7                            | 12,5       | 0           |
| 52.                                | 88                       |           |          | 2           |              | 1             | 1                               | 2           | 6                       | 6,8                            | 0          | 16,7        |
| 01.                                | 87                       | 3         |          | 1           |              |               | 4                               | 6           | 14                      | 16,1                           | 21,4       | 28,6        |
| 02.                                | 138                      | 7         |          | 1           |              | 2             | 10                              | 5           | 25                      | 18,1                           | 28         | 40          |
| <b>Kopā no 40. līdz 02.nedēļai</b> | <b>1261</b>              | <b>12</b> | <b>0</b> | <b>22</b>   | <b>4</b>     | <b>56</b>     | <b>20</b>                       | <b>32</b>   | <b>146</b>              | <b>11,6</b>                    | <b>8,2</b> | <b>13,7</b> |

2009.gada 2.nedēļā no 25 pozitīvajiem paraugiem 7 bija noteikti A tipa gripas vīrusi - 28%. Bez tam pieauga arī respiratori sincitiālā vīrusa īpatsvars no 29% līdz 40%.

Respiratoro vīrusu cirkulācija 02.nedēļā  
(n=25)

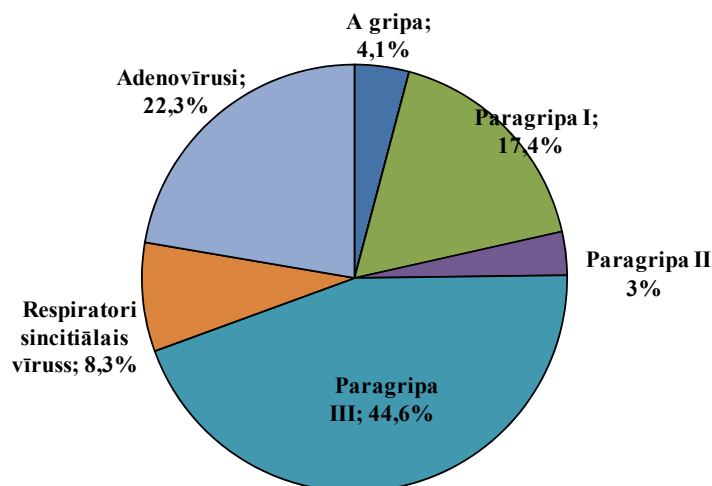


Kopā no sezonas sākuma (40. - 02.nedēļā) ar ekspresmetodi izmeklēts 1261 klīniskais paraugs, no tiem 146 paraugos bija noteikti dažādi respiratorie vīrusi t.sk.:

- 12 (8 %) - gripas vīrusi,
- 22 (15 %) - paragripas I tipa vīrusi,
- 4 (3%) - paragripas II tipa vīrusi,

56 (38%) - paragripas III tipa vīrusi,  
 32 (22%) - adenovīrusi un  
 20 (14%) - respiratori sincitiālie vīrusi.

### Respiratoro vīrusu īpatsvars 40.-01.nedēļā (n=121)



### Kopsavilkums par gripas un citu AAEI epidemioloģisko situāciju Latvijā

Kopš sezonas sākuma 2009.gada 2.nedēļa bija pirmā nedēļa, kad gripas gadījumi tika reģistrēti gan monitoringa ambulatorajās iestādēs, gan hospitalizēto pacientu vidū. Saslimstība ar gripu vidēji ir 1,4 uz 100 000 iedzīvotājiem. Gripas aktivitāte Latvijā vēl joprojām zema, tiek reģistrēti atsevišķi gripas gadījumi, tomēr 2.nedēļā salīdzinājumā ar iepriekšējām nedēļām vērojams gripas aktivitātes pieaugums - reģistrēti 11 gripas gadījumi, t.sk. 8 no saslimušajiem ir Rīgas slimnīcu pacienti.

Saslimstības līmenis ar citām AAEI gandrīz visās Latvijas pilsētās ir ievērojami pieaudzis. Vidēji saslimstība valstī pieauga par 25%. Visaugstākā saslimstība bija Preiļos, Limbažos, Bauskā, Saldū, Ogrē, Gulbenes un Alūksnē, augstāka par vidējo bija vēl 11 Latvijas pilsētās.

LIC laboratorijas virusoloģijas nodaļa ziņoja par 7 A tipa gripas vīrusiem noteiktiem 2009.gada 2.nedēļā. Salīdzinājumā ar iepriekšējo nedēļu gripas vīrusu īpatsvars pieauga līdz 28% (1.nedēļā -21%) un arī respiratori sincitiālā vīrusa īpatsvars pieauga - līdz 40% (1.nedēļā -29%).

Tuvākajā laikā šī tendence saglabāsies un nākamajās nedēļās slimnieku skaits ar gripu un citām augšējo elpceļu infekcijām pieaugs.

### Pārskats par gripas vīrusu cirkulāciju Eiropā

*(Dati iegūti no European Influenza Surveillance Scheme (EISS) tīkla mājas lapas)*

**Epidemioloģijas dati.** Eiropā (1.nedēļā) augsts gripas aktivitātes līmenis bija vērojams Portugālē un Īrijā, vidējais – Austrijā, Dānijā, Francijā, Vācijā, Itālijā, Luksemburgā, Spānijā, Zviedrijā, Šveicē, Nīderlandē un Lielbritānijā. Pārējās 15 valstīs gripas aktivitāte bija zema.

Pēc ģeogrāfiskās izplatības plaša gripas izplatība bija vērojama Dānijā, Francijā, Itālijā, Portugālē, Zviedrijā un Lielbritānijā, reģionālā gripas izplatība bija Vācijā, Nīderlandē

un Spānijā, lokāla – Luksemburgā un Šveicē un deviņās valstīs bija sporādiska gripas izplatība. Pārējās 9 valstīs gripas aktivitāte nebija novērota.

#### **Virusoloģijas dati.**

Kopš monitoringa sākuma Eiropā bija noteikti 3918 laboratoriski apstiprināti gripas gadījumi. No noteiktiem vīrusiem 3754 bija A tipa vīrusi (1534 apakštips H3, 117 apakštips H1, 2103 netipēti) un 164 bija B tipa gripas vīrusi.

Antigēnais raksturojums bija noteikts 362 gripas vīrusiem, no tiem noteikti:

*313 - A/Brisbane /10/2007 (H3N2)-like;\**

*27 - A/Brisbane /59/2007 (H1N1)-like;\**

*12 - B/Florida/4/2006-like (B/Yamagata/16/88 lineage);\**

*10 - B/Malaysia/2506/2004-like (B/Victoria/2/87 lineage).*

*\* - vīrusu antigēni iekļauti sezonālās pretgripas vakcīnas sastāvā.*

Augstas un vidējās gripas intensitātes līmenis bija vērojams Eiropas rietumu un centrālā daļā. Vairākās Eiropas austrumu reģiona valstīs gripas aktivitāte bija zema. Pozitīvo paraugu struktūrā gripas vīrusu īpatsvars 1.nedēļā bija samazinājies līdz 36,1% (52.nedēļā- 51,5%). Tomēr jāņem vērā ka 1.nedēļā bija Jaungada svētki un primārās aprūpes ārstu pakalpojumi iedzīvotājiem bija mazāk pieejami nekā parasti.

### **Gripas vīrusu rezistence pret antivirāliem preparātiem**

#### **(dati par 52.nedēļu)**

Trīs valstis izmeklēja noteikto vīrusu rezistenci pret neiraminidāzes inhibitoriem. Kopā izpētīti 58 vīrusi, no tiem 58 uz rezistenci pret oseltamiviru, 56 – rezistenci pret zanamiviru un M2 inhibitoru.

No 30 A/H1N1 vīrusiem visi bija jutīgi pret zanamiviru un 19 bija jutīgi pret M2 inhibitoru, bet 29 bija rezistenti pret oseltamiviru. No 29 A/H1N1 vīrusiem rezistentiem pret oseltamivīru divi bija no Norvēģijas, viens no Zviedrijas un visi pārējie bija no Lielbritānijas.

Bija testēti 2 B tipa gripas vīrusi, abi izrādījās jutīgi pret neiraminidāzes inhibitoriem (1 bija testēts uz oseltamivīru un zanamiviru un 1 tikai uz oseltamivīru).

## **VAKCINĀCIJA PET GRIPU**

Pretgripas vakcīnas 50% apmērā valsts apmaksā:

- bērniem no sešu mēnešu vecuma līdz divu gadu vecumam,
- pieaugušajiem virs 65 gadiem,

un neatkarīgi no vecuma:

- pacientiem, kuri slimo ar hroniskām plaušu, sirds, vielmaiņas un nieru slimībām,
- pacientiem ar imūndeficīta sindromu,
- pacientiem, kuri saņem imūnsupresīvo terapiju un
- pacientiem līdz 18 gadu vecumam, kuri ilgstoši saņem terapiju ar acetilsalicilskābi jeb aspirīnu.

Lai šīs iedzīvotāju grupas varētu saņemt pretgripas vakcīnu, nepieciešama īpaša recepte, uz kādas tiek izrakstīti kompensējamie medikamenti. Šādas receptes izsniedz ģimenes ārsts.

### **Ieteikumi iedzīvotājiem un veselības aprūpes speciālistiem**

#### **Gripas un citu akūtu augšējo elpceļu infekciju klīniskie kritēriji**

Lai atvieglotu diferenciālo diagnostiku gripas un citu akūtu augšējo elpceļu infekciju, ieteicams izmantot Eiropas slimību kontroles un profilakses centra (ECDC) sadarbībā ar ES

dalībvalstu speciālistiem sagatavotos klīniskos kritērijus ziņošanai par gripu un citām akūtām augšējo elpceļu infekcijām:

### 1. Gripa vai gripai līdzīga slimība

- Pēkšņs slimības sākums.
- Prevalē vispārējie simptomi ieskaitot vienu vai vairākus no četriem:
  - 1) ķermeņa temperatūras paaugstināšanās vai sūdzības par drebuļu sajūtu;
  - 2) nespēks;
  - 3) galvas sāpes;
  - 4) sāpes muskuļos.
- Viens vai vairāki no četriem respiratoriem simptomiem:
  - 1) klepus;
  - 2) rīkles iekaisums;
  - 3) apgrūtināta elpošana;
  - 4) iesnas.

### 2. Akūta augšējo elpceļu infekcija (AAEI)

- Pakāpenisks vai pēkšņs slimības sākums.
- Prevalē respiratorie simptomi ieskaitot vienu vai vairākus no četriem:
  - 1) klepus;
  - 2) rīkles iekaisums;
  - 3) apgrūtināta elpošana;
  - 4) iesnas.
- Pēc klīnicista uzskata šī ir infekcijas etioloģijas slimība

### Informācija un ieteikumi iedzīvotājiem par gripas profilaksi

Akūtās augšējo elpceļu vīrusu infekcijas, t.sk. gripa pārsvarā izplatās no cilvēka uz cilvēku gaisa pilienu vai kontakta ceļā, kā arī ar dažādiem priekšmetiem. Vislielākais inficēšanās risks ir šādos gadījumos:

- Atrodoties vienā telpā ar slimu cilvēku, kurš šķauda vai klepo (īpaši attālumā līdz 1m);
- Cieši kontaktējot ar slimu personu, saskaroties ar rokām, muti utt.;
- Pieskaroties dažādiem priekšmetiem, t.sk. sabiedriskajās vietās, kurus izmantoja vai pieskārs ar nemazgātām rokām slimis cilvēks, piemēram, atbalsta stieņi vai sēdekļu rokturi sabiedriskajā transportā, durvju rokturi, margas, grozu un ratiņu rokturi veikalos, ūdens krāni, rotaļlietas bērnudārzos u.tml.

Pirmās gripas pazīmes pēc inficēšanās parādās pēc 48 - 72 stundām, var būt arī no 24 stundām līdz 7 dienām.

Slimnieks var inficēt citas personas uzreiz pēc simptomu parādīšanās un līdz 5-7 dienām no saslimšanas sākuma, kad turpina izdalīt vīrusu lielā daudzumā. Bērni parasti izdala gripas vīrusu ilgāk nekā pieaugušie. Īss inkubācijas periods izskaidrojams ar to, ka gripas vīruss nokļūstot elpceļu orgānos ļoti strauji vairojas, 8 stundu laikā no vienas gripas vīrusa daļiņas savairojās ap 100, bet 24 stundu laikā jau vairāk nekā 1000 jaunu vīrusu daļiņu.

Iekštelpu gaisā vīruss var saglabāties 2 līdz 9 stundas, pieaugot gaisa mitrumam vīrusa izdzīvošanas laiks samazinās. Ārējā vidē uz priekšmetiem vīruss izdzīvo un saglabā infekciozitāti no dažām stundām līdz pat 10 dienām.

Smagāk slimo cilvēki ar novājinātu imunitāti. Imunitāti novājina nepilnvērtīgs uzturs, ilgstošs stress, kaitīgie ieradumi, miega traucējumi, mazkustīgums.

### Gripas un citu akūtu elpceļu infekcijas slimību individuālie profilakses pasākumi

- Stiprināt imunitāti. Imunitātes stiprināšanā svarīgs ir:
  - veselīgs dzīves veids;

- pilnvērtīgs, ar vitamīniem bagāts uzturs un pietiekoši daudz šķidruma, regulārās ēdienreizes;
- dienas režīms, sabalansēts laiks darbam un atpūtai;
- pilnvērtīgs miegs;
- regulārās fiziskās aktivitātes;
- iekšējais miers un pozitīvās emocijas;
- norūdišanās procedūras un atpūta svaigā gaisā;
- dabīgie imunitātes stiprinātāji.
- Pēc iespējas retāk apmeklēt vietas, kur uzturas daudz cilvēku – masveida pasākumi slēgtās telpās, sabiedriskais transports u.c.
- Vēdināt telpas un mitrināt iekšējo telpu gaisu.
- Ģērbties piemēroti laika apstākļiem.
- Rūpīgi mazgāt rokas ar ziepēm vairākas reizes dienā, un vēl biežāk slimošanas laikā, jo vīrusi un baktērijas intensīvi izplātas arī ar rokām. Roku mazgāšanā priekšrocība ir šķidrām ziepēm, jo vīrusi un baktērijas saglabājas uz ziepēm gabalos.
- Mazgāt rokas:
  - pirms ēšanas, dzeršanas, zāļu lietošanas, dekoratīvās kosmētikas uzlikšanas, rīcības ar kontaktlēcām, smēķēšanas, pirms ēdiena gatavošanas un pasniegšanas,
  - pēc klepus, vai deguma šņaukšanas, saskares ar ķermeņa šķidrumiem (deguna izdalījumi, asaras, siekalas), publisko vietu apmeklēšanas, pieskaršanās naudai.
- Pārliecināties, ka arī bērni bieži un rūpīgi nomazgā rokas.
- Ja rokas nav mazgātas, izvairīties no pieskaršanās acīm, degunam un mutei.
- Iemācīt bērniem nebāzt mutē pirkstus, zīmuļus, citus priekšmetus, jo uz tiem var būt infekcijas izraisītāji.
- Sasveicinoties ar draugiem vai paziņām atturēties no bučošanās un ciešas saskaršanās, ir sevišķi ja ir saaukstēšanās pazīmes.
- Kabatlakata vietā izmantot vienreizlietojamās salvetes, pēc lietošanas tās izmest un nomazgāt rokas (pēc deguna šņaukšanas, šķaudīšanas vai klepus).
- Nelietot kopīgus traukus - glāzes, karotes un citus.
- Atgriežoties mājās izskalot kaklu un degunu (kumelīšu, kliņģerīšu vai citas zāļu tējas, vai sāls ūdeni), jo deguna un rīkles gļotāda ir gripas vīrusa ieejas vārti.
- Ja parādās gripas simptomi (pēkšņs slimības sākums, paaugstināta ķermeņa temperatūra, galvassāpēs, drudzis, „aizlikts” deguns bez iesnām, „kaulu laušanas” sajūta, sauss, sāpīgs klepus) palieciet mājās, neapmeklējiet darbu, skolu vai publiskus pasākumus un konsultējieties ar ārstu (*skatīt Veselības obligātās apdrošināšanas valsts aģentūras un Rīgas Ātrās medicīniskās palīdzības stacijas informāciju tālāk tekstā*).
- Ar gripu slimam cilvēkam nepieciešams ievērot mieru, uzņemt daudz šķidruma, izvairīties no alkohola un tabakas lietošanas, kā arī lietot medikamentus gripas simptomu mazināšanai.
- Parasti gan gripu ārstē mājās apstākļos, izmantojot medikamentus un dabiskos ārstnieciskos līdzekļus. Taču, ja slimošana norit ar komplikācijām, pacientam vislabāk konsultēties ar savu ģimenes ārstu un doties uz slimnīcu. Gripa var izraisīt komplikācijas, piemēram, bronhītu, pneimoniju, vidusauss iekaisumu, miokardītu, tāpēc, sajūtot pirmos gripas simptomus, uzreiz jāvērsas pie sava ģimenes ārsta.
- Slimnieku vēlams nodrošināt ar atsevišķiem traukiem vai vienreizlietojamiem traukiem.

#### **Gripas epidēmijas laikā ārstniecības un sociālās aprūpes iestādēs ieteicams:**

- Regulāri izmantot ātrās roku dezinfekcijas līdzekļus (spirtu saturošie).
- Stingri ievērot elpceļu higiēnu (papīra salvešu vienreizējā izmantošana).
- Personām ar akūtu augšējo elpceļu slimību simptomiem lietot maskas.



- Savlaicīgi izolēt personas, kurām parādās akūtās augšējo elpceļu infekcijas pazīmes, sniegt nepieciešamās rekomendācijas.
- Karantīna – sociālo kontaktu ierobežošana:
  - Stacionāros ieteicams ierobežot pacientu apmeklētāju vizītes;
  - Pēc iespējas ierobežot pacientu plānveida hospitalizāciju, plānveida ķirurģiskās operācijas;
  - Stingri ievērot palātu aizpildīšanas cikliskumu, jeb kohortas principu;
  - Ierobežot pacientu pārvietošanos uz citām nodaļām vai palātām;
  - Izolēt pacientus ar elpceļu slimības simptomiem atsevišķās palātās;
  - Ambulatoro pacientu ar akūto augšējo elpceļu infekcijām aprūpi pēc iespējas veikt mājas vizīšu laikā, lai novērsu infekcijas izplatīšanos ārstniecības iestāžu kopējās telpās;
  - Veikt pēc iespējas biežāk telpu vēdināšanu un gaisa mitrināšanu;
  - Izmantot dezinfekcijas līdzekļus un veikt mitro uzkopšanu telpās, lai izvairītos no putekļu veidošanās un vīrusa izplatīšanās pa gaisu.

### **Papildus profilakses pasākumi pirmsskolas izglītības iestādēs**

- Veikt bērnu apskati no rīta pirms pieņemšanas grupā.
- Nepieņemt slimus bērnus.
- Nekavējoties izolēt saslimušos bērnus no pārējiem.
- Izmantot tikai viegli mazgājamas rotaļlietas, mīkstās rotaļlietas apstrādāt ar UV lampām.
- Rūpīgi mazgāt un tīrīt telpas (izmantojot sadzīves mazgāšanas un dezinfekcijas līdzekļus), pievēršot uzmanību koplietošanas priekšmetiem, traukiem, rotaļlietām, durvju rokturiem, ūdensvadu krāniem.
- Vēdināt un mitrināt gaisu telpās.
- Ierobežot kopīgo pasākumu rīkošanu un bērnu pārvietošanu uz citām grupām.
- Bērnu pastaigu laikā, ja iespējams, veikt telpu apstarošanu ar UV lampām.
- Informēt vecākus par saslimšanu un par profilakses pasākumiem.

### **Papildus profilakses pasākumi skolās**

- Saslimušo skolēnu pēc iespējas ātrāk izolēt no citiem bērniem (mājās).
- Nodrošināt vienreizlietojamās glāzes dzeramā ūdens lietošanai.
- Nodrošināt šķidrās ziepes, vienreizlietojamus dvieļus.
- Vēdināt telpas, rūpīgi mazgāt un tīrīt tās izmantojot sadzīves mazgāšanas un dezinfekcijas līdzekļus, pievēršot uzmanību koplietošanas priekšmetiem.
- Ierobežot kopīgo pasākumu rīkošanu.

### **Rekomendācijas gripas profilaksei stacionāros, ārstu praksēs un sociālās aprūpes iestādēs**

Atbilstoši Ministru kabineta 2006.gada 21.novembra noteikumu Nr.948 „Noteikumi par gripas pretepidēmijas pasākumiem” 5.punktam ārstniecības iestādēs nepieciešams īstenot rīcības plānus darbam gripas epidēmijas laikā. Minētie plāni ietver šādus pasākumus:

- ārstniecības iestādes darbinieku individuālā gripas profilakse (personāla vakcinācija, specifisko pretgripas preparātu lietošana un aizsarglīdzekļu izmantošana);
- ārstniecības iestādes darba režīms, tai skaitā gripu ierobežojošie pasākumi;
- gripas slimnieku ārstēšanas un aprūpes taktika;
- rezerves ārstniecības personāla nodrošinājums un papildu resursu iesaistīšana;
- ārstniecības iestādes gultasvietu pārprofilēšana gripas epidēmijas laikā;

- ārstniecības iestādes personāla apmācība, kā rīkoties gripas epidēmijas laikā;
- pacientu un viņu ģimenes locekļu izglītošana gripas profilakses jautājumos.

Medicīnas darbiniekiem ir vislielākais risks inficēties ar gripu, vai arī inficēt pacientus, citas ārstniecības personas un ģimenes locekļus, tāpēc ieteicama vakcinācija. Ņemot vērā gripas epidēmijas ilgumu (līdz 8 nedēļām) un imunitātes izstrādes periodu pēc vakcinācijas (10-14 dienas) vakcinācija var dot efektu arī tad, ja veikta gripas epidēmijas sākumā.

**Materiālu sagatavoja:** SVA Infekcijas slimību epidemioloģiskās uzraudzības daļas epidemioloģe R.Nikiforova, SVA Infekcijas slimību epidemioloģiskās uzraudzības daļas vadītājs J.Perevoščikovs

2008.-2009.gada AAEI un gripas monitoringa datus SVA filiālēm sniedza:

- 131 primārās veselības aprūpes ārsts (reģistrēto pacientu skaits 219 898 - 9,7%)
- 29 stacionārās ārstniecības iestādes
- 63 vispārējās izglītības iestādes
- 68 pirmsskolas izglītības iestādes
- V/a „Latvijas Infektoloģijas centra” laboratorijas virusoloģijas nodaļa

**Pateicamies visiem monitoringa dalībniekiem par savlaicīgi un precīzi sniegtu informāciju.**

Materiāls ir pieejams v/a “SVA” Interneta mājas lapā: [www.sva.gov.lv](http://www.sva.gov.lv).