

SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE

VÉDENJE O PANDEMSKI GRIPI MED DIJAKI IN ZAPOSLENIMI V ZDRAVSTVENI NEGI

raziskovalna naloga

Avtorice:

Janja ANTLEJ, 3. f

Urška OŽEK, 3. f

Gabrijela PEVEC, 3. f

Mentorica:

Petra MRZDOVNIK, prof.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, 2010

VÉDENJE O PANDEMSKI GRIPI MED DIJAKI IN ZAPOSLENIMI V ZDRAVSTVENI NEGI

Šifra: Panda

Letnik: 3. letnik

**Mestna občina Celje, Mladi za Celje
Celje, 2010**

Raziskovalna naloga Védenje o pandemski gripi med dijaki in zaposlenimi v zdravstveni negi vsebuje:

- 94 strani
- 28 tabel
- 28 kolačev
- 11 slik
- 1 preglednico

Vrsta prilog: - anketni vprašalnik za dijake

- anketni vprašalnik za zdravstvene delavce

ZAHVALA

Za pomoč, usmerjanje in nasvete pri izvedbi raziskovalne naloge se iskreno zahvaljujemo naši mentorici gospe profesor Petri Mrzdovnik.

Zahvaljujemo se tudi glavni medicinski sestri Splošne bolnišnice Celje, gospe Hildi Maze, da smo lahko anketirale zdravstveno osebje, in gospodu ravnatelju Srednje ekonomske šole Celje, gospodu Ivanu Pokliču, da smo lahko izvedle anketo med dijaki njihove šole. Lepa hvala še gospe Luciji Beškovnik iz Zavoda za zdravstveno varstvo Celje, ki nam je pomagala pri iskanju podatkov o pandemski gripi.

Zahvaljujemo se tudi gospe profesorici Simoni Križanec za strokovno recenzijo naloge, gospe profesorici Maji Antoniĉ, ki nam je lektorirala vsa besedila, gospe profesorici Nini Lobe Seliĉ pri organizaciji izvedbe raziskovalnega dela, gospe profesorici Smilji Pevec za koordiniranje raziskovalnega dela.

Prav tako se za pomoĉ zahvaljujemo Sanji Manojloviĉ, Saši Fric in Veroniki Magerl.

Najlepše se zahvaljujemo vsem anketirancem, ker so bili pripravljeni sodelovati pri izvedbi anketiranja.

KAZALO

KAZALO VSEBINE

ZAHVALA	3
KAZALO.....	4
1 UVODNI DEL	10
1.1 POVZETEK	10
1.2 OPREDELITEV PROBLEMA.....	11
1.3 HIPOTEZE RAZISKOVALNE NALOGE	12
1.4 METODE DELA.....	13
2 TEORETIČNI DEL.....	14
2.1 PANDEMSKA GRIPA.....	14
2.2 ZNAČILNOSTI VIRUSA.....	14
2.3 OBOLELOST IN UMRLJIVOST PO SVETU IN V SLOVENIJI	14
2.4 POTA ŠIRJENJA.....	17
2.5 EPIDEMIOLOŠKE ZNAČILNOSTI	17
2.6 INKUBACIJA	17
2.7 KLINIČNA SLIKA.....	18
2.8 DIAGNOSTIKA.....	18
2.9 ZAPLETI	19
2.10 ZDRAVJLENJE	19
2.11 KAKO UKREPATI OB BOLEZNI?	19
2.12 PREVENTIVA.....	20
2.12.1 Higiena rok	21
2.12.2 Higiena kašlja	22

2.12.3 Z rokami se ne dotikamo ust, nosu in oči.....	22
2.12.4 Izogibamo se telesnim stikom z ljudmi, ki imajo znake bolezni.....	23
2.12.5 Če opazimo bolezenske znake, ostanemo doma in pokličemo osebnega zdravnika	23
2.12.6 Kolostrum ali mleztivo	23
2.12.7 Ameriški slamnik ali Echinacea purpurea ali škrlatna ehinaceja	24
2.12.8 Osebna varovalna sredstva za zdravstvene delavce	24
2.13 UKREPI PRI DOJEČI MATERI.....	26
2.14 GRIPA PRI NOSEČNICAH.....	26
2.15 CEPLJENJE	26
2.15.1 Delovanje in vsebina pandemskega cepiva.....	28
2.15.2 Nevarnost cepiva	28
2.15.3 Prednosti pri cepljenju	29
2.15.4 Neželjeni stranski učinki po cepljenju	29
3 EMPIRIČNI DEL.....	35
3.1 VZOREC.....	35
3.2 ČAS RAZISKAVE	35
3.3 MERSKI INSTRUMENT	35
3.4 POSTOPEK ZBIRANJA IN OBDELAVE PODATKOV	36
3.5 REZULTATI DIJAKOV SREDNJE ZDRAVSTVENE ŠOLE CELJE IN SREDNJE EKONOMSKE ŠOLE CELJE	36
3.6 REZULTATI ZDRAVSTVENIH DELAVCEV	61
4 ZAKLJUČNI DEL	80
4.1 UGOTOVITVE	80
4.2 ZAKLJUČEK.....	83
5 PRILOGE	85
Priloga 1: Anketa za dijake	86
Priloga 2: Anketa za zdravstvene delavce	89
6 LITERATURA.....	93

KAZALO TABEL

Tabela 1: Spol	36
Tabela 2: Znaki pandemske gripe	38
Tabela 3: Ali pandemska gripa bolj ogroža določeno skupino ljudi (bolniki s kroničnimi boleznimi, starejši od 65 let, nosečnice, otroci, mlajši od 2 let)	40
Tabela 4: Če ste preboleli pandemsko gripo, je bil potek bolezni	42
Tabela 5: Ali se nameravate cepiti proti pandemski gripi oziroma ste se že cepili.....	44
Tabela 6: Cepil/a sem se, ker	46
Tabela 7: Se bojite morebitnih stranskih učinkov cepiva	48
Tabela 8: Ali menite, da se je mogoče proti širjenju pandemske gripe boriti še na kakšen drug način poleg cepljenja (npr. pogosto umivanje rok, izogibanje telesnim stikom z ljudmi, ki imajo znake bolezni, pri kašljanju in kihanju uporabljanje papirnatih robčkov,...)	50
Tabela 9: Kateri ukrep se Vam zdi najprimernejši za zmanjševanje širjenja pandemske gripe	52
Tabela 10: S katerimi ukrepi si krepite imunski sistem in preprečujete prenos okužbe.....	54
Tabela 11: Ali osebno poznate koga, ki je zbolel za pandemsko gripo.....	57
Tabela 12: Ali menite, da mediji in institucije pretiravajo s poročanjem o nevarnostih pandemske gripe	59
Tabela 13: Spol	61
Tabela 14: Starost	62
Tabela 15: Poklic.....	63
Tabela 16: Ali obolevate za katero od naštetih kroničnih bolezni	64
Tabela 17: Ali obolevate za katero od naštetih kroničnih bolezni	65
Tabela 18: Ali ste se že cepili tudi proti drugim navedenim nalezljivim boleznim	66
Tabela 19: Ali se nameravate cepiti proti pandemski gripi oziroma ste se že.....	67
Tabela 20: Za preventivno cepljenje proti pandemski gripi sem se odločil/a	68
Tabela 21: Za cepljenje proti pandemski gripi se nisem odločil/a:	69
Tabela 22: Če ste preboleli pandemsko gripo, je bil potek bolezni	70
Tabela 23: Kaj bi svetovali osebi, ki kaže znake pandemske gripe	71

Tabela 24: Katera osebna varovalna sredstva bi izbrali, če bi bili v stiku z bolnikom, pri katerem obstaja sum, da je verjeten oz. potrjen primer okužbe z novim virusom influence A (H1N1) v - MAJHNO TVEGANJE	72
Tabela 25: Katera osebna varovalna sredstva bi izbrali, če bi bili v stiku z bolnikom, pri katerem obstaja sum, da je verjeten oz. potrjen primer okužbe z novim virusom influence A (H1N1) v – VISOKO TVEGANJE	74
Tabela 26: Menite, da je omejitev obiska svojcev pri pacientu dobra preventiva.....	76
Tabela 27: S katerimi ukrepi si krepite imunski sistem in preprečujete prenos okužbe.....	77
Tabela 28: Kje ste dobili največ informacij o pandemski gripi.....	79

KAZALO KOLAČEV

Kolača 1: Spol	37
Kolača 2: Znaki pandemske gripe so.....	39
Kolača 3: Ali pandemska gripa ogroža določeno skupino ljudi (bolniki s kroničnimi boleznimi, starejši od 65 let, nosečnice, otroci, mlajši od 2 let).....	41
Kolača 4: Če ste preboleli pandemsko gripo, je bil potek bolezni	43
Kolača 5: Ali se nameravate cepiti proti pandemski gripi oziroma ste se že cepili.....	45
Kolača 6: Cepil/a sem se, ker	47
Kolača 7: Se bojite morebitnih stranskih učinkov cepiva	49
Kolača 8: Ali menite, da se je mogoče proti širjenju pandemske gripe boriti še na kakšen drug način poleg cepljenja (npr. pogosto umivanje rok, izogibanje telesnim stikom z ljudmi, ki imajo znake bolezni, pri kašljanju in kihanju uporabljanje papirnatih robčkov,...)	51
Kolača 9: Kateri ukrep se Vam zdi najprimernejši za zmanjševanje širjenja pandemske gripe	53
Kolača 10: S katerimi ukrepi si krepite imunski sistem in preprečujete prenos okužbe.....	55
Kolača 11: Ali osebno poznate koga, ki je zbolel za pandemsko gripo.....	58
Kolača 12: Ali menite, da mediji in institucije pretiravajo s poročanjem o nevarnostih pandemske gripe	60
Kolač 13: Spol	61
Kolač 14: Starost	62

Kolač 15: Poklic	63
Kolač 16: Ali obolevate za katero od naštetih kroničnih bolezni	64
Kolač 17: Ali oboleva za kronično boleznijo kakšen član vaše družine	65
Kolač 18: Ali ste se že cepili tudi proti drugim navedenim nalezljivim boleznim	66
Kolač 19: Ali se nameravate cepiti proti pandemski gripi oziroma ste se že	67
Kolač 20: Za preventivno cepljene proti pandemski gripi sem se odločil/a:	68
Kolač 21: Za cepljenje proti pandemski gripi se nisem odločil/a	69
Kolač 22: Če ste preboleli pandemsko gripo, je bil potek bolezni	70
Kolač 23: Kaj bi svetovali osebi, ki kaže znake pandemske gripe	71
Kolač 24: Katera osebna varovalna sredstva bi izbrali, če bi bili v stiku z bolnikom, pri katerem obstaja sum, da je verjeten oz. potrjen primer okužbe z novim virusom influence A (H1N1) v - MAJHNO TVEGANJE	72
Kolač 25: Katera osebna varovalna sredstva bi izbrali, če bi bili v stiku z bolnikom, pri katerem obstaja sum, da je verjeten oz. potrjen primer okužbe z novim virusom influence A (H1N1) v - VISOKO TVEGANJE	74
Kolač 26: Menite, da je omejitev obiska svojcev pri pacientu dobra preventiva	76
Kolač 27: S katerimi ukrepi si krepite imunski sistem in preprečujete prenos okužbe	77
Kolač 28: Kje ste dobili največ informacij o pandemski gripi	79

KAZALO SLIK

Slika 1: Religije WHO	15
Slika 2: Pogosto umivanje rok	22
Slika 3: Higiena kašlja	22
Slika 4: Ne dotikajte se z roko okrog ust	22
Slika 5: Razdalja med okuženim in zdravim	23
Slika 6: K osebному zdravniku telefonirajte	23
Slika 7: Izjava, ki so jo izpolnili pacienti preden so se cepili	30
Slika 8: Sledenje neželenim stranskim učinkom	31
Slika 9: Obrazec, ki so ga morali izpolniti vsi, ki so cepili.	32
Slika 10: Tukaj je viden tudi eden izmed teh obrazcev.	33
Slika 11: Potrdilo o cepljenju	34

KAZALO PREGLEDNIC

Preglednica 1: Faze pandemije	16
-------------------------------------	----

1 UVODNI DEL

1.1 POVZETEK

Za raziskovalno nalogo z naslovom Védenje o pandemski gripi med dijaki in zaposlenimi v zdravstveni negi smo se odločile, ker se je aprila 2009 pojavil novi virus gripe H1N1v in smo vsakodnevno poslušali poročila na to temo.

Anketo smo izvedle pri dijakih tretjih letnikov Srednje zdravstvene šole Celje in Srednje ekonomske šole Celje z namenom, da ugotovimo poznavanje bolezni in ukrepe za preprečevanje prenosa okužbe. Anketirale smo tudi zaposlene v zdravstveni negi Splošne bolnišnice Celje, da bi ugotovile, kako dobro poznajo znake nove gripe in kako bi ukrepali, če bi dobili v bolnišnico okuženega bolnika, ter kako skrbijo za preventivo bolezni.

Iz opravljene ankete smo ugotovile, da dijaki zdravstvene šole bolje poznajo znake pandemske gripe kot dijaki ekonomske šole, prav tako se je proti gripi cepilo več dijakov zdravstvene šole.

Iz anketnih vprašalnikov, ki smo jih razdelile med zdravstvene delavce, smo ugotovile, da se je cepilo le 40% anketiranih. Ugotovile smo, da slabo poznajo varovalna sredstva, ki bi jih izbrali in uporabili, če bi prišli v stik z okuženo osebo ali če obstaja sum okužbe z virusom influence A (H1N1)v. Večina jih meni, da je omejitev obiska svojcev pri pacientu dobra preventiva.

1.2 OPREDELITEV PROBLEMA

Za to raziskovalno nalogo smo se odločile, ker so konec marca oz. v začetku aprila 2009 na ameriškem kontinentu odkrili prve primere okužbe ljudi z virusom gripe A (H1N1)v. Novi virus se je naglo začel širiti tudi na druge države in celine, zato je Svetovna zdravstvena organizacija (SZO) 11. junija 2009 razglasila 6. stopnjo pandemske pripravljenosti.

Ker se naš imunski sistem do zdaj še ni srečal z virusom pandemske gripe, je verjetnost okužbe v Sloveniji večja kot pri sezonski gripi. Pričakovali smo, da bo zato v kratkem času zbolelo veliko število ljudi.

Tako je nastala raziskovana naloga z naslovom Védenje o pandemski gripi med dijaki in zaposlenimi v zdravstveni negi.

Zanimalo nas je, koliko dijaki enake starosti iz dveh različnih šol ter zaposleni v zdravstveni negi vedo o znakih bolezni dihal, kateri ljudje so bolj dovzetni za okužbo, kakšen je potek bolezni, o pomenu cepljenja ter s katerimi preventivnimi ukrepi bodo okrepili svoj imunski sistem ter preprečili bolezen.

1.3 HIPOTEZE RAZISKOVALNE NALOGE

1. HIPOTEZA: Večina dijakov je seznanjena z znaki pandemske gripe in večina jih tudi ve, kdo je bolj ogrožen.

2. HIPOTEZA: Polovica dijakov je prebolela pandemsko gripo v lažji obliki.

3. HIPOTEZA: Dijaki Srednje zdravstvene šole Celje se bodo cepili proti pandemski gripi, dijaki Srednje ekonomske šole Celje pa ne, saj jih je strah stranskih učinkov cepiva.

4. HIPOTEZA: Dijaki in zaposleni v zdravstveni negi dobro skrbijo za preventivo nove gripe.

5. HIPOTEZA: Večina zaposlenih v zdravstveni negi se je cepila prot pandemski gripi zaradi narave dela in stikov z obolelimi.

6. HIPOTEZA: Večina zaposlenih v zdravstveni negi bi svetovala osebi, ki kaže znake pandemske gripe, naj ostane doma (izolacija) in pokliče zdravnika.

7. HIPOTEZA: Večina zaposlenih v zdravstveni negi ve, katera varovalna sredstva bi uporabili, če pri osebi obstaja sum okužbe pandemske gripe pri majhnem tveganju oz. pri visokem tveganju.

8. HIPOTEZA: Predvidevamo, da večina zaposlenih v zdravstveni negi meni, da je omejitev obiska pri pacientu dobra preventiva.

9. HIPOTEZA: Zaposleni v zdravstveni negi so največ informacij o pandemski gripi in ukrepih dobili v službi.

1.4 METODE DELA

Za raziskovalno nalogo smo uporabile anketni vprašalnik za dijake in anketni vprašalnik za zdravstvene delavce.

Naše delo je potekalo tako, da smo si najprej izbrale ciljne skupine ljudi, ki smo jih želele anketirati. Sestavile smo anketo za dijake z enajstimi vprašanji in anketo za zdravstvene delavce s trinajstimi vprašanji. Sproti smo prebirale tudi literaturo iz različnih virov za teoretični del naše raziskovalne naloge. Zbrane podatke smo analizirale, obdelale in interpretirale.

2 TEORETIČNI DEL

2.1 PANDEMSKA GRIPA

Pandemija (pandemos izhaja iz latinske besede pandere, kar pomeni razprostranjen, razširjen) pomeni, da je okužba zajela več držav in se razširila na več celin. Do pandemije običajno pride, kadar se v okolju pojavi nov povzročitelj nalezljive bolezni, s katerim se ljudje še nikoli srečali in so zato zanj bolj dovzetni. Zato ima sposobnost povzročiti obolenja in se lahko hitro širi med ljudmi.

Gripa (influenca) je akutna nalezljiva bolezen, ki jo povzroči virus influence A in B. Bolezen se začne nenadoma z visoko vročino, utrujenostjo, glavobolom in bolečinam v mišicah. Povzroča pa lahko tudi druge klinične slike, ki so značilne za okužbo zgornjih dihal.

2.2 ZNAČILNOSTI VIRUSA

Virus nove gripe ima gene, ki so kombinacija virusa prašičje gripe, ki se širi med prašiči v Aziji in Evropi, virusa ptičje in človeške gripe. Širi se hitreje od virusa običajne gripe, saj se ljudje do sedaj z njim še srečali in še razvili odpornosti.

2.3 OBOLELOST IN UMRLJIVOST PO SVETU IN V SLOVENIJI

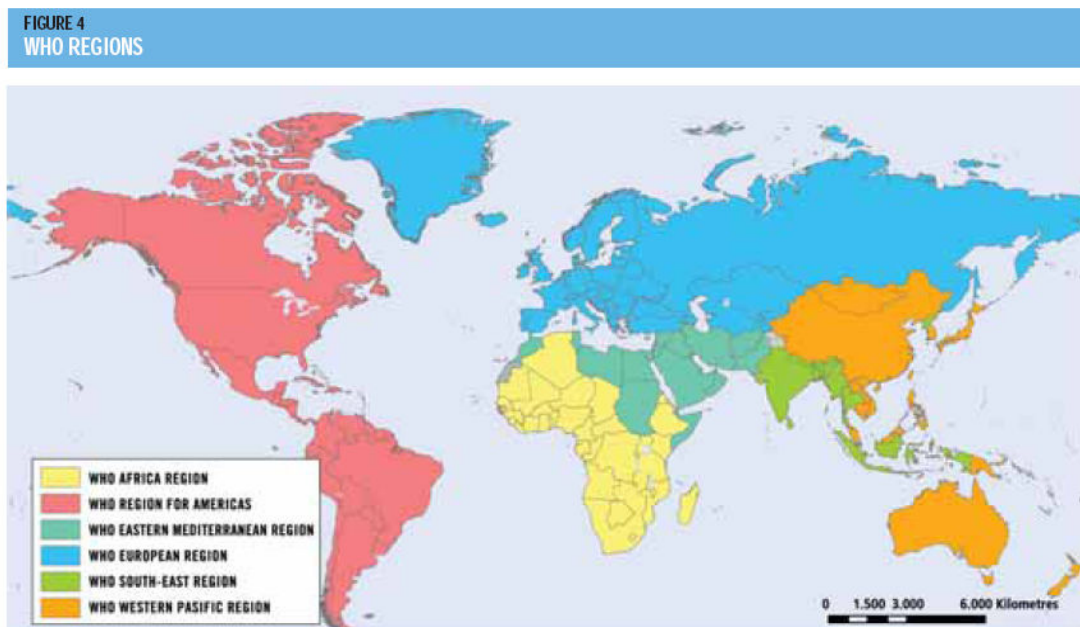
Novi virus gripe je bil prvič odkrit v začetku aprila 2009 v Mehiki, nato pa se je hitro razširil v ZDA in prav kmalu po celem svetu, tako da je Svetovna zdravstvena organizacija (SZO) 11. 6. 2009 razglasila 6. fazo pandemske pripravljenosti oz.

svetovno epidemijo nove gripe. Koliko ljudi je zbolelo za novo gripo, ni znano, saj niso

vsi ljudje, ki so oboleli z virusom, odšli k zdravniku.

Virus naj bi sicer zahteval okoli 15 000 smrtnih žrtev po celem svetu, v Sloveniji pa jih je bilo 13. Od tega je bilo 71% umrlih starih od 20 do 45 let, večina umrlih pa s predhodnimi zdravstvenimi težavami.

Ob upoštevanju faz Svetovne zdravstvene organizacije se v interpandemičnem obdobju ter fazi povečane budnosti glede pojava pandemije aktivnosti izvajajo glede na neposredno prizadetost Slovenije. Praktično to pomeni, da pride do sklica koordinacijske skupine v fazi 5 po lestvici SZO.



Slika 1: Religije WHO

V naslednji preglednici je prikazano razmerje med fazami SZO in slovenskimi fazami:

Faze pandemije		Dogodek	Značilnosti virusa	Faze v Sloveniji
Interpandemično obdobje	Faza 1	Ni dokazanega podtipa influence	Lahko prisoten pri živalih, riziko nizek	
	Faza2	Ni dokazanega podtipa influence	prisoten pri živalih in predstavlja precejšnje tveganje za ljudi	Slovenija ni prizadeta ALI Slovenija ima tesne kontakte (gospodarske, potovanja) s prizadeto državo ALI Slovenija je prizadeta
Faza povečane budnosti glede pojava pandemije	Faza3	Okužba z novim podtipom virusa pri ljudeh	Prenosa med ljudmi ni	Slovenija ni prizadeta ALI
	Faza4	Manjši pojavi gripe na omejenih področjih	Virus ni dobro prilagojen ljudem	Slovenija ima tesne kontakte (gospodarske, potovanja) s prizadeto državo ALI
	Faza5	Večje pojavljanje gripe	Omejeno področje	Slovenija je prizadeta
Pandemija	Faza6	Pandemsko širjenja novega podtipa virusa iz območja na območje	Virus dobro prilagojen ljudem	slovenske faze
				1 virus/primeri zunaj meja Slovenije 2 virus izoliran v Sloveniji 3 izbruh(i) gripe v Sloveniji 4 razširjenost v vsej državi

Preglednica 1: Faze pandemije

2.4 POTI ŠIRJENJA

Pandemska gripa se širi na enak način kot običajna, sezonska gripa, in sicer največkrat:

- **neposredno** (do prenosa mikroorganizmov pride pri neposrednem fizičnem stiku z bolnikom in dovzetnim gostiteljem),
- **posredno** (pasivni prenos mikroorganizmov na odvzetega gostitelja preko kontaminiranih rok, instrumentov in drugih predmetov v bolnikovi okolici).

Načini neposrednega vnosa:

- **kapljični**: Gre za prenos preko velikih kapljic, ki nastanejo v dihalih okužene osebe med kapljanjem, kihanjem, govorjenjem in med različnimi posegi. Te kapljice se širijo na razdalji do največ 1 metra in se odlagajo v dihalno sluznico odvzetega gostitelja ali v okolje.
- **aerogeni**: Aerosolizacija mikroorganizmov oz. kapljice, velikosti manj kot 1 μm , ki nastanejo po izhlapevanju več kapljic ali padanju prašnih delcev, ki vsebujejo kožne celice in druge ostanke. Običajno ostanejo v zraku dalj časa; mikroorganizme širijo zračni tokovi; okužimo se z vdihavanjem, oddaljenost je lahko večja kot 1 meter (tudi drug prostor). Virus preživi na trdih površinah od 24 do 48 ur, na obleki/papirju od 6 do 12 ur, na rokah pa 5 minut.

2.5 EPIDEMIOLOŠKE ZNAČILNOSTI

Oseba postane kužna že kakšen dan, preden se pokažejo tipični znaki okužbe in do 7 dni po začetku bolezni. Majhni otroci in imunsko oslabljeni ljudje izločajo virus dlje časa. Osebe, ki ne kažejo bolezenskih znakov, so kot vir okužbe manj pomembne.

2.6 INKUBACIJA

Inkubacija je 1-7 dni, najpogosteje 4 dni.

2.7 KLINIČNA SLIKA

Klinična slika je slika prehlada ali okužbe zgornjih dihal, čeprav je telesna temperatura lahko zelo visoka. Pri otrocih sta pogosti bolečina v trebuhu in driska.

Bolezen se začne nenadoma, iz popolnega zdravja po 1-3 dnevni inkubaciji. Mrzlica, glavobol, utrujenost, močne bolečine v mišicah in križu so začetni znaki influence. Pojavijo se pekoče bolečine v očeh, hripavost in suh kašelj. Telesna temperatura je visoka do 40 stopinj celzija. Dihanje skozi nos je oteženo, vendar pa nahod ni pogost. Suh kašelj spremljajo bolečine za prsnico in pekoče bolečine v žrelu. Bolnik nima teka, lahko tudi bruha. Telesna temperatura je navadno nenehno visoka in traja 3-4 dni, redkokdaj do 8 dni. Izjemoma poteka povišanje v 2 fazah, ko se temperatura najprej normalizira, nato se četrty dan ponovno dvigne.

Pri kliničnem pregledu vidimo bolnika z rdečino lic in vnetimi očesnimi veznicami. Sluznica nosu in ust je pordela, lahko je pokrita s sluzjo. Pri manj kot 30% bolnikov so pri fizikalnem pregledu pljuč slišni poki in piski. Vnetne bezgavke so lahko povečane. Bolezen navadno traja 1 teden. Nekateri bolniki, posebno otroci, lažje prebole vajo influenco. Nova gripa poslabša predhodne kronične bolezni bolnikov. Gripa H1N1 pogosteje kot običajna influenza povzroča še pridružene gastrointestinalne simptome.

2.8 DIAGNOSTIKA

Po sumu na novo gripo je potrebno oceniti klinično sliko, epidemiološko situacijo in podati oceno stopnje ogroženosti bolnika za težji potek bolezni z zapleti. V kolikor je potek bolezni blag in oseba ne spada med visoko rizične, ni potrebe po dokazu okužbe s H1N1. Oseba mora ravnati, kot da ima novo gripo. Testirati se morajo osebe s težjim potekom, ali so rizične za potek bolezni.

2.9 ZAPLETI

Najpogostejši zapleti so izsušenost in pljučnica. V povprečju se pojavljajo v ZDA v 2 – 5 %, v Mehiki pa je bilo zapletov relativno več. Kot možen, vendar redkejši zaplet, so tudi bakterijske pljučnice. Več zapletov imajo bolniki z astmo in drugimi kroničnimi obolenji pljuč, srčni in sladkorni bolniki, ljudje s prekomerno težo, kadilci, nosečnice ter bolniki z imunosupresivnim stanjem.

2.10 ZDRAVLJENJE

Zdravila omilijo in skrajšajo potek bolezni. Tamiflu (oseltamivir) je selektivni zaviralec encima nevraminidaze, encim, ki je nujno potreben za normalno funkcioniranje virusa gripe. Brez aktivnega encima, ki je na površini virusa, se virus ne more razširiti po organizmu. Je v kapsulah po 30, 45 in 75 mg ter v obliki praška za pripravo raztopine, ki jo zaužijemo skozi usta. Uporablja se za zdravljenje in preprečevanje gripe pri odraslih in otrocih. Če pride do razvoja rezistence na Tamiflu, se predpiše Relenza (zanamavir). Deluje na nevraminidaze virusa influence A in B.

2.11 KAKO UKREPATI OB BOLEZNI?

Oseba, ki kaže znake bolezni v smislu nove gripe, naj ostane doma in naj počiva. Stike z ljudmi naj omeji. Pogosto si naj umiva roke z vodo in milom: po kihanju, kašljanju ali smrkanju, saj jih onesnaži z izločki iz dihal. Lahko pa uporablja razkužilo za roke, če voda in milo nista dosegljiva. Uporablja naj papirnate brisače za brisanje rok ali pa naj ima vsak član gospodinjstva svojo brisačo za roke. Ob kihanju in kašljanju si naj pokrije usta in nos s papirnatim robčkom, ki ga po uporabi odvrže v koš za smeti. Če papirnatega robčka nima, kihne ali zakašlja v zgornji del rokava. Naj deli jedilnega pribora in kozarcev oz. česarkoli, kar je onesnaženo s slino in drugimi izločki dihal, z drugimi osebami. Skupne bivalne prostore je potrebno redno

in dobro zračiti (odprta okna v straniščih, kuhinji, kopalnici...). Redno naj prazni koš za smeti, v katerega odlaga uporabljene robčke.

Pozorna mora biti in zahtevati obisk pri zdravniku, zlasti v primeru, če opazi:

- * pomodrele ustnice,
- * težave pri dihanju s kratkim (plitvim) in pospešenim dihanjem,
- * bolečine v prsih,
- * krvav izpljunek,
- * težave z nizkim krvnim pritiskom,
- * visoko temperatura več kot tri dni.

Če gre za otroka, je potrebno biti pozoren, če otrok diha hitro in s težavami, izgublja interes in voljo (do igranja), spi in se ga s težavo zbudi. Takšni primeri morajo biti deležni nujne medicinske pomoči, kajti bolezen lahko hitro napreduje v nepopravljivo stanje in v življenjsko nevarne komplikacije.

2.12 PREVENTIVA

Preprečevanje vnosa virusa gripe je priložnost, da obnovimo higienske postopke tako osebne higiene in higiene prostorov, opreme ter površin v našem delovnem in domačem okolju. Ukrepe proti širjenju lahko razdelimo na štiri področja:

- sprejemljivo za okužbo,
- cepljenje,
- preprečevanje vnosa okužbe,
- preprečevanje vnosa okužbe med ljudmi.

Sprejemljivo za okužbo je po sedanjih podatkih pri otrocih in mlajših odraslih večja in predvideva se tudi večja sprejemljivost kronično bolnih ljudi in ljudi z obolenji, ki zmanjšujejo odpornost proti nalezljivim boleznim.

Cepljenje je bilo predvideno v mesecu oktobru 2009 za ogrožene skupine prebivalstva po navodilih Ministrstva za zdravje Republike Slovenije.

Preprečevanje vnosa virusa gripe narekuje omejitev kontaktov in potovanj, če niso nujna. Povečati je potrebno zavedanje, da ravnamo varno za sebe in za druge, če upoštevamo navodila in da smo kužni že en dan pred izbruhom bolezenske slike gripe. Kužnost naših izločkov traja najmanj teden dni.

Pri preprečevanju prenosa okužbe pa je najpomembnejše upoštevanje navodil za higieno kašlja, saj je znano, da se virus gripe prenaša z izločki dihal. Kapljice v izdihanem zraku vsebujejo virusne delce, ki jih izločamo pri glasnem govorjenju, kihanju in kašljanju. Ob sumu na novo gripo bolniku takoj na usta in nos kirurško masko. Virus nove gripe je v velikih količinah prisoten v izločkih dihal obolele osebe. Bolnik se mora izogibati dotikanju ustnic, oči in nosu z rokami. Kašlja in kiha naj v robec, ki ga po vsakokratni uporabi zavrže. Če le tega nima ob prvih znakih bolezni, pa naj kašlja ali kiha v rokav.

Temeljna načela pri preprečevanju bolezni so:

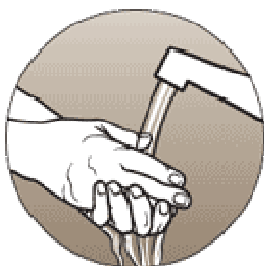
- * higiena celega telesa (poudarek na higieni rok),
- * higiena oblačil in zaščitnih varovanih sredstev,
- * higiena prehrane in hranjenja (kolostrum ali mlezivo, ameriški slamnik),
- * urejen ritem spanja, dela, zabave in počitka,
- * upoštevanje navodil zdravstvenih delavcev in preventivnih cepljenja,
- * higiensko ravnanje z osebnim priborom za higieno,
- * čiščenje in vzdrževanje bivalnega in delovnega okolja, transportnih sredstev, telefonov.

2.12.1 Higiena rok

Poskrbeti moramo, da bo naša koža rok zdrava in negovana. Umivanje rok je osnovni postopek preprečevanja prenosa okužb preko rok. Na rokah se lahko zadržijo virusi, ki smo jih z drobnimi kapljicami nanegli na kožo po kašlju in kihanju ali po rokovanju z bolnim človekom. Umivanje rok, izvedeno praviloma, ko zapuščamo domove ali prihajamo domov, pred hranjenjem in po hranjenju, po uporabi stranišča, po dotikanju kljuk, telefonov ter pred in po skrbi za bolnega svojca.

Razkužilo za roke lahko uporabljamo, ko nimamo priložnosti za umivanje rok. Razkužilo pa lahko uporabimo tudi, kadar roke niso vidno umazane ali mokre.

Postopek umivanja rok je potrebno osvojiti na način, da zanesljivo odstranimo tudi pričakovane virusne delce na površini kože, zato obvezno uporabimo tekočo toplo vodo in milo, roke dobro namilimo, speremo in osušimo. Kremo ali losjon za nego rok naneseemo na kožo vsaj enkrat dnevno, da ohranjamo zdravo kožo rok, kar je posebno pomembno v zimskem času.



Slika 2: Pogosto umivanje rok

2.12.2 Higiena kašlja

Kašljamo po možnosti v papirnat robček, ki zadrži izloček iz dihal, in robec odložimo v odpadke ter si po možnosti roke umijemo ali obrišemo s čistilnim robčkom.

Lahko usmerimo tok izkašljanja v smeri nadlahti ali ramena, da ne onesnažimo rok, če v bližini nas ni drugih ljudi, ki bi jih ogrožali. Če smo kašelj zadržali z roko, poskrbimo čim prej za higieno rok, ker z umazano roko lahko širimo viruse po površinah, ki se jih dotaknemo.



Slika 3: Higiena kašlja

2.12.3 Z rokami se ne dotikamo ust, nosu in oči

Okužba se širi tako, da si z dotikanjem različnih površin virus sami vnesemo v telo.



Slika 4: Ne dotikajte se z roko okrog ust

2.12.4 Izogibamo se telesnim stikom z ljudmi, ki imajo znake bolezni

Širjenje lahko preprečimo tudi tako, da se izogibamo telesnim stikom z že obolelimi. Osebi, ki kaže znake pandemske gripe, se ne približamo na manj kot meter razdalje, če ni nujno. Obolele z okužbo obiščite le, če je to nujno potrebno.



Slika 5: Razdalja med okuženim in zdravim

2.12.5 Če opazimo bolezenske znake, ostanemo doma in pokličemo osebnega zdravnika

Omejite stike z drugimi ljudmi in ostanite doma, po telefonu pokličite izbranega zdravnika, ki vam bo svetoval in se odločil glede vas.



Slika 6: K osebemu zdravniku telefonirajte

2.12.6 Kolostrum ali mlezivo

Kolostrum ali mlezivo je prva hrana, ki nastane v mlečnih žlezah matere v prvih urah pa rojstvu novorojenca. Kolostrum domačih krav je najbogatejši vir imunskih faktorjev (protiteles), rastlinskih faktorjev, vitaminov (A, C, D, E, folne kisline, B-skupine), mineralov (kalcij, magnezij, krom, železo, cink...) in aminokislin. Ti so

identični človeškim. Lahko ga najdemo v različnih pripravkih, primernih za otroke in odrasle.

2.12.7 Ameriški slamnik ali Echinacea purpurea ali škrlatna ehinacea

Izvleček ameriškega slamnika učinkuje neposredno na virus že zelo zgodaj, v času inkubacijske dobe. Ameriški slamnik virusu prepreči, da bi se pritrdil na človeške celice na površju (epiteliju), zato tudi ne more prodreti v globino in s tem je njegovo delovanje onemogočeno.

2.12.8 Osebna varovalna sredstva za zdravstvene delavce

Osebna varovalna oprema za zdravstvene delavce, ki so v stiku z bolnikom, pri katerem obstaja sum, je verjeten/potrjen primer okužbe s pandemskim virusom influence A (H1N1) 2009 - MAJHNO TVEGANJE:

- običajna kirurška maska,
- zaščitne rokavice iz lateksa, izjemoma kopolimera (pri alergiji na lateks), ob stiku z bolnikom, s pripomočki, s predmeti in s površinami v bolnikovi neposredni okolici, ki bi lahko bili onesnaženi z izločki dihal.

Osebno varovalno opremo odstranimo po pravilnem zaporedju:

- snamemo rokavice in razkužimo roke z alkoholnim razkužilom (ali umijemo z vodo in milom, če so vidno onesnažene);
- snamemo masko (nikoli se ne dotaknemo maske spredaj, kjer je lahko onesnažena, vedno primemo elastiko ali trakce zadaj) in roke ponovno razkužimo z alkoholnim razkužilom (ali umijemo z vodo in milom, če so vidno onesnažene).

Osebna varovalna oprema za zdravstvene delavce, ki jemljejo bris zgornjih dihal (nosu, žrela, nosno-žrelnega prostora, nosno-žrelnega izpirka) bolniku, pri katerem obstaja sum ali je verjeten/potrjen primer okužbe s pandemskim virusom influence A (H1N1) 2009 - SREDNJE TVEGANJE:

- običajna kirurška maska,
- zaščitne rokavice iz lateksa, izjemoma kopolimera (pri alergiji na lateks),
- zaščita za oči (zaščitna očala ali vizir).

Osebno varovalno opremo odstranimo po pravilnem zaporedju:

- snamemo rokavice in si razkužimo roke ali jih umijemo z vodo in milom, če so vidno onesnažene;
- snamemo vizir (zaščita za oči); po potrebi (če smo se dotaknili vizirja ali očal spredaj) si razkužimo roke z alkoholnim razkužilom;
- si snamemo masko in si razkužimo roke z alkoholnim razkužilom.

Osebna varovalna oprema za zdravstvene delavce, ki izvajajo visoko tvegane postopke pri bolniku s sumom, oz. pri bolniku, ki je verjeten/potrjen primer okužbe s pandemskim virusom influence A (H1N1) 2009 (bronhoskopija, aspiracija izločkov dihal, intubacija itd.) - VISOKO TVEGANJE:

- zaščita za delovno obleko (predpasnik ali plašč);
- zaščitna kapa;
- filtrirna maska (zaščitni respirator) FFP2 ali FFP3;
- zaščita za oči (zaželeno vizir);
- zaščitne rokavice iz lateksa, izjemoma kopolimera (pri alergiji na lateks).

Po uporabi osebno varovalno opremo odstranjujemo po pravilnem vrstnem redu, da ne onesnažimo rok, delovnega oblačila in okolice. Vso opremo za enkratno uporabo odložimo v posebno embalažo kot kužni odpad.

Vrstni red odstranjevanja zaščitnih oblačil in varovalne opreme je naslednji: vedno najprej odstranimo rokavice in roke dobro razkužimo (če so vidno umazane, jih moramo najprej umiti) in v primeru, da je osebna varovalna oprema onesnažena z bolnikovimi izločki, nadenemo nove čiste rokavice in nadaljujemo po naslednjem vrstnem redu:

- slečemo zaščitno obleko (odvežemo trakce ali strgamo trak preko ovratnika, če smo imeli predpasnik),
- odstranimo vizir (primemo zadaj, ne spredaj),
- odstranimo masko (nikoli se ne dotaknemo maske spredaj, kjer je lahko onesnažena, vedno primemo elastiko ali trakce zadaj),
- odstranimo kapo,
- odstranimo rokavice in ponovno razkužimo roke (ali umijemo, če smo jih onesnažili).

2.13 UKREPI PRI DOJEČI MATERI

Dojen novorojenček ima manjšo možnost, da zboli s težko obliko gripe kot nedojen. Zato pri zdravih ženskah v pandemiji gripe spodbujamo dojenje. V primeru, da dojenček zboli, se vsekakor priporoča dojenje dalje, ob ustrezni zaščiti matere. Če zboli mati, lahko, če je sposobna, doji naprej, vendar z masko, ustrezno higieno rok in dojk. Lahko si tudi izbrizga mleko in otroka preko stekleničke z materinim mlekom nahrani zdrava oseba. Zdravljenje gripe s Tamiflujem ni ovira za dojenje.

2.14 GRIPA PRI NOSEČNICAH

Do sedaj se je pokazalo, da so nosečnice bolj ogrožene, tako v smislu obolelosti kot resnih zapletov bolezni in težjega poteka. Ob predhodnih epidemijah običajne gripe so zaznali predvsem povečano število spontanih splavov (abortus) in prezgodnjih porodov med nosečnicami.

2.15 CEPLJENJE

Celjenje je zagotovo najučinkovitejši način, da se zavarujemo proti pandemski gripi. Še zlasti ga priporočamo osebam, ki imajo večje tveganje za težji potek bolezni.

Cepiva proti običajni sezonski gripi ne ščitijo pred pandemsko gripo. Zato je bilo potrebno izdelati novo cepivo, s katerim se lahko zaščitimo pred pandemskim tipom virusa. Cepivo se daje v mišico (nadlaht ali stegenjsko). Peroralno (skozi usta) cepivo ne učinkuje, ker bi jih razkrojili prebavni encimi.

Cepivo deluje podobno kot cepivo proti sezonski gripi in ne more povzročiti bolezni, saj je, kot se temu reče, »mrtvo« in vsebuje inaktivne delce virusa pandemske gripe. Na učinkovitost cepiva proti novi gripi vplivata starost in zdravstveno stanje osebe, ki se želi cepiti oz. se je cepila. Pri osebah z zmanjšanim imunskim odzivom je lahko cepivo manj učinkovito.

Evropska agencija za zdravila (EMA) je pretehtala koristi in tveganja ter ugotovila, da je cepivo primerno za uporabo.

Tako kot druge države, je cepivo naročila tudi Slovenija. Cepljenje je organizirano v cepilnih centrih zdravstvenih domov in na zavodih za zdravstveno varstvo. Vlada Republike Slovenije se je odločila, da bo cepivo proti novi gripi za vsakega posameznika brezplačno. Osebe, ki se bodo cepile morajo le poravnati strošek storitve cepljenja, ki znaša 7€.

Cepljenje nosečnic

Ker pandemski gripa poteka pri nosečnicah v težji obliki kot pri nenosečih ženskah in je v višjem deležu smrtna, ginekološka stroka svetuje cepljenje nosečnic proti pandemski gripi s cepivom (Pandemrix) ne glede na trajanje nosečnosti.

Cepljenje doječih mater

Dojenje ni ovira za cepljenje.

Cepljenje otrok

Cepljenje proti pandemski gripi s cepivom Pandemrix svetujemo pri otrocih, starejših od 6 mesecev, razen pri tistih, kjer zdravnik specialist pediater presodi, da cepljenje ni indicirano.

Cepljenje bolnikov z avtoimunskimi boleznimi

Cepljenje proti pandemski gripi s cepivom Pandemrix svetujemo pri bolnikih z avtoimunskimi boleznimi, razen pri tistih, kjer zdravnik specialist zaradi aktivnosti bolezni presodi, da je indicirano cepljenje s cepivom Celvapan.

Sočasno cepljenje z drugimi cepivi

Cepljenje proti pandemski gripi s cepivom Pandemrix ali Celvapan lahko opravimo sočasno z drugimi cepljenji ali pa v kakršnem koli razmiku in zaporedju, vendar ne cepimo na isto mesto.

2.15.1 Delovanje in vsebina pandemskega cepiva

Cepivo deluje podobno kot druga cepiva, tako da »nauči« naš imunski sistem, ki je obrambni mehanizem telesa, kako naj se brani pred boleznijo. Cepivo vsebuje majhno količino beljakovin s površine pandemskega virusa A (H1N1)v. Ko cepljena oseba prejme cepivo, imunski sistem razvije protitelesa proti beljakovinam virusa v cepivu. Tako je imunski sistem, da ob okužbi tvori protitelesa hitreje.

Pandemsko cepivo vsebuje inaktivne delce pandemskega virusa gripe. V cepivo najdemo pomožne snovi: oktksinol 10, tiomersal, natrijev klorid, natrijev hidrogenfosfat, kalijev klorid, magnezijev klorid, kalijev dihidrogenfosfat ter vodo za injiciranje. V cepivu je tudi ASO3 (skvalen, polisorbit 80, tokoferol), ta vzpodbudi boljši odgovor imunskega sistema po cepljenju.

Cepivo, ki ga uporabljamo v Sloveniji, je pakirano v stekleničkah. Ena steklenička vsebuje količino cepiva, ki zadošča za cepljenje desetih odraslih oseb. Zaradi takega pakiranja je cepivu dodan tiomersal kot konzervans, ta pa preprečuje, da bi se cepivo onesnažilo z glivami ali bakterijami. Tiomersal je organska spojina, ki vsebuje živo srebro (Hg) v obliki etil živega srebra in predstavlja približno 50% celotne mase spojine. Uporablja se kot dodatek različnim zdravilom in pripomore, da cepivo ostane dalj časa učinkovito. Raziskave pa so pokazale, da ta dodatek cepivu ne povzroča avtizma ali drugih nevroloških obolenj.

Cepivo vsebuje tudi adjovans. Z razvojem adjuvantnega cepiva se uporabi manj zdravilne količine, kar omogoči, da se lahko pravočasno cepi večje število ljudi. Za uporabo »varčnega« cepiva se je odločila svetovna zdravstvena organizacija. Resnih neželenih učinkov niso opazili.

2.15.2 Nevarnost cepiva

S cepivom ne smejo biti cepljene osebe, ki imajo alergično reakcijo na katero koli sestavino ali snov pandemskega cepiva, ki je lahko v cepivu prisotna tudi v sledovih,

kot so: jajčne in piščančje beljakovine, gentamicinijev sulfat, natrijev deoksiholat, ovalbumin, formaldehid ali ovalbumin. Če pride do vročinskega stanja z visoko telesno temperaturo (nad 38°C), je potrebno cepljenje odložiti.

Dojenje ni ovira za cepljenje doječih mater s cepivom, tudi nosečnice se lahko cepijo s pandemskim cepivom, vendar se naj pred cepljenjem posvetujejo s svojim zdravnikom ali ginekologom.

2.15.3 Prednosti pri cepljenju

V prvi fazi naj bi se cepili tudi zdravstveni delavci in kronični bolniki (s kroničnimi boleznimi dihal, vključno z astmo, z ledvično boleznijo, jetrno okvaro, s sladkorno boleznijo, srčno-žilnimi boleznimi z izjemo povišanega krvnega pritiska, z oslabljenim imunskim sistemom ali z nevrološko boleznijo, zaradi katere je prizadeto delovanje pljuč). Zdravstveni delavci bodo s tem zaščitili sebe in domače, saj so zaradi delovnega okolja bolj izpostavljeni okužbi, ker so ves čas v telesnem stiku z bolniki, ki imajo različne bolezni, in ne bi bilo prav, če bi prenesli okužbo na bolnike, še posebej, če bi to poslabšalo bolnikovo zdravljenje.

2.15.4 Neželeni stranski učinki po cepljenju

Klinične študije, primerjave in preučevanja so pokazala, da so neželeni stranski učinki redki, vendar se lahko pojavijo in so podobni kot po cepljenju proti običajni sezonski gripi.

Najpogostejši neželeni učinki so lokalne reakcije na mestu cepljenja (zatrdlina, bolečina, oteklina, rdečina), bolečine v mišicah, glavobol, bolečine v sklepih, zvišana telesna temperatura ter utrujenost. Večina teh neželenih učinkov je blagih in trajajo le nekaj dni.

Resni neželeni učinki po cepivu so zelo redki. Lahko se pojavijo alergične reakcije, ki privedejo do šoka (anafilaktični šok).

Če se po cepljenju pojavijo neželeni učinki, se naj oseba posvetuje s svojim izbranim zdravnikom!



PANDEMSKA GRIPA IN CEPLJENJE

Pandemska gripa je akutna okužba dihal, ki jo povzroča virus gripe A (H1N1)v. Ker se naš imunski sistem do sedaj s tem virusom še ni srečal, je verjetnost okužbe večja, kot pri običajni sezonski gripi. Bolezenski znaki so enaki kot pri sezonski gripi: povišana telesna temperatura, mrazenje, glavobol, utrujenost, suh kašelj, bolečine v žrelu, izcedek iz nosu, bolečine v mišicah in kosteh, lahko tudi bruhanje in driska.

Virus pandemske gripe se prenaša enako kot virus sezonske gripe, in sicer s kužnimi kapljicami, ki nastajajo pri kašljanju, kihanju, govorjenju, z neposrednim tesnim stikom z obolelim, s posrednim stikom prek onesnaženih površin in predmetov. Za preprečevanje okužbe je pomembno izvajati higienske ukrepe.

Pred pandemsko gripo se najučinkoviteje zaščitimo s cepljenjem. Cepljenje je zlasti priporočljivo za kronične bolnike, ki imajo večje tveganje za težji potek bolezni: to so osebe s kroničnimi boleznimi obtočil, dihal, sečil, jeter, sladkorno boleznijo in drugimi metabolnimi boleznimi, nekaterimi živčno-mišičnimi in vezivnimi boleznimi, malignimi obolenji, nekaterimi boleznimi krvi in krvotvornih organov in oslabiljenim imunskim sistemom zaradi bolezni ali zdravljenja z zdravili, ki slabijo imunost. Cepljenje je zelo smiselno tudi za ostalo prebivalstvo, posebej za tiste, ki so zaradi narave svojega dela ali načina življenja bolj izpostavljeni okužbam. Zaježitev pandemije in zmanjšanje obolevnosti je namreč možno doseči le s cepljenjem čim večjega deleža prebivalstva.

Pandemsko cepivo je »mrtvo« cepivo, ki vsebuje inaktivirane dele virusa pandemske gripe in zato ne more povzročiti bolezni. Cepivo se lahko uporablja pri osebah starejših od 6 mesecev. Na učinkovitost cepiva vplivata tako starost kot zdravstveno stanje cepljene osebe. Kot pri drugih cepljenjih, so tudi po cepljenju s pandemskim cepivom možni neželeni učinki, ki so najpogostejše lokalne reakcije na mestu cepljenja (bolečina, oteklina, rdečina), lahko pa tudi glavobol, bolečine po mišicah in sklepih, zvišana telesna temperatura ter utrujenost. Večina neželenih učinkov je blagih in prehodnih ter minejo v nekaj dneh. Resni neželeni učinki po cepivih proti gripi so redki.

Za varno cepljenje potrebujemo nekaj podatkov, zato Vas prosimo, da odgovorite na naslednja vprašanja:

- | | | |
|---|----|----|
| 1. Ali trenutno prebolevate kakšno akutno bolezen? | DA | NE |
| 2. Ali ste kdaj imeli hujšo alergijo na jajca? | DA | NE |
| 3. Ali ste kdaj imeli hujšo reakcijo po cepljenju? Če da, po katerem? | DA | NE |

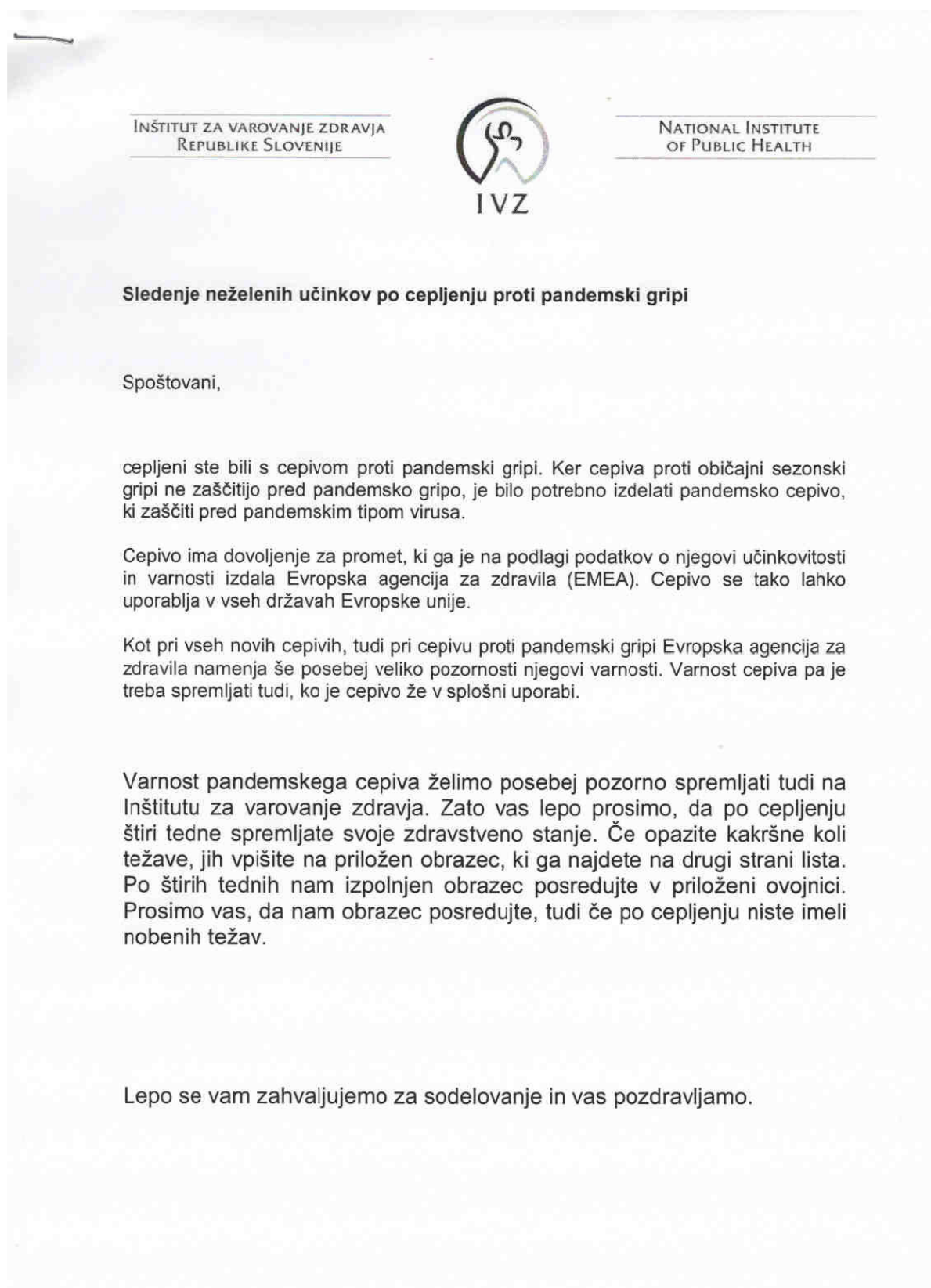
Spodaj podpisani/a _____ rojen/a _____

izjavljam, da so navedeni podatki točni in da soglašam s cepljenjem proti pandemski gripi.

Datum:

Podpis:

Slika 7: Izjava, ki so jo izpolnili pacienti, preden so se cepili



Slika 8: Sledenje neželenim stranskim učinkom

Obrazec za sledenje neželenih učinkov po cepljenju proti pandemski gripi					
Spol: M Ž (obkroži)			Mesec, leto rojstva: ____ / ____ / ____ mesec leto		
Datum cepljenja: ____ / ____ / ____ dan mesec leto			Ciljna skupina (obkroži): 1. zdravstveni delavec 2. kronični bolnik 3. nosečnica 4. ostali		
Cepivo: Pandemrix Serijska številka: XXXXXX Odmerek: 1.					
Ali ste v štirih tednih po cepljenju proti pandemski gripi opazili kakšne neželene učinke? DA NE					
Če je odgovor DA, v spodnji tabeli obkrožite znake, ki ste jih v teh štirih tednih opazili. Pri posameznem znaku navedite še koliko dni po cepljenju se je pojavil in njegovo trajanje v dnevih. Ostale znake, ki ste jih opazili in v tabeli niso naštet, lahko navedete pod drugo.					
Znak	koliko dni po cepljenju	trajanje v dneh	Znak	koliko dni po cepljenju	trajanje v dneh
oteklina na mestu cepljenja			omotica		
rdečina na mestu cepljenja			razdražljivost		
bolečina na mestu cepljenja			slabost		
temperatura več kot 38°C			izguba apetita		
slabo počutje			bruhanje		
utrujenost			driska		
zaspanost			bolečine v trebuhu		
glavobol			povečane bezgavke		
bolečine v mišicah			močnejše znojenje		
bolečine v sklepih			alergična reakcija		
izpuščaj			drugo:		
Ali ste zaradi težav po cepljenju iskali zdravniško pomoč? DA NE					
Kaj je bilo pri pregledu ugotovljeno?					

Zahvaljujemo se Vam za sodelovanje!
Obrazec vrnite, tudi če po cepljenju niste imeli nobenih težav.

Slika 9: Obrazec, ki so ga morali izpolniti vsi, ki so cepili.

INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA
REPUBLIKE SLOVENIJENATIONAL INSTITUTE
OF PUBLIC HEALTH

IVZ

NEŽELENI UČINKI PO CEPLJENJU PROTI PANDEMSKI GRIPI

Ime in priimek _____ Spol: M Ž

Naslov _____

Datum (DD/MM/LL) rojstva _____

Datum cepljenja _____ Ime cepiva: _____

Serijska številka _____ Odmerek: I. II.

Ciljna skupina (obkroži):

- zdravstveni delavec
- nosečnica
- kronični bolnik *
- ostali

NEŽELENI UČINKI:**1. LOKALNI:**

bolečina začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____
trajanje v urah, če je manj kot 24 ur _____ ur

rdečina začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____
oteklina začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____
premer _____ cm

2. SPLOŠNI:

temperatura ____ °C začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____
trajanje v urah, če je manj kot 24 ur _____ ur

slabost začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

diareja začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

utrujenost začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

glavobol začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

nespečnost začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

zaspanost začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

persistentno ječanje začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

krči po telesu začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

povečane obušesne slinavke začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

makulopapulozen izpuščaj začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

anafilaktična reakcija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

serozni meningitis, nevritis, encefalopatija začetek ____ / ____ / ____ konec ____ / ____ / ____

* kronične bolezni obtočil, dihal, sečil, jeter, sladkorna bolezen in druge metabolične bolezni, nekatere živčno-mišične in vezivne bolezni, maligna obolenja, nekatere bolezni krvi in krvotvornih organov, oslabljen imunski sistem zaradi bolezni ali zdravljenja z zdravili, ki slabijo imunost

Slika 10: Obrazec o neželenih učinkih pa cepljenju...

POTRDILO O CEPLJENJU PROTI PANDEMSKI GRIPI

..... ste bili dne
(Ime in priimek)

cepljeni proti pandemski gripi s cepivom:

prostor za nalepko cepiva

Zdravstvena organizacija
(žig)

Zdravnik
(žig)

Potrdilo hranite vsaj 1 leto.

PANDEMSKA GRIPI IN CEPLJENJE

Pandemska gripa je akutna okužba dihal, ki jo povzroča virus gripe A (H1N1)v. Ker se naš imunski sistem do sedaj s tem virusom še ni srečal, je verjetnost okužbe večja, kot pri običajni sezonski gripi. Bolezenski znaki so enaki kot pri sezonski gripi: povišana telesna temperatura, mraženje, glavobol, utrujenost, suh kašelj, bolečine v žrelu, izcedek iz nosu, bolečine v mišicah in kosteh, lahko tudi bruhanje in driska.

Virus pandemske gripe se prenaša enako kot virus sezonske gripe, in sicer s kužnimi kapljicami, ki nastajajo pri kašljanju, kihanju, govorjenju, z neposrednim tesnim stikom z obolelim, s posrednim stikom prek onesnaženih površin in predmetov. Za preprečevanje okužbe je pomembno izvajati higienske ukrepe.

Pred pandemsko gripo se najučinkoviteje zaščitimo s cepljenjem. Cepljenje je zlasti priporočljivo za kronične bolnike, ki imajo večje tveganje za težji potek bolezni: to so osebe s kroničnimi boleznimi obtočil, dihal, sečil, jeter, sladkorno boleznijo in drugimi metabolnimi boleznimi, nekaterimi živčno-mišičnimi in vezivnimi boleznimi, malignimi obolenji, nekaterimi boleznimi krvi in krvotvornih organov in oslavljenim imunskim sistemom zaradi bolezni ali zdravljenja z zdravili, ki slabijo imunost.

Pandemsko cepivo je »mrtvo« cepivo, ki vsebuje inaktivirane dele virusa pandemske gripe in zato ne more povzročiti bolezni. Cepivo se lahko uporablja pri osebah starejših od 6 mesecev. Na učinkovitost cepiva vplivata tako starost kot zdravstveno stanje cepljene osebe. Kot pri drugih cepljenjih, so tudi po cepljenju s pandemskim cepivom možni neželeni učinki, ki so najpogostejše lokalne reakcije na mestu cepljenja (bolečina, oteklina, rdečina), glavobol, bolečine po mišicah in sklepih, zvišana telesna temperatura ter utrujenost. Večina neželenih učinkov je blagih in prehodnih ter minejo v nekaj dneh. Resni neželeni učinki po cepivih proti gripi so redki.

V primeru pojava neželenih učinkov po cepljenju se posvetujte s svojim izbranim zdravnikom.

Slika 11: Potrdilo o cepljenju

3 EMPIRIČNI DEL

3.1 VZOREC

V našo anketo smo vključile dijake Srednje zdravstvene šole Celje (v nadaljevanju tudi SZŠC) in Srednje ekonomske šole Celju (v nadaljevanju tudi SEŠC), ki obiskujejo tretji letnik v šolskem letu 2009/2010, ter zaposlene v zdravstveni negi Splošne bolnišnice Celje. Skupaj je sodelovalo 468 anketirancev, od tega 163 dijakov Srednje zdravstvene šole Celje, 139 dijakov Srednje ekonomske šole Celje ter 166 zaposlenih v zdravstveni negi Splošne bolnišnice v Celju .

3.2 ČAS RAZISKAVE

Anketo smo izvedle v mesecu decembru leta 2009.

3.3 MERSKI INSTRUMENT

Pri iskanju odgovorov na hipoteze smo uporabile anketni vprašalnik za dijake, ki je bil sestavljen iz enajstih vprašanj, in anketni vprašalnik za zaposlene v zdravstveni negi, ki je bil sestavljen iz trinajstih vprašanj. Oba anketna vprašalnika sta imela pretežno vprašanja zaprtega tipa. Vsem smo zagotovili, da bodo vsi posredovani podatki varovani v skladu z določili o tajnosti podatkov.

3.4 POSTOPEK ZBIRANJA IN OBDELAVE PODATKOV

Anketiranci so na vprašanja odgovarjali pisno. Nato smo dobljene podatke, iz ankete vnašale v razpredelnico in jih računalniško obdelale (glej rezultate anket). Pri risanju grafov smo si pomagale s programom Excel. Vsako vprašanje smo obdelale odstotkovno in rezultate predstavile tabelarno, grafično in tekstovno.

3.5 REZULTATI DIJAKOV SREDNJE ZDRAVSTVENE ŠOLE CELJE IN SREDNJE EKONOMSKE ŠOLE CELJE

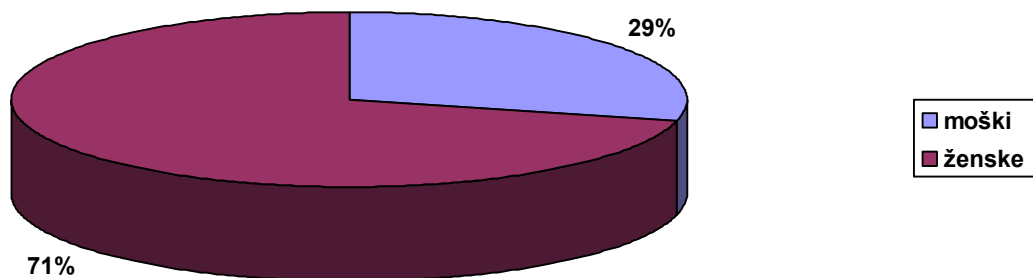
Na naslednjih straneh sledijo tabele in kolači, s pomočjo katerih smo analizirali izpolnjene anketne vprašalnike. Zaradi boljše preglednosti smo odstotke zaokrožili na celo število.

Tabela 1: Spol

	SZŠC		SEŠC	
	število	%	število	%
a) moški	48	29	45	32
b) ženske	115	71	94	68
Skupaj	163	100	139	100

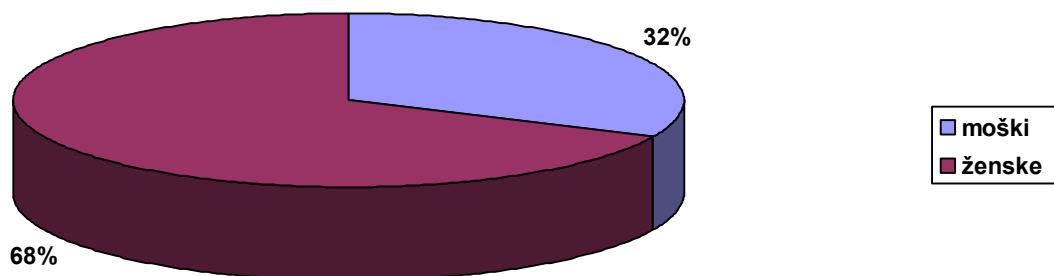
Kolača 1: Spol

SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE



Komentar: V anketi je sodelovalo 163 dijakov, 115 (71 %) je žensk, 48 (29 %) pa moških.

SREDNJA EKONOMSKA ŠOLA CELJE



Komentar: V anketi je sodelovalo 139 dijakov, 94 (68 %) je žensk, 45 (32 %) pa moških.

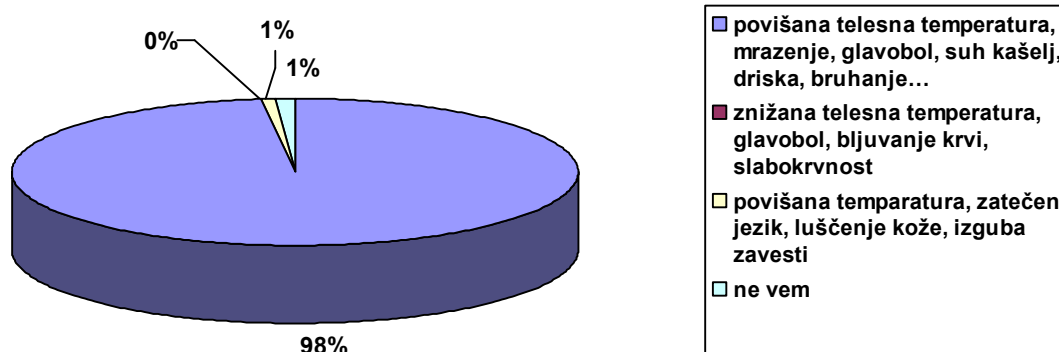
1. Znaki pandemske gripe so:

Tabela 2: Znaki pandemske gripe

	SZŠC		SEŠC	
	število	%	število	%
a) povišana telesna temperatura, mrazenje, glavobol, suh kašelj, driska, bruhanje...	160	98	131	94
b) znižana telesna temperatura, glavobol, bljuvanje krvi, slabokrvnost	0	0	2	1
c) povišana temperatura, zatečen jezik, luščenje kože, izguba zavesti	1	1	1	1
č) ne vem	2	1	5	4
Skupaj	163	100	139	100

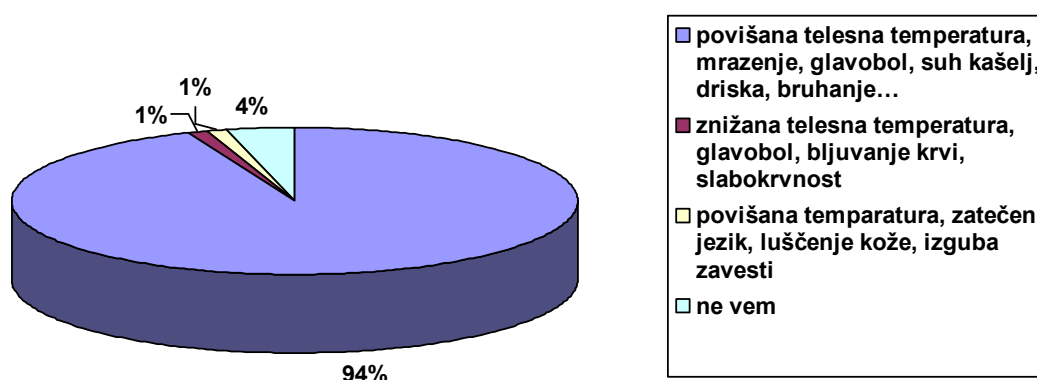
Kolača 2: Znaki pandemske gripe so

SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE



Komentar: Na to vprašanje je odgovorilo 163 dijakov. 160 jih je (98 %) odgovorilo pravilno, 3 (2 %) pa so odgovorili napačno.

SREDNJA EKONOMSKA ŠOLA CELJE



Komentar: 131 dijakov (94 %) bi prepoznalo znake pandemske gripe, 5 dijakov (4 %) ne ve, kateri so znaki pandemske gripe, 3 dijaki (2 %) pa ne bi prepoznali pravih znakov pandemske gripe.

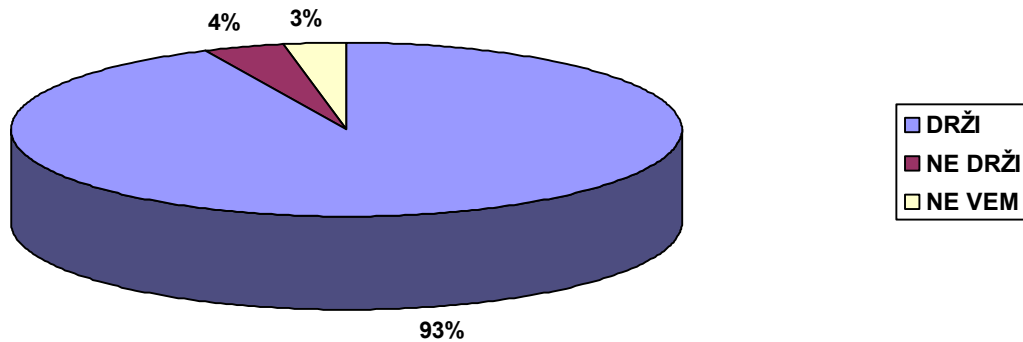
2. Ali pandemski gripa bolj ogroža določeno skupino ljudi (bolniki s kroničnimi boleznimi, starejši od 65 let, nosečnice, otroci, mlajši od 2 let)?

Tabela 3: Ali pandemski gripa bolj ogroža določeno skupino ljudi (bolniki s kroničnimi boleznimi, starejši od 65 let, nosečnice, otroci, mlajši od 2 let)

	SZŠC		SEŠC	
	število	%	število	%
a) DRŽI	152	93	115	83
b) NE DRŽI	6	4	14	10
c) NE VEM	5	3	10	7
Skupaj	163	100	139	100

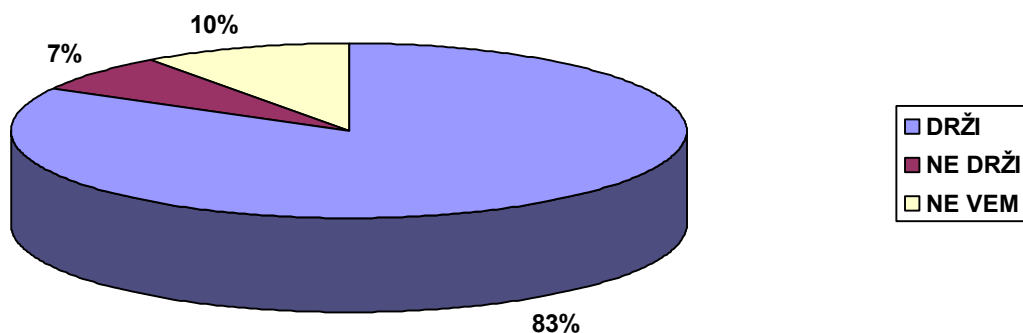
Kolača 3: Ali pandemna gripa ogroža določeno skupino ljudi (bolniki s kroničnimi boleznimi, starejši od 65 let, nosečnice, otroci, mlajši od 2 let)

SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE



Komentar: 152 dijakov (93 %) meni, da je določena skupine ljudi bolj ogrožena od ostalih, 6 dijakov (4 %) misli, da to ne drži, 5 dijakov (3 %) pa je odgovorilo z ne vem.

SREDNJA EKONOMSKA ŠOLA CELJE



Komentar: 115 anketirancev (83 %) meni, da je določena skupina ljudi ogrožena, 10 dijakov (7 %) meni, da to ne drži, 14 dijakov (10 %) ne ve odgovora.

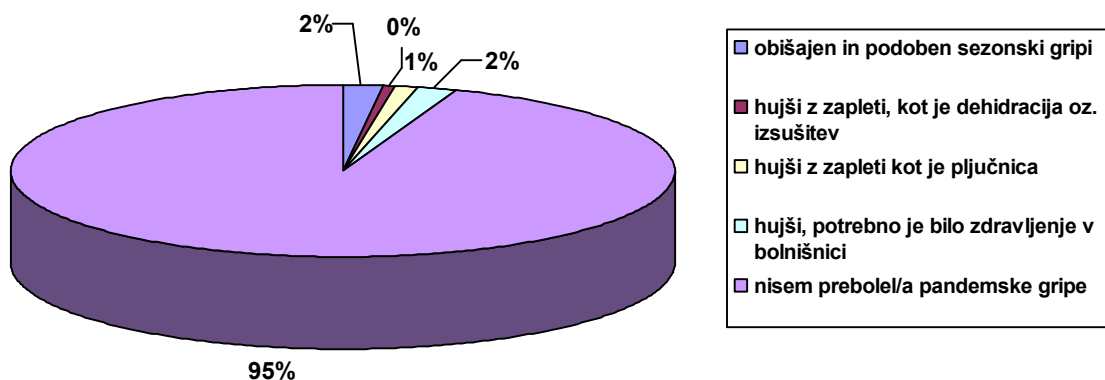
3. Če ste preboleli pandemsko gripo, je bil potek bolezni:

Tabela 4: Če ste preboleli pandemsko gripo, je bil potek bolezni

	SZŠC		SEŠC	
	število	%	število	%
a) običajen in podoben sezonski gripi	3	2	7	6
b) hujši z zapleti, kot je dehidracija oz. izsušenost	0	0	1	1
c) hujši z zapleti, kot je pljučnica	1	1	2	1
č) hujši, potrebno je bilo zdravljenje v bolnišnici	3	2	3	2
d) nisem prebolel/a pandemske gripe	156	95	126	90
Skupaj	163	100	139	100

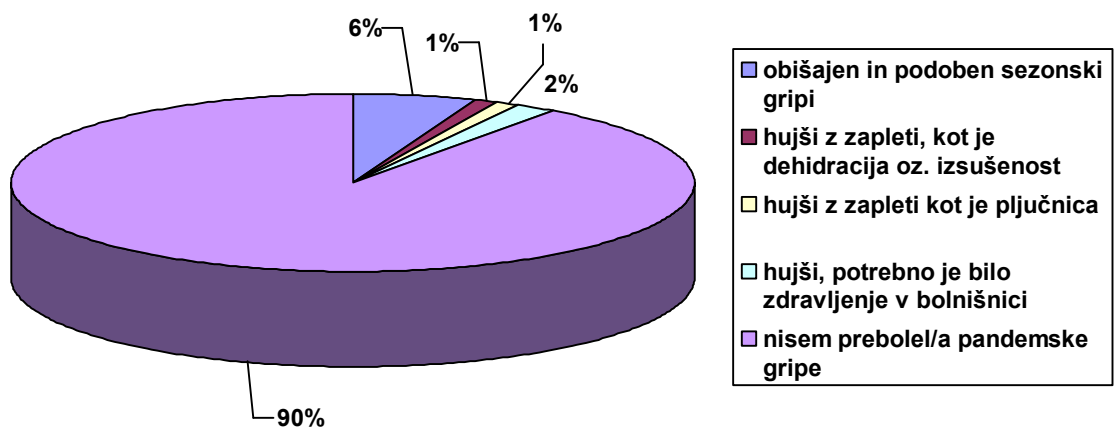
Kolača 4: Če ste preboleli pandemsko gripo, je bil potek bolezni

SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE



Komentar: 3 dijaki (2 %) so preboleli pandemsko gripo in je bil potek bolezni običajen in podoben sezonski gripi, 1 dijak (1 %) je prebolel pandemsko gripo s hujšimi zapleti, kot so dehidracija oz. izsušitev, 1 dijak (1 %) jo je prav tako prebolel s hujšimi zapleti, kot je pljučnica, 3 dijaki (2 %) so pa morali na zdravljenje v bolnišnico, 156 dijakov (95 %) ni prebolelo pandemske gripe.

SREDNJA EKONOMSKA ŠOLA CELJE



Komentar: 126 anketiranih (90 %) ni prebolelo pandemske gripe, 7 dijakov (6 %) je prebolelo pandemsko gripo in je bil potek bolezni podoben sezonski gripi, pri 3 dijakih (2 %) je bil potek bolezni hujši in so morali na zdravljenje v bolnišnico, 2 dijaka (1 %) sta imela hujše zaplete, kot je pljučnica, 1 dijak (1 %) pa je imel hujše zaplete, kot je dehidracija oz. izsušitev.

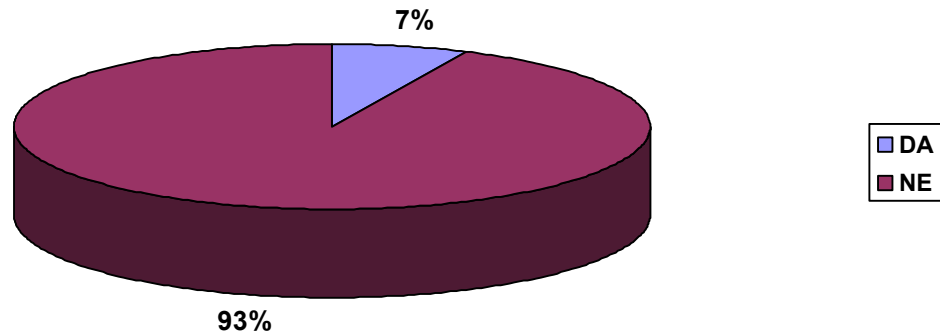
4. Ali se nameravate cepiti proti pandemski gripi oziroma ste se že cepili?

Tabela 5: Ali se nameravate cepiti proti pandemski gripi oziroma ste se že cepili

	SZŠC		SEŠC	
	število	%	število	%
a) DA	11	7	5	4
b) NE	152	93	134	96
Skupaj	163	100	139	100

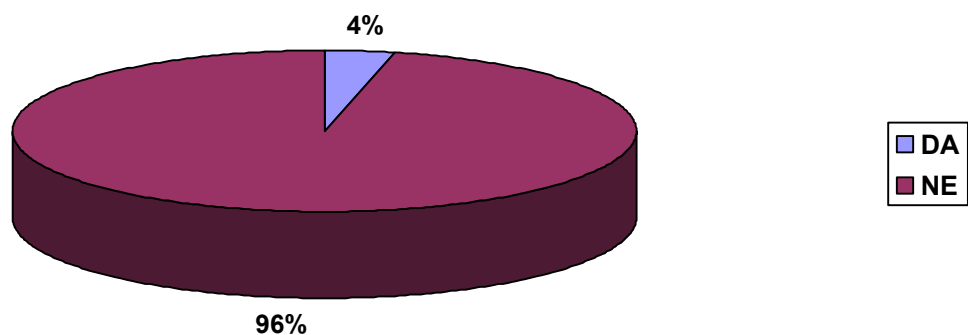
Kolača 5: Ali se nameravate cepiti proti pandemski gripi oziroma ste se že cepili

SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE



Komentar: Na to vprašanje je odgovorilo 163 dijakov, od katerih je 11 (7 %) odgovorilo, da se bodo cepili proti pandemski gripi, ostalih 152 (93 %) pa se ne bo cepilo.

SREDNJA EKONOMSKA ŠOLA CELJE



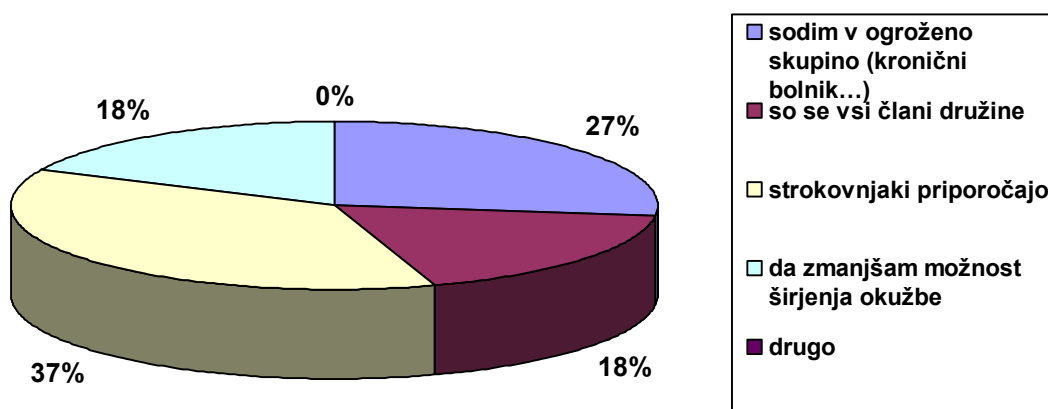
Komentar: Na to vprašanje je odgovorilo 139 dijakov, od katerih je 5 (4 %) odgovorilo, da se bodo cepili proti pandemski gripi, ostalih 134 (96 %) se ne bo cepilo.

5. Cepil/a sem se, ker:

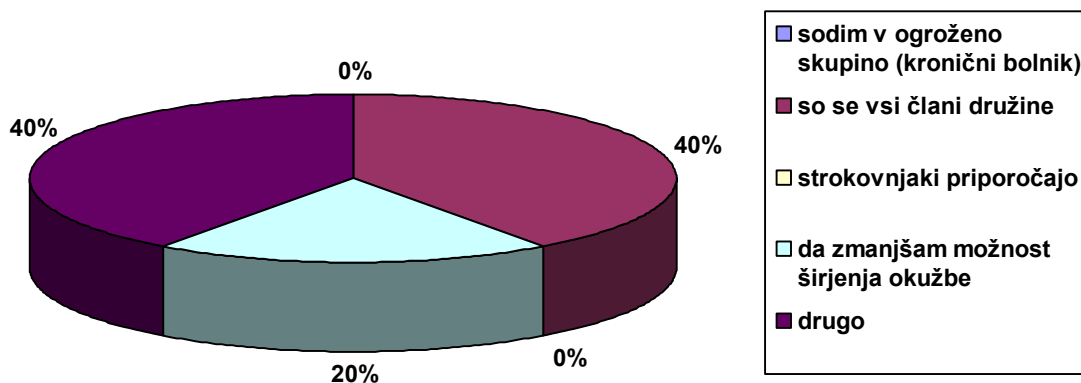
Na to vprašanje so odgovarjali tisti, ki so pri prejšnjem vprašanju odgovorili z DA.

Tabela 6: Cepil/a sem se, ker

	SZŠC		SEŠC	
	število	%	število	%
a) sodim v ogroženo skupino (kronični bolnik ...)	3	27	0	0
b) so se vsi člani družine	2	18	2	40
c) strokovnjaki priporočajo	4	37	0	0
č) da zmanjšam možnost širjenja okužbe	2	18	1	20
d) drugo	0	0	2	40
Skupaj	11	100	5	100

Kolača 6: Cepil/a sem se, ker**SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE**

Komentar: Na to vprašanje je odgovorilo 11 dijakov, od katerih so 3 (27 %) odgovorili, ker sodijo v ogroženo skupino, 2 (18 %), ker so se cepili vsi člani družine, 4 (37 %) so odgovorili, ker to priporočajo strokovnjaki, 2 (18%) pa, da zmanjšata možnost okužbe.

SREDNJA EKONOMSKA ŠOLA CELJE

Komentar: Na to vprašanje je odgovorilo 5 dijakov, 2 dijaka (40 %), ker so se cepili vsi člani družine, 2 dijaka (20 %), da zmanjšata možnost širjenja okužbe in 2 dijaka (40 %) drugo.

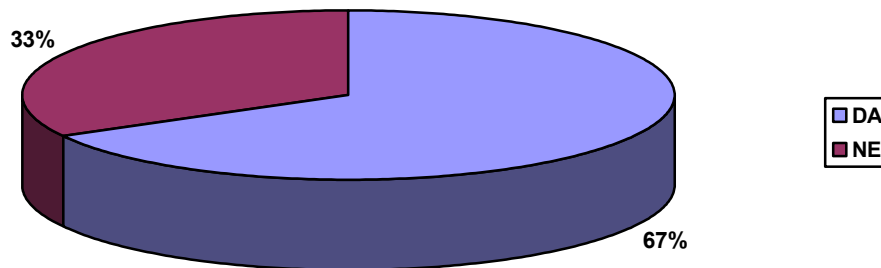
6. Se bojite morebitnih stranskih učinkov cepiva?

Tabela 7: Se bojite morebitnih stranskih učinkov cepiva

	SZŠC		SEŠC	
	število	%	število	%
a) DA	108	67	97	70
b) NE	55	33	42	30
Skupaj	163	100	139	100

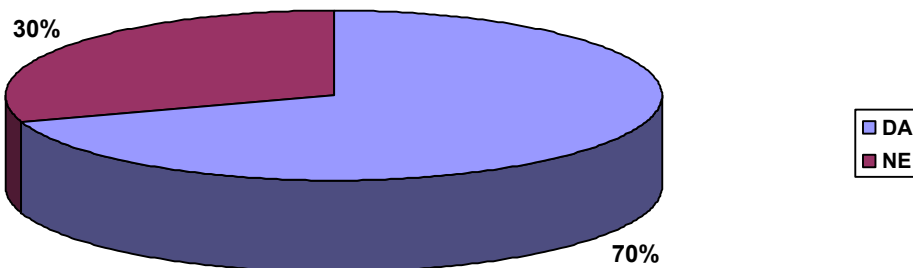
Kolača 7: Se bojite morebitnih stranskih učinkov cepiva

SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE



Komentar: Na to vprašanje je odgovorilo 163 dijakov, od katerih jih je 108 (67 %) odgovorilo, da se bojijo morebitnih stranskih učinkov cepiva, 55 (33 %) pa se ne boji stranskih učinkov cepiva.

SREDNJA EKONOMSKA ŠOLA CELJE



Komentar: Na to vprašanje je odgovorilo 139 dijakov, od katerih jih je 97 (70 %) odgovorilo, da se bojijo morebitnih stranskih učinkov cepiva, 42 (30 %) pa se ne boji stranskih učinkov cepiva.

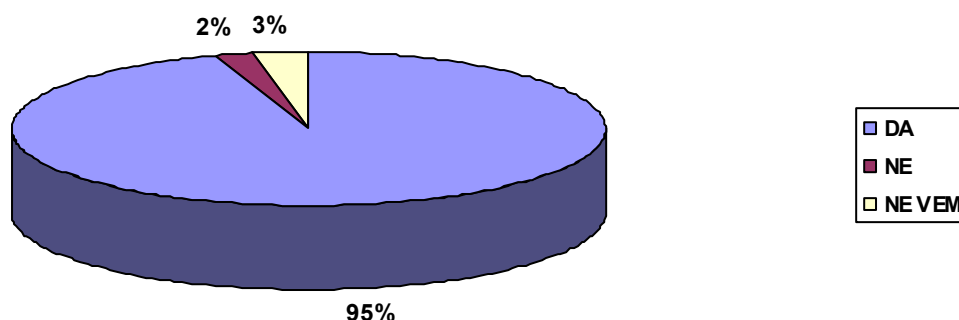
7. Ali menite, da se je mogoče proti širjenju pandemske gripe boriti še na kakšen drug način poleg cepljenja (npr. pogosto umivanje rok, izogibanje telesnim stikom z ljudmi, ki imajo znake bolezni, pri kašljanju in kihanju uporabljanje papirnatih robčkov,...)?

Tabela 8: Ali menite, da se je mogoče proti širjenju pandemske gripe boriti še na kakšen drug način poleg cepljenja (npr. pogosto umivanje rok, izogibanje telesnim stikom z ljudmi, ki imajo znake bolezni, pri kašljanju in kihanju uporabljanje papirnatih robčkov,...)

	SZŠC		SEŠC	
	število	%	število	%
a) DA	155	95	121	83
b) NE	3	2	4	10
c) NE VEM	5	3	14	7
Skupaj	163	100	139	100

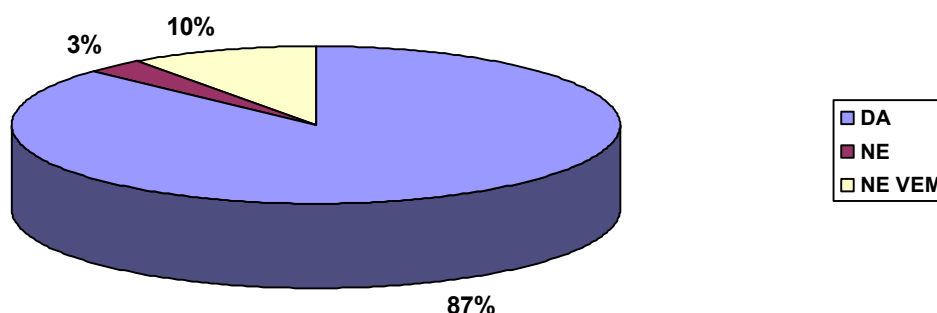
Kolača 8: Ali menite, da se je mogoče proti širjenju pandemske gripe boriti še na kakšen drug način poleg cepljenja (npr. pogosto umivanje rok, izogibanje telesnim stikom z ljudmi, ki imajo znake bolezni, pri kašljanju in kihanju uporabljanje papirnatih robčkov,...)

SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE



Komentar: Na to vprašanje je odgovorilo 163 dijakov, od katerih jih je 155 (95 %) odgovorilo, da se je mogoče proti širjenju pandemske gripe boriti še na kakšen drug način poleg cepljenja, 3 (2 %) menijo, da ne, in 5 dijakov (3 %) jih ne ve odgovora.

SREDNJA EKONOMSKA ŠOLA CELJE



Komentar: Na to vprašanje je odgovorilo 139 dijakov, od katerih jih je 121 (87 %) odgovorilo, da se je mogoče proti širjenju pandemske gripe boriti še na kakšen drug način poleg cepljenja, 4 (3 %) menijo, da ne, in 14 dijakov (10 %) ne ve odgovora.

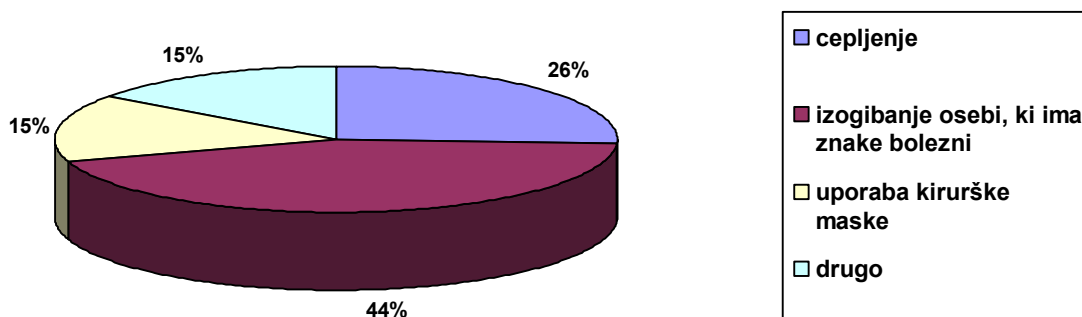
8. Kateri ukrep se Vam zdi najprimernejši za zmanjševanje širjenja pandemske gripe?

Tabela 9: Kateri ukrep se Vam zdi najprimernejši za zmanjševanje širjenja pandemske gripe

	SZŠC		SEŠC	
	število	%	število	%
a) cepljenje	43	26	23	17
b) izogibanje osebi, ki ima znake bolezni	71	44	87	63
c) uporaba kirurške maske	25	15	12	8
č) drugo	25	15	17	12
Skupaj	163	100	139	100

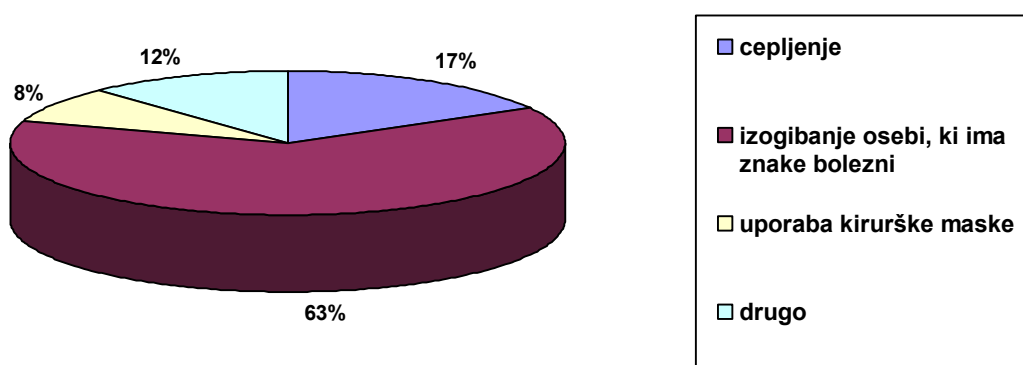
Kolača 9: Kateri ukrep se Vam zdi najprimernejši za zmanjševanje širjenja pandemske gripe

SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE



Komentar: 43 dijakov (26 %) meni, da je cepljenje najprimernejši ukrep, 71 dijakov (44 %) meni, da je najprimernejši ukrep izogibanje osebi, ki ima znake bolezni, 25 dijakov (15 %) meni, da je najprimernejši ukrep uporaba kirurške maske, 25 dijakov (15 %) je napisalo pod drugo: osebna higiena 11 dijakov, razkuževanje rok 11 dijakov, uživanje več vitaminov 1 dijak.

SREDNJA EKONOMSKA ŠOLA CELJE



Komentar: 23 dijakov (17 %) meni, da je cepljenje najprimernejši ukrep, 87 dijakov (63 %) meni, da je najprimernejši ukrep izogibanje osebi, ki ima znake bolezni, 12 dijakov (8 %) meni, da je najprimernejši ukrep uporaba kirurške maske, 17 dijakov (12 %) je napisalo pod drugo: osebna higiena 8 dijakov, razkuževanje rok 5 dijakov, uživanje več vitaminov 4 dijaki.

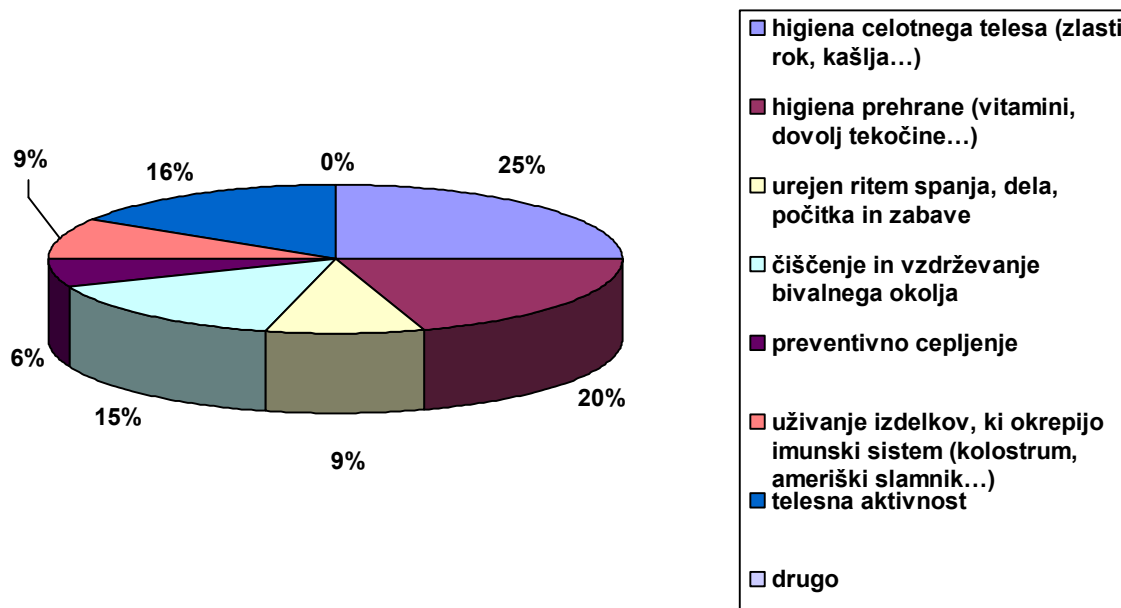
9. S katerimi ukrepi si krepite imunski sistem in preprečujete prenos okužbe? *(možnih je več odgovorov)*

Tabela 10: S katerimi ukrepi si krepite imunski sistem in preprečujete prenos okužbe

	SZŠC		SEŠC	
	število	%	število	%
a) higiena celega telesa (zlasti rok, kašlja...)	152	25	125	32
b) higiena prehrane (vitamini, dovolj tekočine...)	115	20	88	22
c) urejen ritem spanja, dela, počitka in zabave	52	9	37	9
č) čiščenje in vzdrževanje bivalnega okolja	89	15	53	13
d) preventivno cepljenje	36	6	13	3
e) uživanje izdelkov, ki okrepijo imunski sistem (kolostrum, ameriški slamnik...)	54	9	30	8
f) telesna aktivnost	92	16	52	13
g) drugo	0	0	0	0
Skupaj	590	100	398	100

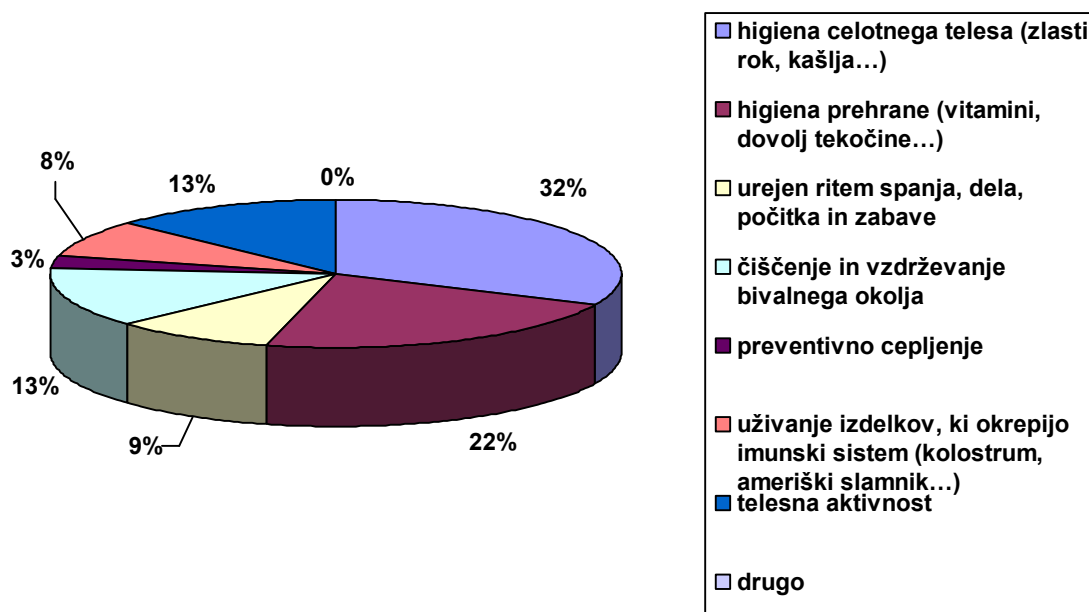
Kolača 10: S katerimi ukrepi si krepite imunski sistem in preprečujete prenos okužbe

SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE



Komentar: 152 dijakov (25 %) si krepí imunski sistem in preprečuje prenos okužbe s higieno celotnega telesa, 115 dijakov (20 %) s higieno hrane, 52 dijakov (9 %) z urejenim ritmom spanja, dela, počitka in zabave, 89 dijakov (15 %) s čiščenjem in vzdrževanjem bivalnega okolja, 36 dijakov (6 %) s preventivnim cepljenjem, 54 dijakov (9 %) z uživanjem izdelkov, ki okrepijo imunski sistem in 92 dijakov (16 %) skrbi za telesno aktivnost.

SREDNJA EKONOMSKA ŠOLA CELJE



Komentar: Kar 125 dijakov (32 %) si imunski sistem in preprečevanje prenosa okužbe krepi s higieno celega telesa, 88 dijakov (22 %) s higieno prehrane, 37 dijakov (9 %) z urejenim ritmom spanja, dela, počitka in zabave, 52 dijakov (13 %) s čiščenjem in vzdrževanjem bivalnega okolja, 13 dijakov (3 %) s preventivnim cepljenjem, 30 dijakov (8 %) z uživanjem izdelkov, ki okrepijo imunski sistem, in 53 dijakov (13 %) s telesno aktivnostjo.

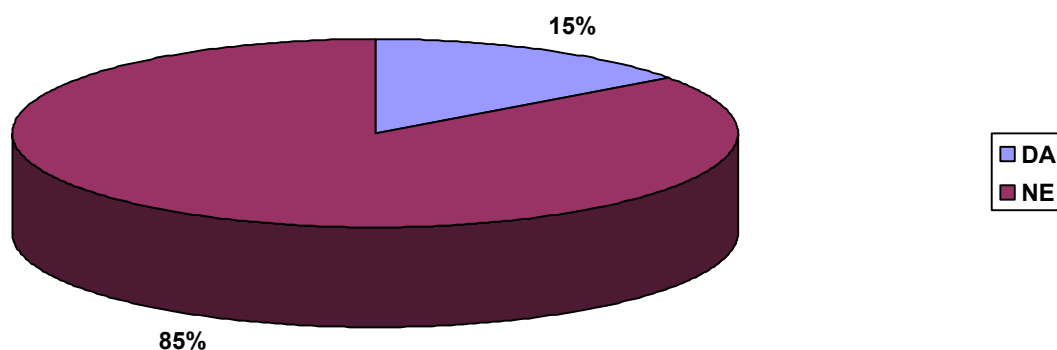
10. Ali osebno poznate koga, ki je zbolel za pandemsko gripo?

Tabela 11: Ali osebno poznate koga, ki je zbolel za pandemsko gripo

	SZŠC		SEŠC	
	število	%	število	%
a) DA	24	15	28	20
b) NE	139	85	111	80
Skupaj	163	100	139	100

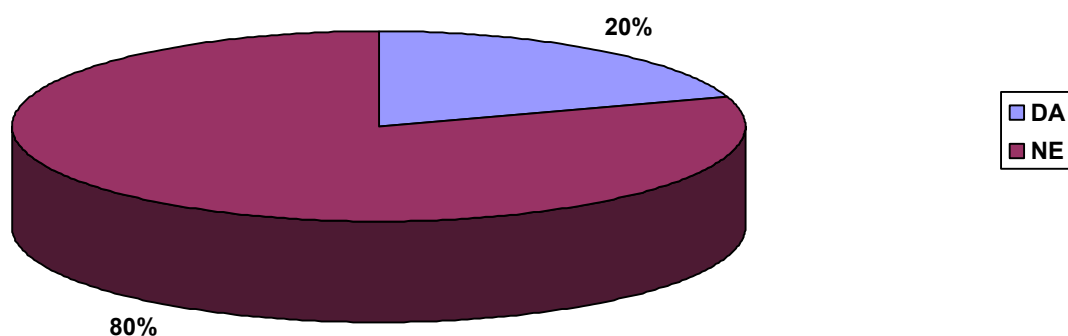
Kolača 11: Ali osebno poznate koga, ki je zbolel za pandemsko gripo

SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE



Komentar: 24 dijakov (15 %) pozna osebo, ki je zbolela za pandemsko gripo, 139 dijakov (85 %) ne pozna osebe, ki bi zbolela za pandemsko gripo.

SREDNJA EKONOMSKA ŠOLA CELJE



Komentar: 28 dijakov (20 %) pozna osebo, ki je zbolela za pandemsko gripo, 111 dijakov (80 %) ne pozna osebe, ki bi zbolela za pandemsko gripo.

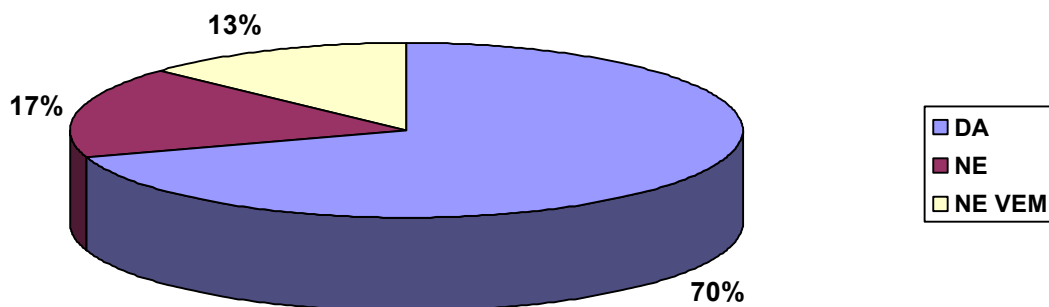
11. Ali menite, da mediji in institucije pretiravajo s poročanjem o nevarnostih pandemske gripe?

Tabela 12: Ali menite, da mediji in institucije pretiravajo s poročanjem o nevarnostih pandemske gripe

	SZŠC		SEŠC	
	število	%	število	%
a) DA	114	70	99	72
b) NE	27	17	20	14
c) NE VEM	22	13	20	14
Skupaj	163	100	139	100

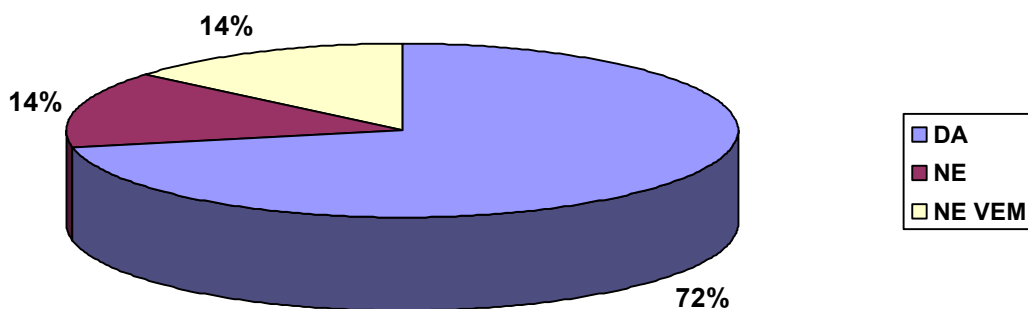
Kolača 12: Ali menite, da mediji in institucije pretiravajo s poročanjem o nevarnostih pandemske gripe

SREDNJA ZDRAVSTVENA ŠOLA CELJE



Komentar: 114 dijakov (70 %) meni, da mediji in institucije pretiravajo s poročanjem, 27 dijakov (17 %) meni, da mediji in institucije ne pretiravajo s poročanjem, 22 dijakov (13 %) ni vedelo, kaj bi odgovorili.

SREDNJA EKONOMSKA ŠOLA CELJE



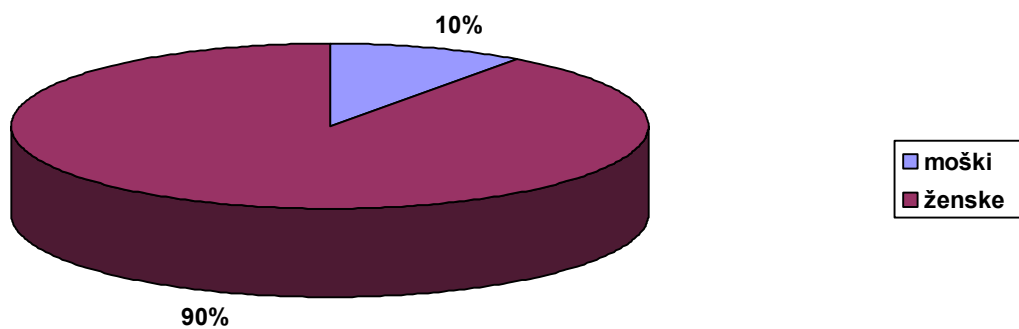
Komentar: 99 dijakov (72 %) meni, da mediji in institucije pretiravajo s poročanjem, 20 dijakov (14 %) meni, da mediji in institucije ne pretiravajo s poročanjem, 20 dijakov (14 %) ni vedelo, kaj bi odgovorilo.

3.6 REZULTATI ZDRAVSTVENIH DELAVCEV

Tabela 13: Spol

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) moški	16	10
b) ženske	150	90
Skupaj	166	100

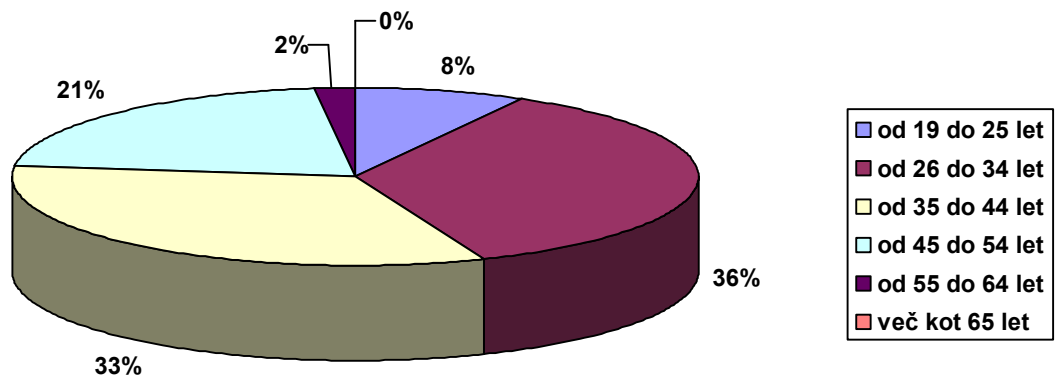
Kolač 13: Spol



Komentar: V anketi je sodelovalo 166 zdravstvenih delavcev, 16 (10 %) je moških, 150 (90 %) pa žensk.

Tabela 14: Starost

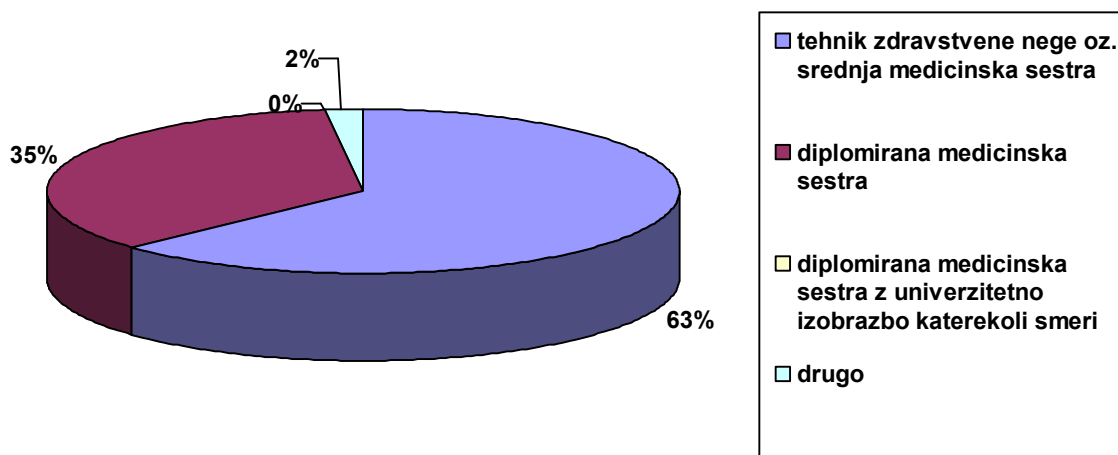
ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) od 19 do 25 let	13	8
b) od 26 do 34 let	60	36
c) od 35 do 44 let	55	33
č) od 45 do 54 let	35	21
d) od 55 do 64 let	3	2
e) več kot 65 let	0	0
Skupaj	166	100

Kolač 14: Starost

Komentar: V anketi je sodelovalo 166 zdravstvenih delavcev, 13 (8 %) je starih od 19 do 25 let, 60 (36 %) je starih od 26 do 34 let, 55 (33 %) je starih od 35 do 44 let, 35 (21 %) je starih 45 do 54 let, 3 (2 %) so stari od 55 do 64 let, 0 (0 %) je starih nas 65 let.

Tabela 15: Poklic

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) tehnik zdravstvene nege oz. srednja medicinska sestra	105	63
b) diplomirana medicinska sestra	58	35
c) diplomirana medicinska sestra z univerzitetno izobrazbo katerekoli smeri	0	0
č) drugo	3	2
Skupaj	166	100

Kolač 15: Poklic

Komentar: Od 166 zdravstvenih delavcev je 105 (63 %) tehnikov zdravstvene nege oz. srednjih medicinskih sester, 58 (35 %) diplomiranih medicinskih sester in 3 (2 %) so drugo.

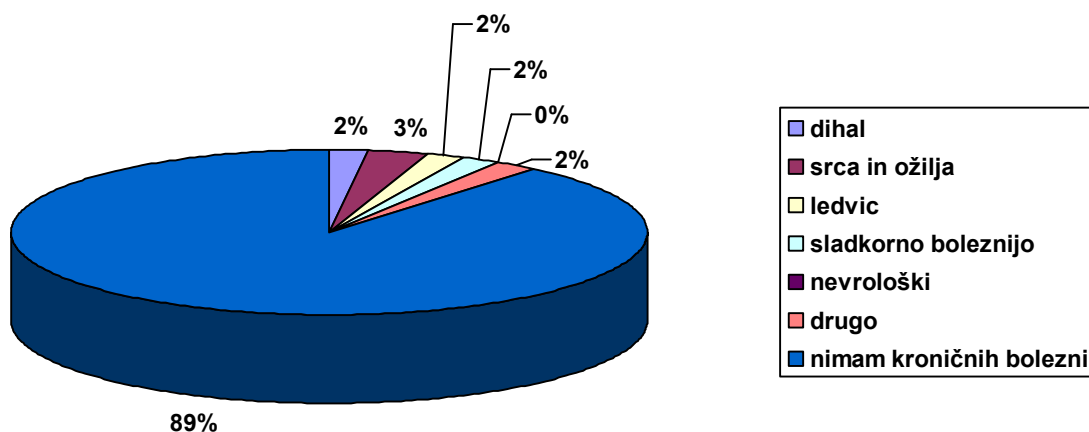
1. Ali obolevate za katero od naštetih kroničnih bolezni?

(možnih je več odgovorov)

Tabela 16: Ali obolevate za katero od naštetih kroničnih bolezni

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) dihal	3	2
b) srca in ožilja	5	3
c) ledvic	3	2
č) sladkorno boleznijo	4	2
d) nevrološko	0	0
e) drugo	5	2
f) nimam kronične bolezni	146	89
Skupaj	167	100

Kolač 16: Ali obolevate za katero od naštetih kroničnih bolezni



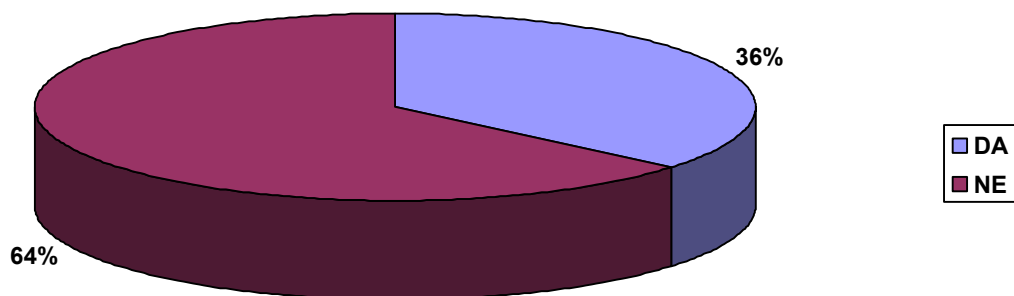
Komentar: Na to vprašanje je odgovorilo 166 zdravstvenih delavcev, od katerih so 3 (2 %) odgovorili, da obolevajo na dihalih, 5 (3 %) na srcu in ožilju, 3 (2 %) na ledvicah, 4 (2 %) za sladkorno boleznijo, 0 (0 %) za nevrološko, 2 (1 %) sta žolčna bolnika, 2 (1 %) za ščitnico, 1 (0 %) za alergijami in 146 (89 %) nima kroničnih bolezni.

2. Ali oboleva za kronično boleznijo kakšen član vaše družine?

Tabela 17: Ali oboleva za kronično boleznijo kakšen član vaše družine

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) DA	59	36
b) NE	107	64
Skupaj	166	100

Kolač 17: Ali oboleva za kronično boleznijo kakšen član vaše družine



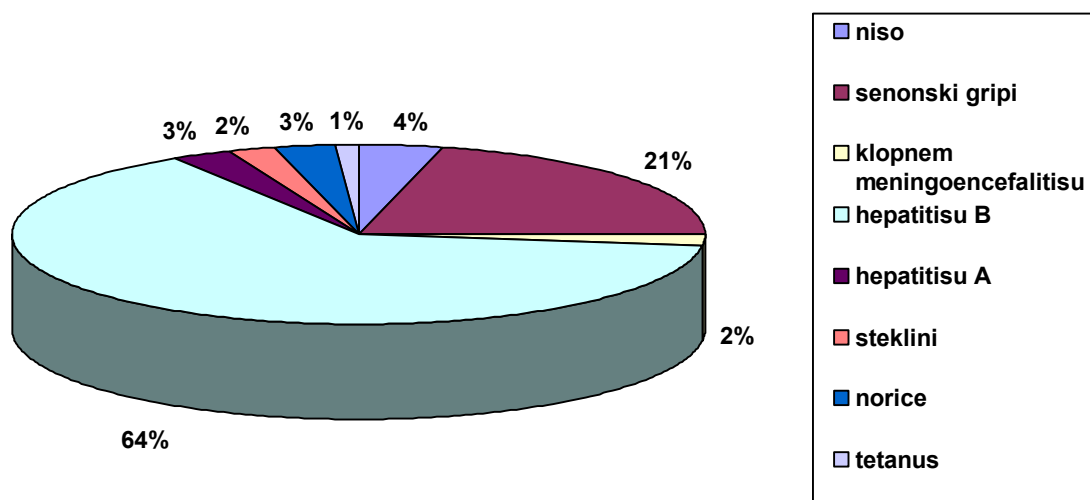
Komentar: Na to vprašanje je odgovorilo 166 zdravstvenih delavcev, pri 59 zdravstvenih delavcih (36 %) člani družine obolevajo za kronično boleznijo in pri 107 (64%) ne obolevajo.

3. Ali ste se že cepili tudi proti drugim navedenim nalezljivim boleznim? (možnih je več odgovorov)

Tabela 18: Ali ste se že cepili tudi proti drugim navedenim nalezljivim boleznim

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) sezonski gripi	45	22
b) klopnem meningoencefalitisu	5	2
c) hepatitisu B	137	67
č) hepatitisu A	7	4
d) steklini	4	2
e) norice	6	3
Skupaj	204	100

Kolač 18: Ali ste se že cepili tudi proti drugim navedenim nalezljivim boleznim



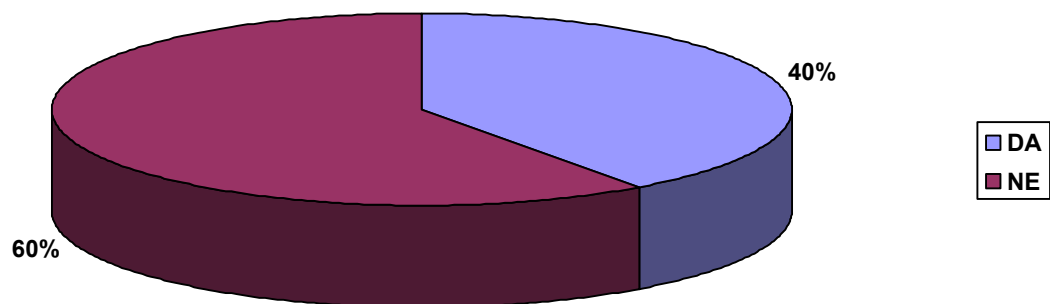
Komentar: 45 zdravstvenih delavcev (21 %) se je cepilo proti sezonski gripi, 5 zdravstvenih delavcev (2 %) se je cepila proti klopnemu meningoencefalitisu, 137 (64 %) se jih je cepila proti hepatitisu B, 7 zdravstvenih delavcev (3 %) se je cepilo proti hepatitisu A, 4 (2 %) proti steklini, 6 (3 %) proti noricam, 2 (1 %) proti tetanusu in 9 (4%) se jih ni cepilo.

4. Ali se nameravate cepiti proti pandemski gripi oziroma ste se že?

Tabela 19: Ali se nameravate cepiti proti pandemski gripi oziroma ste se že

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) DA	67	40
b) NE	99	60
Skupaj	166	100

Kolač 19: Ali se nameravate cepiti proti pandemski gripi oziroma ste se že



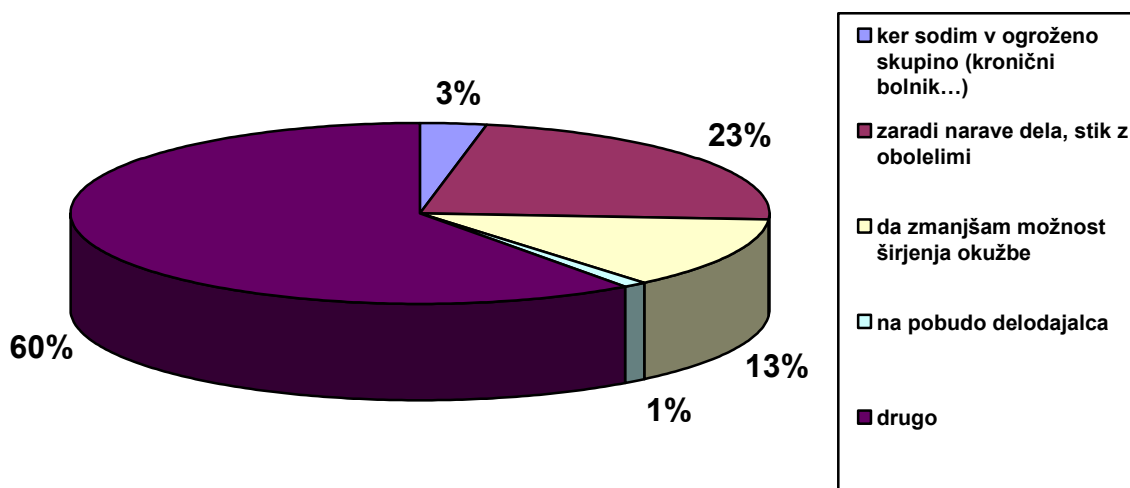
Komentar: Od 166 zdravstvenih delavcev se jih (60 %) ni cepilo proti pandemski gripi, 67 (40 %) pa se jih je.

5. Za preventivno cepljene proti pandemski gripi sem se odločil/a: (možnih je več odgovorov)

Tabela 20: Za preventivno cepljene proti pandemski gripi sem se odločil/a

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) ker sodim v ogroženo skupino (kronični bolnik...)	5	3
b) zaradi narave dela, stik z obolelimi	39	23
c) da zmanjšam možnost širjenja okužbe	23	13
č) na pobudo delodajalca	2	1
d) ker so se cepili sodelavci	0	0
e) drugo	99	60
Skupaj	204	100

Kolač 20: Za preventivno cepljene proti pandemski gripi sem se odločil/a:



Komentar: Na to vprašanje je 5 zdravstvenih delavcev (3 %) odgovorilo, da so se za se je za preventivno cepljenje odločili zaradi tega ker, sodijo v ogroženo skupino ljudi, 39 zdravstvenih delavcev (23 %) zaradi narave dela, 23 (13 %) da zmanjša možnost širjenja okužbe, 2 zdravstvena delavca (1 %) pa na ponudbo delodajalca, 99 zdravstvenih delavcev (60%) je obkrožilo drugo in napisalo nisem se cepil.

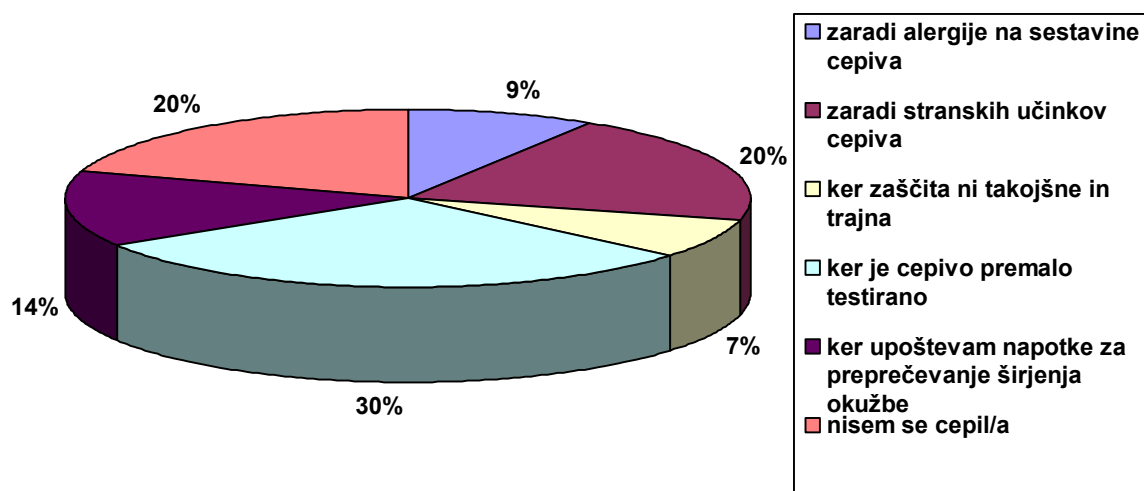
6. Za cepljenje proti pandemski gripi se nisem odločil/a:

(možnih je več odgovorov)

Tabela 21: Za cepljenje proti pandemski gripi se nisem odločil/a:

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) zaradi alergije na sestavine cepiva	30	9
b) zaradi stranskih učinkov cepiva	67	20
c) ker zaščita ni takojšna in trajna	22	7
č) ker je cepivo premalo testirano	99	30
d) ker upoštevam napotke za preprečevanje širjenja okužbe	46	14
e) drugo	67	20
Skupaj	204	100

Kolač 21: Za cepljenje proti pandemski gripi se nisem odločil/a



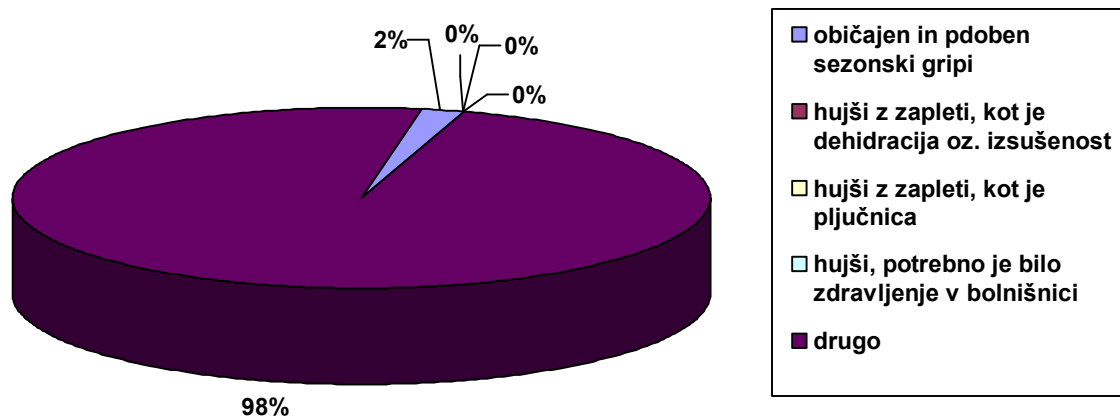
Komentar: 30 zdravstvenih delavcev se ni cepilo zaradi alergije na cepivo, 67 zdravstvenih delavcev (20 %) zaradi stranskih učinkov cepiva, 22 zdravstvenih delavcev (7 %), ker zaščita ni takojšna in trajna, 99 zdravstvenih delavcev (39 %), ker je cepivo premalo testirano, 1 zdravstveni delavec (0 %) je prebolel/a pandemsko gripo, 46 zdravstvenih delavcev (14 %), ker upošteva napotke za preprečevanje širjenja okužbe, 67 zdravstvenih delavcev (20 %) pa je obkrožilo drugo in na črto napisalo nisem se cepil/a.

7. Če ste preboleli pandemsko gripo, je bil potek bolezni

Tabela 22: Če ste preboleli pandemsko gripo, je bil potek bolezni

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) običajen in podoben sezonski gripi	3	2
b) hujši z zapleti, kot je dehidracija oz. izsušenost	0	0
c) hujši z zapleti, kot je pljučnica	0	0
č) hujši, potrebno je bilo zdravljenje v bolnišnici	0	0
d) drugo	163	98
Skupaj	166	100

Kolač 22: Če ste preboleli pandemsko gripo, je bil potek bolezni



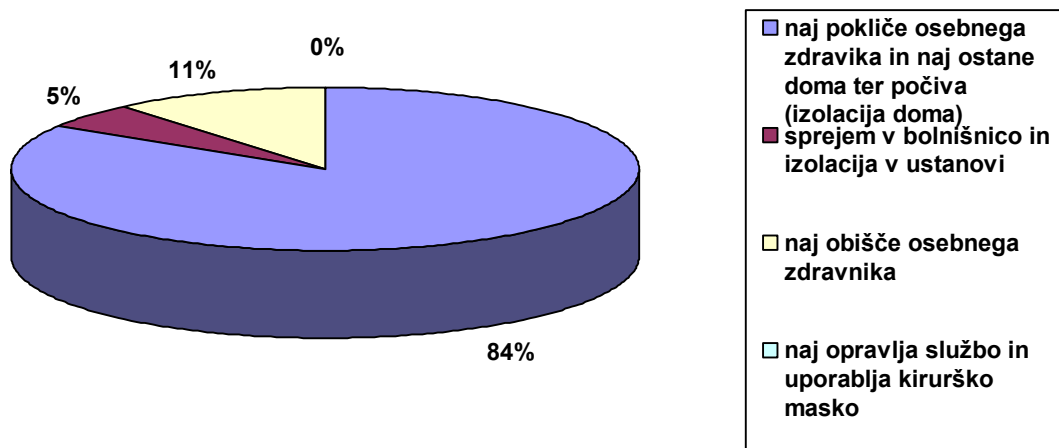
Komentar: Pri 3 zdravstvenih delavcih (2 %) je bil potek bolezni običajen in podoben kot pri sezonski gripi, 163 zdravstvenih delavcev (98 %) ni zbolelo.

8. Kaj bi svetovali osebi, ki kaže znake pandemske gripe?

Tabela 23: Kaj bi svetovali osebi, ki kaže znake pandemske gripe

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) naj pokliče osebnega zdravnika in naj ostane doma ter počiva (izolacija doma)	139	84
b) sprejem v bolnišnico in izolacija v ustanovi	9	5
c) naj obišče osebnega zdravnika	18	11
č) naj opravlja službo in uporablja kirurško masko	0	0
Skupaj	166	100

Kolač 23: Kaj bi svetovali osebi, ki kaže znake pandemske gripe



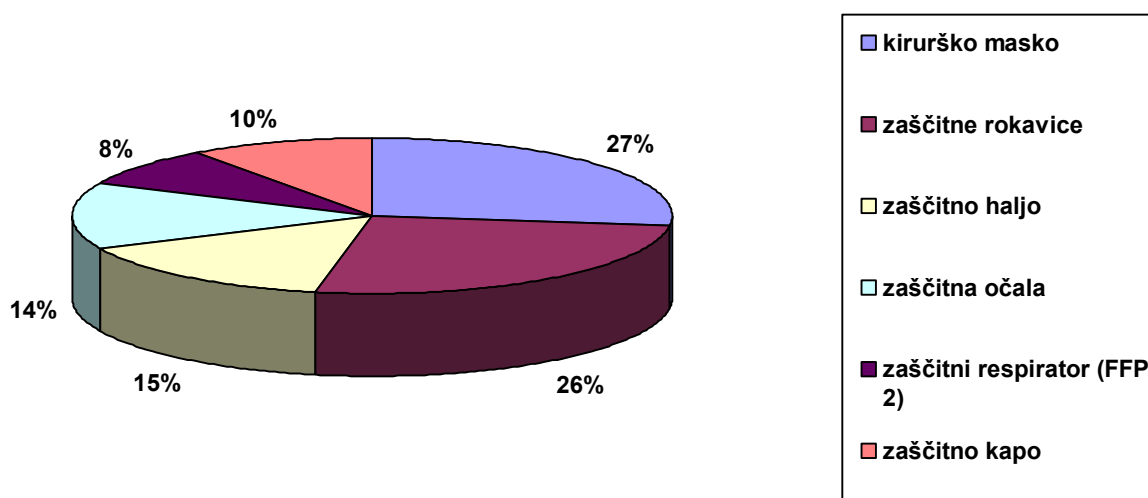
Komentar: 139 zdravstvenih delavcev (84 %) priporoča osebi, ki kaže znake pandemske gripe, da pokliče osebnega zdravnika in naj ostane doma ter počiva (izolacija doma), 9 zdravstvenih delavcev (5 %) priporoča sprejem v bolnišnico in izolacijo v ustanovi, 18 zdravstvenih delavcev (11 %) priporoča, naj oseba obišče osebnega zdravnika.

9. Katera osebna varovalna sredstva bi izbrali, če bi bili v stiku z bolnikom, pri katerem obstaja sum, da je verjeten oz. potrjen primer okužbe z novim virusom influence A (H1N1) v - MAJHNO TVEGANJE (možnih je več odgovorov)

Tabela 24: Katera osebna varovalna sredstva bi izbrali, če bi bili v stiku z bolnikom, pri katerem obstaja sum, da je verjeten oz. potrjen primer okužbe z novim virusom influence A (H1N1) v - MAJHNO TVEGANJE

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) zaščitne rokavice	143	26
b) kirurško masko	149	27
c) zaščitna očala	75	14
č) zaščitni respirator (FFP 2)	39	8
d) zaščitno kapo	57	10
e) zaščitno haljo	81	15
Skupaj	544	100

Kolač 24: Katera osebna varovalna sredstva bi izbrali, če bi bili v stiku z bolnikom, pri katerem obstaja sum, da je verjeten oz. potrjen primer okužbe z novim virusom influence A (H1N1) v - MAJHNO TVEGANJE



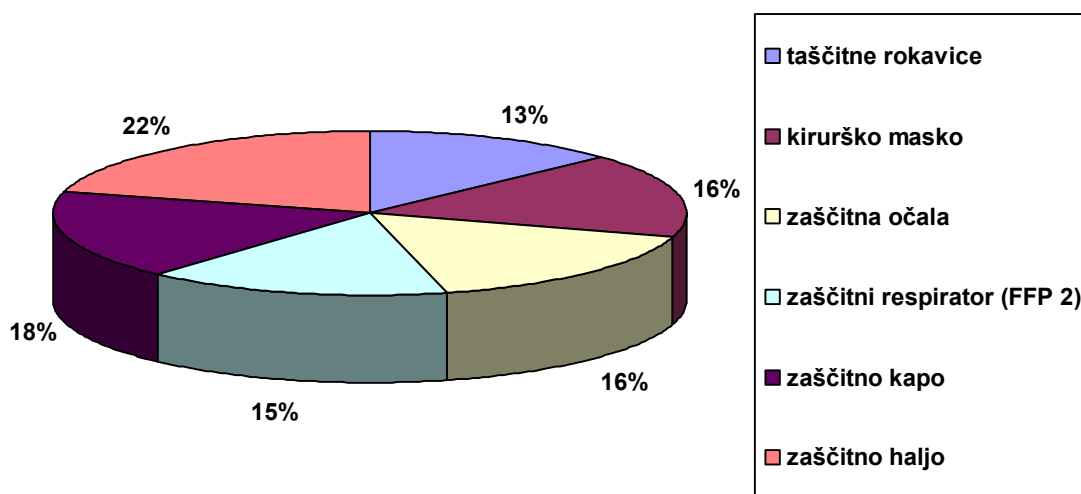
Komentar: 194 zdravstvenih delavcev (27 %) bi pri bolniku, pri katerem obstaja sum za potrjen primer okužbe z novim virusom za majhno tveganje, uporabilo kirurško masko, 143 zdravstvenih delavcev (26 %) zaščitne rokavice, 81 zdravstvenih delavcev (15 %) zaščitno haljo, 75 zdravstvenih delavcev (14 %) zaščitna očala, 39 zdravstvenih delavcev (8 %) zaščitni respirator (FFP 2) in 57 zdravstvenih delavcev (10 %) bi uporabilo zaščitno kapo.

10. Katera osebna varovalna sredstva bi izbrali, če bi bili v stiku z bolnikom, pri katerem obstaja sum, da je verjeten oz. potrjen primer okužbe z novim virusom influence A (H1N1) v - VISOKO TVEGANJE (možnih je več odgovorov)

Tabela 25: Katera osebna varovalna sredstva bi izbrali, če bi bili v stiku z bolnikom, pri katerem obstaja sum, da je verjeten oz. potrjen primer okužbe z novim virusom influence A (H1N1) v – VISOKO TVEGANJE

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) zaščitne rokavice	166	21
b) kirurško masko	118	15
c) zaščitna očala	121	15
č) zaščitni respirator (FFP 2)	116	14
d) zaščitno kapo	124	16
e) zaščitno haljo	151	19
Skupaj	796	100

Kolač 25: Katera osebna varovalna sredstva bi izbrali, če bi bili v stiku z bolnikom, pri katerem obstaja sum, da je verjeten oz. potrjen primer okužbe z novim virusom influence A (H1N1) v - VISOKO TVEGANJE



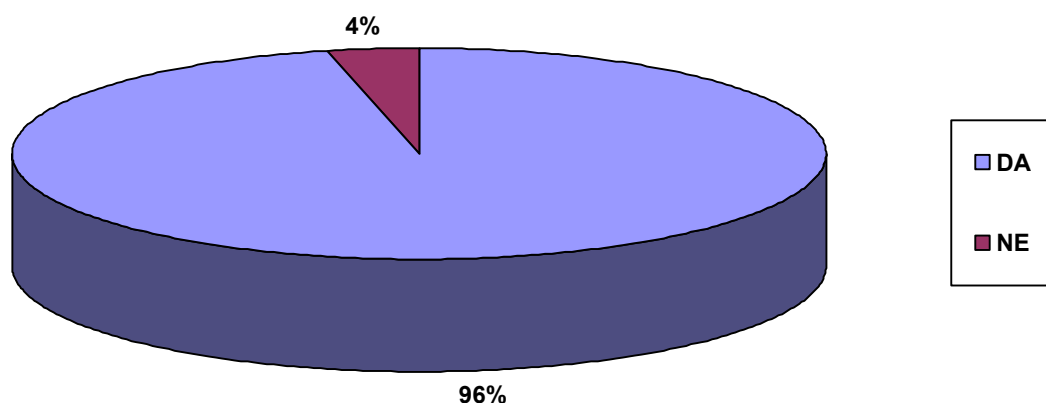
Komentar: 166 zdravstvenih delavcev (21 %) bi pri bolniku, pri katerem obstaja sum za potrjen primer okužbe z novim virusom za visoko tveganje, uporabilo kirurško masko, 151 zdravstvenih delavcev (19 %) zaščitne rokavice, 124 zdravstvenih delavcev (16 %) zaščitno haljo, 121 zdravstvenih delavcev (15 %) zaščitna očala, 118 zdravstvenih delavcev (15 %) zaščitni respirator (FFP 2) in 116 zdravstvenih delavcev (14 %) bi uporabilo zaščitno kapo.

11. Menite, da je omejitev obiska svojcev pri pacientu dobra preventiva?

Tabela 26: Menite, da je omejitev obiska svojcev pri pacientu dobra preventiva

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) DA	161	97
b) NE	5	3
Skupaj	166	100

Kolač 26: Menite, da je omejitev obiska svojcev pri pacientu dobra preventiva



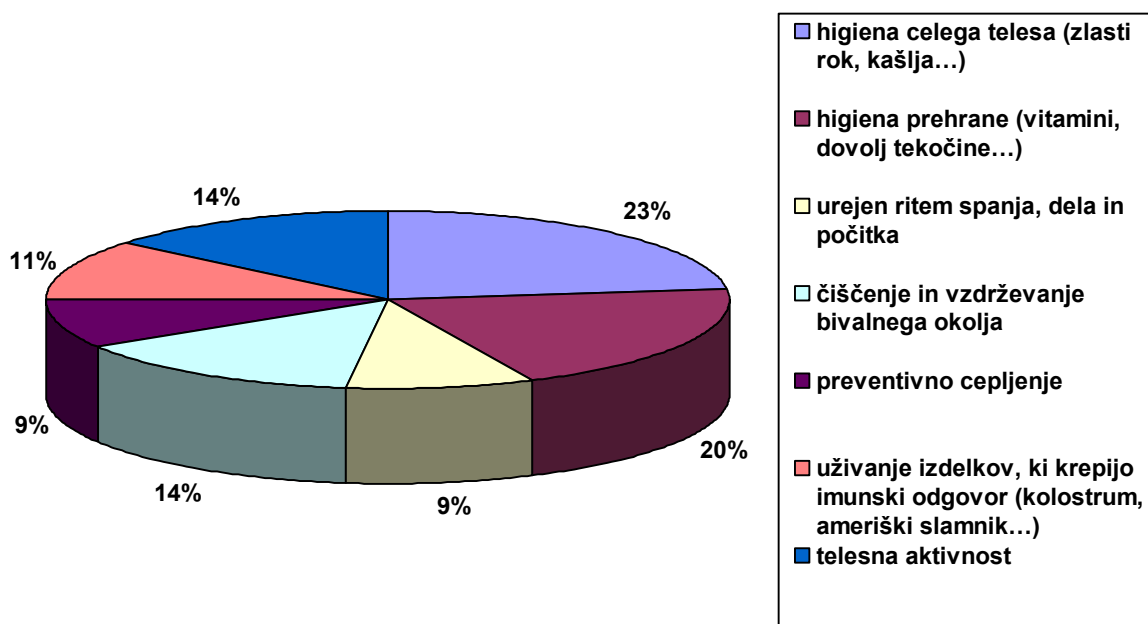
Komentar: 161 zdravstvenih delavcev (97 %) meni, da je omejitev obiska svojcev dobra preventiva, 5 zdravstvenih delavcev (3 %) meni, da omejitev obiska svojcev ni dobra preventiva,

12. S katerimi ukrepi si krepite imunski sistem in preprečujete prenos okužbe? (možnih več odgovorov)

Tabela 27: S katerimi ukrepi si krepite imunski sistem in preprečujete prenos okužbe

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) higiena celega telesa (zlasti rok, kašlja...)	174	23
b) higiena prehrane (vitamini, dovolj tekočine...)	151	20
c) urejen ritem spanja, dela, počitka in zabave	68	9
č) čiščenje in vzdrževanje bivalnega okolja	106	14
d) preventivno cepljenje	68	9
e) uživanje izdelkov, ki okrepijo imunski odgovor (kolostrum, ameriški slamnik...)	83	11
f) telesna aktivnost	106	14
g) drugo	0	0
Skupaj	756	100

Kolač 27: S katerimi ukrepi si krepite imunski sistem in preprečujete prenos okužbe



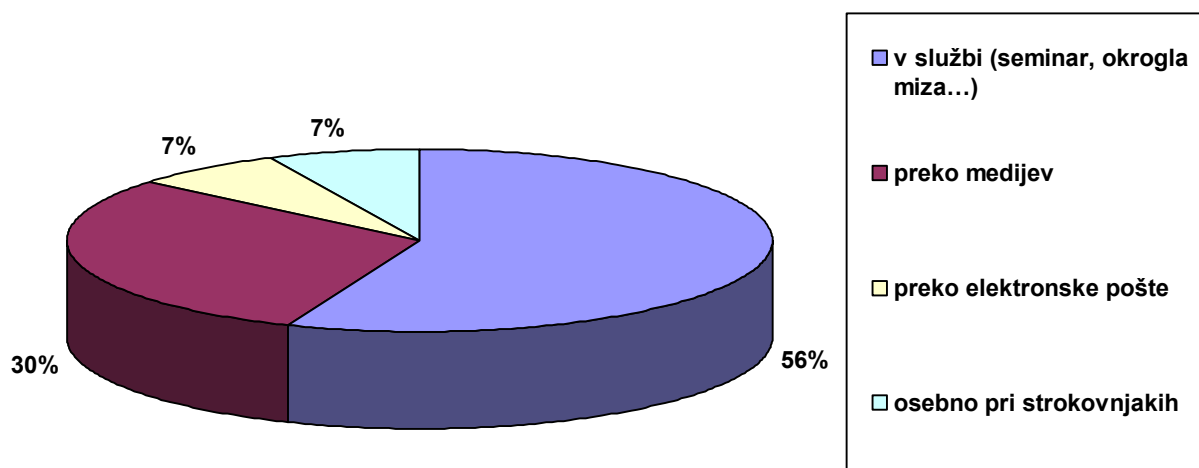
Komentar: 164 zdravstvenih delavcev (23 %) si krepi imunski sistem s higieno celega telesa (zlasti rok, kašlja...), 142 zdravstvenih delavcev (20 %) s higieno prehrane (vitamini, dovolj tekočine...), 80 zdravstvenih delavcev (11 %) z urejenim ritmom spanja, dela in počitka, 103 zdravstveni delavci (14 %) s čiščenjem in vzdrževanjem bivalnega okolja, 67 zdravstvenih delavcev (9 %) s preventivnim cepljenjem, 96 zdravstvenih delavcev (9 %) z uživanjem izdelkov, ki krepijo imunski odgovor (kolostrum, ameriški slamnik...), 104 zdravstveni delavci (14 %) pa s telesno aktivnost.

13. Kje ste dobili največ informacij o pandemski gripi?

Tabela 28: Kje ste dobili največ informacij o pandemski gripi

ZDRAVSTVENI DELAVCI	število	%
a) v službi (seminar, okrogla miza...)	93	56
b) preko medijev	51	30
c) preko elektronske pošte	12	7
č) osebno pri strokovnjakih	10	7
d) drugo	0	0
Skupaj	166	100

Kolač 28: Kje ste dobili največ informacij o pandemski gripi



Komentar: V anketi je sodelovalo 166 zdravstvenih delavcev, 93 zdravstvenih delavcev (59 %) je dobilo največ informacij o pandemski gripi v službi, 51 zdravstvenih delavcev (30 %) preko medijev, 12 zdravstvenih delavcev (7 %) preko elektronske pošte, 10 zdravstvenih delavcev (7 %) osebno pri strokovnjakih.

4 ZAKLJUČNI DEL

4.1 UGOTOVITVE

Primerjali smo predhodno zastavljene hipoteze in rezultate, ki smo jih pridobili z anketnim vprašalnikom.

1. HIPOTEZA, v kateri smo pričakovale, da je večina dijakov seznanjena z znaki pandemske gripe, je bila potrjena.

Na Srednji zdravstveni šoli Celje je z znaki pandemske gripe seznanjenih 98 % dijakov, 93 % jih ve, da so bolj ogroženi starejši ljudje in nosečnice.

Na Srednji ekonomski šoli Celje je z znaki pandemske gripe seznanjenih 94 % dijakov, 83 % anketiranih ve, katera skupina je bolj ogrožena.

2. HIPOTEZA, v kateri smo pričakovale, da je polovica dijakov prebolela pandemsko gripo v lažji obliki, ni bila potrjena.

Na Srednji zdravstveni šoli Celje je pandemsko gripo prebolelo le 5 % anketiranih.

Od tega sta 2 % anketiranih prebolela pandemsko gripo v lažji obliki, 3 % pa s hujšimi zapleti. 2 % dijakov s hujšimi zapleti je moralo na zdravljenje v bolnišnico, od tega 1% zaradi pljučnice.

Na Srednji Ekonomski šoli Celje je zbolelo 10 % anketiranih, od tega je 6 % obolelih imelo običajen potek bolezni, podoben sezonski gripi. 2 % dijakov je pandemsko gripo prebolelo v hujši obliki, pri njih je bilo potrebno zdravljenje v bolnišnici, 1 % anketiranih se je zdravilo zaradi pljučnice, 1 % pa zaradi dehidracije.

3. HIPOTEZA, ki pravi, da se bodo dijaki Srednje zdravstvene šole Celje cepili proti pandemski gripi, dijaki Srednje ekonomske šole Celje pa ne, saj jih je strah stranskih učinkov cepiva, je bila delno potrjena.

Le 7 % dijakov Srednje zdravstvene šole se je cepilo proti pandemski gripi. Od teh se jih je 37 % cepilo, ker tako priporočajo strokovnjaki, 27 %, ker sodijo v ogroženo skupino, 18 %, ker so se vsi družinski člani, 18 % sodelujočih dijakov pa zato, da bi zmanjšali možnost širjenja okužbe. Ostali dijaki (93 %) se niso cepili, ker se jih večina (67 %) boji stranskih učinkov cepiva.

Le 4 % dijakov Srednje ekonomske šole Celje se je cepilo proti pandemski gripi.

96 % dijakov Srednje ekonomske šole Celje se ni cepilo proti pandemski gripi, saj se jih 70 % boji stranskih učinkov cepiva. Proti pandemski gripi se je 40 % sodelujočih dijakov s Srednje ekonomske šole Celje cepilo zato, ker so se vsi člani družine. 40 % sodelujočih dijakov s te šole je navedlo druge razloge, 20 % anketiranih pa se je cepilo zaradi zmanjšanja možnosti širjenja okužbe.

4. HIPOTEZA, v kateri smo predvidevale, da dijaki in zdravstveni delavci dobro skrbijo za preventivo proti novi pandemski gripi, je bila v celoti potrjena.

Iz Srednje zdravstvene šole Celje skrbi 95 % dijakov za higieno rok , 25 % jih za higieno celega telesa, 20 % jih krepi imunski sistem s higieno prehrane, 16 % jih je bolj aktivnih, 15 % jih živi v bolj čistem okolju, 9 % redno uživa izdelke, ki krepijo imunski sistem, prav tako jih ima 9 % urejen življenjski ritem, 6 % se jih je preventivno cepilo. 44 % dijakom Srednje zdravstvene šole v Celju se zdi izogibanje osebam, ki imajo znake bolezni, najprimernejši ukrep, 26 % jih meni, da je to cepljenje, 15 % jih uporablja kirurške maske, ostali dijaki (15 %) so pod drugo napisali (osebna higiena, razkuževanje rok, uživamo več vitaminov).

Iz Srednje ekonomske šole Celje 83 % dijakov skrbi za higieno rok, 32 % jih skrbi za higieno celega telesa, 22 % jih krepi imunski sistem s higieno prehrane, 13 % jih je bolj aktivnih, 13 % jih živi v bolj čistem okolju, 8 % uživa bolj redno izdelke, ki krepijo imunski sistem, prav tako jih ima 9 % urejen življenjski ritem, 3 % so se preventivno cepili. 63 % dijakom Srednje ekonomske šole v Celju se zdi izogibanje osebam, ki imajo znake bolezni, najprimernejši ukrep, 17 % jih meni, da je to cepljenje, 8 % jih uporablja kirurške maske, ostali dijaki (12 %) so pod drugo napisali (osebna higiena, razkuževanje rok, uživajo več vitaminov).

23 % zdravstvenih delavcev si krepi imunski sistem s higieno celega telesa, 20 % s higieno prehrane, 14 % s čiščenjem in vzdrževanjem bivalnega okolja, 14 % s telesno aktivnostjo, 11 % z uživanjem izdelkov, ki krepijo imunski sistem, 9 % jih ima

urejen ritem spanja, dela in počitka, 9 % si krepi imunski sistem s preventivnim cepljenjem.

5. HIPOTEZA, v kateri smo predvidevale, da se bodo zdravstveni delavci cepili proti novi pandemski gripi zaradi narave dela, je bila delno potrjena. Manj kot polovica zdravstvenih delavcev (40 %) se je cepila proti pandemski gripi, 60 % zdravstvenih delavcev pa se ni cepilo. Zaradi narave dela se je cepilo 23 % zdravstvenih delavcev, 13 % da zmanjšajo možnost širjenja okužbe, 3 % ker sodijo v ogroženo skupino ljudi in 1 % na pobudo delodajalca.

6. HIPOTEZA, v kateri smo predvidevale, da bi večina zdravstvenih delavcev svetovala osebi, ki kaže znake pandemske gripe, naj pokliče osebnega zdravnika in ostane doma v izolaciji, je bila potrjena. 84 % zdravstvenih delavcev bi osebi tako svetovalo, 11 % bi domnevno oboleli osebi svetovalo, naj obišče osebnega zdravnika, 5 % pa bi jih svetovalo sprejem in izolacijo v bolnišnici.

7. HIPOTEZA, v kateri smo pričakovale, da večina zdravstvenih delavcev ve, katera sredstva bi uporabili pri majhnem in katera pri velikem tveganju pandemske gripe, je bila delno potrjena. Pri majhnem tveganju je imelo prav 53% zdravstvenih delavcev, ki bi uporabili zaščitno masko in zaščitne rokavice. Pri visokem tveganju pa je imelo prav 86% zdravstvenih delavcev, saj bi uporabili zaščitne rokavice, zaščitna očala, zaščito za delovno obleko, zaščitno kapo in zaščitni respirator (FFP 2).

8. HIPOTEZA, v kateri smo pričakovale, da zdravstveno osebje meni, da je omejitev obiska pri pacientu dobra preventiva, je bila potrjena. 97 % zdravstvenih delavcev meni, da je omejitev obiska pri pacientu s pandemsko gripo dobra preventiva, le 3 % jih meni, da to ni dobra preventiva.

9. HIPOTEZA, v kateri smo pričakovale, da je zdravstveno osebje dobilo največ informacij o pandemski gripi v službi, je bila potrjena. 56 % zdravstvenih delavcev je dobilo informacije o pandemski gripi v službi, 30 % preko medijev, 7 % pa preko elektronske pošte in prav tako 7 % osebno pri strokovnjakih.

4.2 ZAKLJUČEK

Svet živi v strahu pred novo gripo, ki nedvomno vpliva na človekovo zdravstveno stanje. Drži, da je večina dijakov in prav tako zdravstvenih delavcev dobro obveščena o znakih nove gripe, prav tako se zavedajo, da pandemsko gripo bolj ogroža določeno skupino ljudi, pri katerih je imunski sistem oslabiljen. Gripo je prebolelo že veliko ljudi, redkeje se je obolenje končalo tudi s smrtnim izidom, tudi nekaj dijakov ter zdravstvenih delavcev je prebolelo pandemsko gripo v lažji obliki brez posebnosti.

Med anketiranci lahko zaznamo zavest o tem, da je za zdravje treba skrbeti. Za pomembna sredstva varovanja zdravja so uvedli osebno higieno, zdravo prehrano, čim več gibanja na svežem zraku, izogibanje stresnim situacijam, alkoholu in cigaretam. Drži, da dijaki in zdravstveni delavci skrbijo za preventivo, saj je virus influence nepredvidljiv in se raje poslužujejo preventive kot cepljenja. Rezultati jasno kažejo, da je cepljenje učinkovita metoda, vendar posledično lahko privede do neželenih stranskih učinkov cepiva.

Presenečene smo bile, da zdravstveni delavci najbolj ne poznajo zaščitnih sredstev, ki bi jih uporabili v primeru, če bi obstajalo malo tveganje z okužbo nove gripe. Katera sredstva bi uporabili, za malo tveganje, je vedelo le približno 50% anketiranih in da sta to zaščitna maska in zaščitne rokavice. Katera sredstva bi uporabili, za visoko tveganje, pa je vedelo približno 85% anketiranih in da so to zaščitne rokavice, zaščitna očala, zaščita za delovno obleko, zaščitna kapa in zaščitni respirator.

Zdravstveni delavci menijo, da je omejitev obiska pri obolelih za pandemsko gripo dobra preventiva, pa naj bo ta v bolnišnici, doma ali kjer koli, saj jih je kar 97% anketiranih tako odgovorilo.

Večina zdravstvenih delavcev, skoraj 60%, je največ informacij o pandemski gripi dobila v službi, saj so o pandemski gripi imeli prav posebna predavanja. Veliko pa je tudi takih, ki so največ informacij o pandemski gripi dobili preko medijev.

V bolnišnici se izmenja veliko ljudi. Zdravstveno osebje zaradi svojega poklica pride v stik z različnimi pacienti, cepljenje je torej za njih najučinkovitejša rešitev, tudi če dobro skrbijo za preventivo. Ljudje v bolnišnici so bolj ogroženi in drži, da pogosti obiski svojcev ne ogrožajo le bolnikov, temveč tudi osebje. Torej, če se v vaši bližini pojavi sum na novo gripo, rajši ostanite doma.

Proti novi gripi se borimo tudi z dobro preventivo. Največ dijakov si pod dobro preventivo predstavlja higieno celega telesa, le majhno število kot cepljenje. Med ukrepi, ki se zdijo dijakom najučinkovitejši, je na prvem mestu izogibanje osebi, ki ima znake bolezni. Tudi zdravstveni delavci kot preventivo največ uporabljajo higieno celega telesa.

V anketi smo predvidele tudi možnost, da dijaki iz obeh sodelujočih šol napišejo svoje odgovore in ukrepe za zmanjševanje širjenja pandemske gripe. To možnost je izkoristilo več dijakov zdravstvene šole kot ekonomske.

Presenečene smo bile, ker se je cepilo manj zdravstvenih delavcev, kot smo pričakovale. Kot smo pričakovale, se je cepilo več dijakov iz Srednje zdravstvene šole Celje kot iz Srednje ekonomske šole Celju. Dijaki Srednje zdravstvene šole Celje namreč v tretjem in četrtem letniku opravljajo delovno prakso v Splošni bolnišnici Celje in so vsaj enkrat na teden v stiku z bolniki. Izvedena anketa je pokazala, da bi zdravstveni delavci, osebi, ki kaže znake nove gripe, predlagali, naj ostane doma ter pokliče osebnega zdravnika.

Menimo, da sta bila oba anketna vprašalnika dobro zastavljena. Spoznale smo odnos dijakov in zdravstvenih delavcev do pojava same bolezni, do možnosti njene preprečitve. Spoznale pa smo tudi, da je mišljenje anketirancev mnogokrat drugačno od njihovega ravnanja (majhno število cepljenih). Ugotavljamo, da je potrebno razlago stranskih učinkov, cepiva natančneje pojasniti in razložiti.

Literatura pravi, da današnja cepiva ne morejo povzročiti bolezni, saj vsebujejo neinfektivne viruse. Redkost je alergična reakcija. Seveda ima lahko tudi pandemski gripa posledice za nadaljnje zdravstveno stanje človeka. Zato bi bilo bolje, da se ljudje cepijo proti pandemski gripi in s tem zmanjšajo možnost okužbe.

5 PRILOGE

Priloga 1: Anketa za dijake

Priloga 2: Anketa za zdravstvene delavce

Priloga 1

ANKETA ZA DIJAKE

Smo dijakinje 3. letnika Srednje zdravstvene šole Celje. Delamo raziskovalno nalogo o pandemski gripi influenza A (H1N1). Anketo rešujete tako, da obkrožite črko pred odgovorom, s katerim se strinjate oziroma napišite na črto svoj odgovor. Reševanje je anonimno.

Prosimo Vas za sodelovanje.

Spol: a) M

b) Ž

Šola: a) Srednja zdravstvena šola Celje

b) Srednja ekonomska šola Celje

1. Znaki pandemske gripe so:

- a) povišana telesna temperatura, mrazenje, glavobol, suh kašelj, driska, bruhanje...
- b) znižana telesna temperatura, glavobol, bljuvanje krvi, slabokrvnost
- c) povišana temperatura, zatečen jezik, luščenje kože, izguba zavesti
- č) ne vem

2. Ali pandemska gripa bolj ogroža določeno skupino ljudi (bolniki s kroničnimi boleznimi, starejši od 65 let, nosečnice, otroci mlajši od 2 let)?

- a) DRŽI
- b) NE DRŽI
- c) NE VEM

3. Če ste preboleli pandemsko gripo, je bil potek bolezni:

- a) običajen in podoben sezonski gripi
- b) hujši z zapleti, kot je dehidracija oz. izsušenost
- c) hujši z zapleti, kot je pljučnica
- č) hujši, potrebno je bilo zdravljenje v bolnišnici
- d) nisem prebolel/a pandemske gripe

4. Ali se nameravate cepiti proti pandemski gripi oziroma ste se že cepili?

- a) DA
- b) NE

Če ste pri prejšnjem vprašanju obkrožili NE, naslednjega vprašanja ne rešujete.

5. Cepil/a sem se, ker:

- a) sodim v ogroženo skupino (kronični bolnik ...)
- b) so se vsi člani družine
- c) strokovnjaki priporočajo
- č) da zmanjšam možnost širjenja okužbe
- d) drugo_____

6. Se bojite morebitnih stranskih učinkov cepiva?

- a) DA
- b) NE

7. Ali menite, da se je mogoče proti širjenju pandemske gripe boriti še na kakšen drug način poleg cepljenja (npr. pogosto umivanje rok, izogibanje telesnim stikom z ljudmi, ki imajo znake bolezni, pri kašljanju in kihanju uporabljanje papirnatih robčkov,...)?

- a) DA
- b) NE
- c) NE VEM

8. Kateri ukrep se Vam zdi najprimernejši za zmanjševanje širjenja pandemske gripe?

- a) cepljenje
- b) izogibanje osebi, ki ima znake bolezni
- c) uporaba kirurške maske
- č) drugo _____

9. S katerimi ukrepi si krepite imunski sistem in preprečujete prenos okužbe?

(možnih je več odgovorov)

- a) higiena celega telesa (zlasti rok, kašlja...)
- b) higiena prehrane (vitamini, dovolj tekočine...)
- c) urejen ritem spanja, dela, počitka in zabave
- č) čiščenje in vzdrževanje bivalnega okolja
- d) preventivno cepljenje
- e) uživanje izdelkov, ki okrepijo imunski odgovor (kolostrum, ameriški slamnik...)
- f) telesna aktivnost
- g) drugo_____

10. Ali osebno poznate koga, ki je zbolel za pandemsko gripo?

- a) DA
- b) NE

11. Ali menite, da mediji in institucije pretiravajo s poročanjem o nevarnostih pandemske gripe?

- a) DA
- b) NE
- c) NE VEM

Iskreno se Vam zahvaljujemo za sodelovanje!

Priloga 2

ANKETA ZA ZDRAVSTVENE DELAVCE

Smo dijakinje 3. letnika Srednje zdravstvene šole Celje. Delamo raziskovalno nalogo o pandemski gripi influenza A (H1N1). Anketo rešujete tako, da obkrožite črko pred odgovorom, s katerim se strinjate oziroma napišite na črto svoj odgovor. Reševanje je anonimno.

Prosimo Vas za sodelovanje.

Spol:

- a) M
- b) Ž

Starost:

- a) od 19 do 25 let
- b) od 26 do 34 let
- c) od 35 do 44 let
- č) od 45 do 54 let
- d) od 55 do 64 let
- e) več kot 65 let

Poklic:

- a) tehnik zdravstvene nege oz. srednja medicinska sestra
- b) diplomirana medicinska sestra
- c) diplomirana medicinska sestra z univerzitetno izobrazbo katerekoli smeri
- č) drugo _____

1. Ali obolevate za katero od naštetih kroničnih bolezni?

(možnih je več odgovorov)

- a) dihala
- b) srce in ožilje
- c) ledvice
- č) sladkorna bolezen
- d) nevrološka bolezen
- e) drugo _____

2. Ali oboleva za kronično boleznijo kakšen član vaše družine?

- a) DA
- b) NE

3. Ali ste se že cepili tudi proti drugim navedenim nalezljivim boleznim?

(možnih je več odgovorov)

- a) sezonska gripa
- b) klopni meningoencefalitis
- c) hepatitis B
- č) hepatitis A
- d) steklina
- e) norice
- f) drugo _____

4. Ali se nameravate cepiti proti pandemski gripi oziroma ste se že?

- a) DA
- b) NE

5. Za preventivno cepljenje proti pandemski gripi sem se odločil/a:

(možnih je več odgovorov)

- a) ker sodim v ogroženo skupino (kronični bolnik ...)
- b) zaradi narave dela, stikov z obolelimi
- c) da zmanjšam možnost širjenja okužbe
- č) na pobudo delodajalca
- d) ker so se cepili sodelavci
- e) drugo _____

6. Za cepljenje proti pandemski gripi se nisem odločil/a:

(možnih je več odgovorov)

- a) zaradi alergije na sestavine cepiva
- b) zaradi stranskih učinkov cepiva
- c) ker zaščita ni takojšnja in trajna
- č) ker je cepivo premalo testirano
- d) ker upoštevam napotke za preprečevanje širjenja okužbe
- e) drugo _____

7. Če ste preboleli pandemsko gripo, je bil potek bolezni :

- a) običajen in podoben sezonski gripi
- b) hujši z zapleti, kot je dehidracija oz. izsušenost
- c) hujši z zapleti, kot je pljučnica
- č) hujši, potrebno je bilo zdravljenje v bolnišnici
- d) drugo _____

8. Kaj bi svetovali osebi, ki kaže znake pandemske gripe?

- a) naj pokliče osebnega zdravnika in naj ostane doma ter počiva (izolacija doma)
- b) sprejem v bolnišnico in izolacija v ustanovi
- c) naj obišče osebnega zdravnika
- č) naj opravlja službo in uporablja kirurško masko

9. Katera osebna varovalna sredstva bi izbrali, če bi bili v stiku z bolnikom, pri

katerem obstaja sum, da je verjeten oz. potrjen primer okužbe z novim virusom

influenca A (H1N1) v - MAJHNO TVEGANJE:

(možnih je več odgovorov)

- a) zaščitne rokavice
- b) kirurško masko
- c) zaščitna očala
- č) zaščitni respirator (FFP 2)
- d) zaščitno kapo
- e) zaščitno haljo

10. Katera varovalna sredstva bi izbrali, če bi izvajali visoko tvegane postopke pri bolniku s sumom oz. pri bolniku, ki je verjeten oz. potrjen primer okužbe z novim viruso influence A (H1N1) v (bronhoskopija, aspiracij izločkov dihal, intubacija itd.) - VISOKO TVEGANJE:

(možnih je več odgovorov)

- a) zaščitne rokavice
- b) kirurško masko
- c) zaščitna očala
- č) zaščitni respirator (FFP 2)
- d) zaščitno kapo
- e) zaščitno haljo

11. Menite, da je omejitev obiska svojcev pri pacientu dobra preventiva?

- a) DA
- b) NE

12. S katerimi ukrepi si krepite imunski sistem in preprečujete prenos okužbe?

(možnih je več odgovorov)

- a) higiena celega telesa (zlasti rok, kašlja...)
- b) higiena prehrane (vitamini, dovolj tekočine...)
- c) urejen ritem spanja, dela, počitka in zabave
- č) čiščenje in vzdrževanje bivalnega okolja
- d) preventivno cepljenje
- e) uživanje izdelkov, ki okrepijo imunski odgovor (kolostrum, ameriški slamnik...)
- f) telesna aktivnost
- g) drugo_____

13. Kje ste dobili največ informacij o pandemski gripi?

- a) v službi (seminar, okrogla miza...)
- b) preko medijev
- c) preko elektronske pošte
- č) osebno pri strokovnjakih
- d) drugo_____

Iskreno se Vam zahvaljujemo za sodelovanje!

6 LITERATURA

Marolt – Gomišček, M., Radšel – Medvešček, A. (2002): Infekcijske bolezni. Založba Tangram, Ljubljana.

Zlata Dragaš, A. (2004): Mikrobiologija z epidemiologijo. Državna založba Slovenije, Ljubljana.

Smith, T. (prevedli: Likar, M., Sever Jurca, D., Kiauta, T., Lajovic, J., Pretnar Darovec, A., Darovec, J.) (1992): Družinska zdravstvena enciklopedija. Državna založba Slovenije, Ljubljana.

Ihan, A. (2000): Imunski sistem in odpornost: Kako se ubranimo bolezni. Mladinska knjiga, Ljubljana.

Vudrag, M., Blatnik, J., Žohar Čretnik, T., Dolinšek, M., Čater, N., Čeh, F. (2009): Stare, znane bolezni v novi preobleki. Okrogla miza, Žalec.

Jazbec, N., Rajtmajer, M. (1994): Gripa, naša vsakoletna spremljevalka. Raziskovalna naloga, Celje.

http://www.zd-sb.si/cgi-bin/stran.pl?id=4&izris=izpisiNovico&st_pod=52&jezik=slo&templ=0

<http://www.ivz.si/index.php?akcija=novica&n=572>

http://www.markocim.com/Pti_gripa_2006.pdf

<http://www.ivz.si/index.php?akcija=novica&n=1614>

<http://www.roche.si/default-91700.html>

http://www.jazmp.si/objave/EMEA_AH1N1.pdf

<http://www.ivz.si/index.php?akcija=novica&n=2013>

<http://ustavimo-gripo.si/>

<http://www.ivz.si/index.php?akcija=novica&n=2013>

http://www.njena.si/zdravje/nasveti/ameriski_slamnik/menu_id_54.html