**Грипп и беременность.**

Беременность – особый период в жизни женщины, когда меняется самочувствие, внешность, образ жизни, это чередование моментов счастливого ожидания, беспокойства и тревоги за будущего малыша.

Все изменения, происходящие в организме женщины во время беременности, являются физиологическими, если будущая мама здорова, но при неблагоприятных условиях (хронических или острых заболеваниях, вредном воздействии факторов внешней среды или производственных) в течение беременности и родов могут развиться осложнения, как у будущей мамы, так и у малыша.
Грипп - острая крайне заразная респираторная вирусная инфекция с преимущественным поражением верхних дыхательных путей, вызываемая вирусами гриппа типа А, В и С.
Пути передачи вируса: воздушно-капельный, воздушно-пылевой, реже контактный. Источник инфекции: больной человек в остром периоде заболевания или с бессимптомной формой, реже – выздоравливающие, выделяющие вирус в течение 2-х недель от начала заболевания.
Вирус сохраняется в воздухе помещений в течение 2-9 часов, на бумаге, тканях - 8-12 часов, на стекле - 10 часов, на коже рук - 8-15 часов, на металлических предметах и пластмассе - 24-48ч. При уменьшении относительной влажности воздуха срок выживания вируса увеличивается, а при повышении температуры воздуха до32°С - сокращается до 1 часа.
Время от заражения до появления признаков болезни колеблется от нескольких часов до 7 дней, но чаще - всего 2-3 дня.
Заболевание начинается остро и характеризуется резким повышением температуры тела до 38°C и выше, выраженными симптомами интоксикации (озноб, головная боль, ломота в суставах, боль в мышцах и при движении глазных яблок) с последующим присоединением катарально-респираторных симптомов (сухость слизистых верхних дыхательных путей, першение в горле, саднение или боли за грудиной, сухой кашель, одышка).
Проявления и течение заболевания у разных людей может существенно отличаться в зависимости от типа вируса, возраста, состояния иммунной системы, сопутствующих заболеваний.
Во время беременности происходит значительная перестройка иммунологических механизмов организма – их физиологическое ослабление (иммуносупрессия) - это уникальная необходимая защита плода от разрушительного воздействия иммунной системы матери (плод – на 50% генетически чужероден). Но, в то же время, имммуносупрессия может способствовать распространению инфекционного процесса на многие органы и системы организма. Во время беременности высока потребность в кислороде, а наличие вирусной инфекции уменьшает его доступность для органов и тканей матери и плода. Именно поэтому грипп во время беременности представляет реальную угрозу здоровью, и даже жизни, матери и будущего малыша. Инфекция на ранних сроках, когда происходит закладка органов и систем плода, может привести к развитию пороков их развития, выкидышу, в поздних сроках - к внутриутробному инфицированию плода, задержке развития, преждевременным родам, мертворождению. У женщин часто развиваются опасные осложнения: пневмония, бронхит, пиелонефрит и другие, а также возможны угрожающие жизни дыхательная, сердечная, почечная и печеночная недостаточности.
Особенно опасен грипп для женщин, вынашивающих беременность на фоне хронических заболеваний (бронхиальная астмы, сахарный диабет, болезни сердечно-сосудистой системы и других), ожирения, при наличии очагов хронической инфекции. Еще один важный момент состоит в том, что в случае болезни не все лекарственные, в том числе и противовирусные средства, могут быть назначены беременным, особенно в ранние сроки.
В результате многочисленных исследований установлено:
- беременным женщинам в 4 раза чаще требуется госпитализация в стационар;
- наиболее тяжело протекает грипп в третьем триместре беременности;
- более 8% госпитализированных беременных женщин нуждаются в проведении интенсивной терапии (преимущественно в третьем триместре);
- в 3 раза чаще случаются преждевременные роды;
- в 5 раз повышается вероятность смерти детей во время беременности, родов и после них.
С учетом всех этих данных справедливо полагать, что необходимо всеми возможными способами предотвратить заражение беременной вирусом гриппа. В настоящее время наиболее эффективная защита организма – своевременная иммунизация. В России вакцинация беременных против гриппа проводится ежегодно в рамках Национального календаря профилактических прививок бесплатно, в любом триместре беременности.
Современные вакцины, разрешенные к применению у беременных, содержат убитый вирус (инактивированные), поэтому не могут вызвать заболевание. Выпускаются в ампулах или специальных одноразовых шприцах, рассчитанных на одну прививочную дозу.
Решение вопроса о вакцинации беременной женщины в каждом конкретном случае принимается с учетом состояния здоровья, индивидуальных особенностей в данный момент времени! Необходима консультация акушера-гинеколога, терапевта, по показаниям – других специалистов. Вакцинация проводится в условиях прививочного кабинета медицинской организации, соответствующая отметка вносится в прививочный сертификат и индивидуальную карту наблюдения беременной женщины.
Вакцины вызывают формирование высокого специфического иммунитета против гриппа, защитный эффект наступает в среднем через две недели.
Вакцинация не проводится при аллергии на куриный белок и компоненты вакцины, при любом остром лихорадочном состоянии или обострении хронического заболевании, имевших место ранее осложнениях на предшествующую вакцинацию, в разгар эпидемии гриппа.

Что дает вакцинация?
- Позволяет в подавляющем большинстве случаев избежать развития заболевания – гриппа (но не других респираторных инфекций!).
- При развитии болезни – способствует более легкому ее течению без осложнений для здоровья и жизни женщины и ребенка.
- От матери к плоду передаются антитела против гриппа, т.е. формируется пассивный иммунитет, защищающий ребенка до 6 месяцев.

Если вакцинация не проведена, следует:
- избегать посещения общественных мест с большим количеством посетителей;
- одеваться по погоде;
- ограничить (прекратить) контакты с больными членами семьи, чаще проветривать помещение, пользоваться индивидуальными предметами бытового обихода и защиты (маска);
- обсудить с медицинским специалистом возможность использования в профилактических целях медикаментозных средств;
- питаться полноценно, соблюдать режим труда и отдыха.

Беременность – бесценный дар! Задумываясь о продолжении рода, постарайтесь сделать так, чтобы ни вы, ни ваш малыш не подвергались опасностям, которые можно предотвратить!

Врач - гинеколог Иванова О.В.