

Chrípka a covid sa prejavujú podobne: bolesťami hlavy, hrdla, kĺbov, kašľom, nádchou... Ako ich rozlíšiť a kto je v ohrození?

# CHRÍPKA A COVID PREČO SÚ NEBEZPEČNÉ?

Úrad verejného zdravotníctva (ÚVZ) uvádza, že s príchodom chladnejších dní očakáva zvýšený výskyt akútnych respiračných ochorení, aj hospitalizácií, najmä v období tzv. chrípkovej sezóny, ktorá začína už v októbri a končí v apríli. K akútnym respiračným ochoreniam patrí chrípka aj Covid-19.

**Vysoko nákazlivé ochorenie**  
Chrípka je vysoko nákazlivé a rýchlo sa šíriace infekčné ochorenie dýchacích ciest. „Patrí me-

dzi najčastejšie infekčné ochorenia. V niektorých prípadoch môže mať chrípka vážny priebeh s komplikáciami,“ upozorňuje úrad hlavného hygienika. Vírus chrípky naruší a oslabí sliznicu dýchacích ciest, čo uľahčuje jej bakteriálnu infekciu, takže súčasne s vírusovou infekciou, alebo v nadväznosti na ňu, vznikajú aj bakteriálne zápaly ucha, prínosových a čelových dutín, nosa, prídusiek a zápal pľúc. Ako sa prejavuje? Chrípka má náhly nástup príznakov z plného zdra-

**Covid-19 stále môže spôsobiť dlhotrvajúce následky na zdraví.**

via, je sprevádzaná vysokou teplotou (38 °C). Typickým úvodným príznakom je bolesť kĺbov, silná bolesť hlavy – často za očami, bo-

lesť svalov. Prejavuje sa suchým a dráždivým kašľom, často sa objaví zimnica a triaška, po 48 hodinách sa môže prejavíť nádcha a bolesť hrdla.

**Kto je v ohrození?**

ÚVZ vysvetľuje, že vo vysokom riziku vzniku závažných komplikácií chrípky sú staršie osoby, ľudia s chronickými ochoreniami: srdcovo-cievne, pľúcne, metabolické, osoby s oslabenou imunitou, tehotné ženy a malé deti. „Komplikácie často vyžadujú hospita-

lizáciu v nemocnici a u vysoko rizikových osôb môžu spôsobiť až ohrozenie života,“ uvádza úrad.

**Rozlíši ich test**

Viacere príznaky ochorenia COVID-19 a chrípky či iných respiračných ochorení sú rovnaké. „Klinicky to ani ten najskúsenejší doktor jednoznačne rozlíšiť nevie. Na to dnes máme testy. Máme antigénové testy, ktoré potvrdzujú Covid-19, ale máme aj také, ktoré vedú potvrdiť aj chrípku a chrípku B. Tie testy sú už všeobecne dostupné a sú

pomerne lacné,“ uviedol pre TASR profesor Pavol Jarčuška, prednosta kliniky infektológie a cestovnej medicíny Univerzitnej nemocnice Louisa Pasteura v Košiciach. Náročné je podľa neho aj rozlíšiť najnovší variant koronavírusu od predchádzajúcich. „Je vývojovo veľmi podobný a prejavuje sa veľmi podobne ako všetky predchádzajúce varianty alebo mutácie variantu omikron,“ vysvetlil prof. Jarčuška. Antigénové testy je možné použiť aj na nové varianty a subvarianty

vírusu. Najpresnejším diagnostickým testom je RT PCR test, ktorý odhalí aj začiatok ochorenia, kedy ešte nie sú prítomné klinické prejavy ochorenia. Medzi príznaky podľa prof. Jarčušku patria najmä infekcia horných dýchacích ciest, kašeľ či zvýšená teplota. „My sme tiež viacej zaznamenali bolesť v hrdle a tzv. katarálne príznaky, čiže výtok z nosa a pálenie očí, časť pacientov má bolesti svalov a bolesti kĺbov. Sú aj pacienti, ktorí majú hnačky,“ doplnil.

**Aký variant prevláda?**

Podľa Úradu verejného zdravotníctva v Európe v súčasnosti dominuje variant BA.2.86, vrátane jeho subvariantu KP.3. „Subvariant BA.2.86 sa radí pod variant omikron. Uvádza sa, že je menej nákazlivý, avšak môže viesť k závažnejšiemu ochoreniu tým, že sa dostane ďalej do dolnej časti pľúc,“ vysvetľuje úrad. KP.3 je súčasťou skupiny variantov s názvom FLiRT, spadajúcej pod variant omikron. „V súčasnosti neexistuje dôkaz, že KP.3 spôsobuje závažnejšie ochorenie ako iné kmene,“ doplnili.

**Ako sa chrániť?**



Očkovanie je podľa Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO) najefektívnejšou ochranou proti chrípke. Očkovaný človek chrípku neprenáša. „Odporúčame ho podstúpiť v októbri alebo novembri s tým, že pred očkovaním by ste nemali pociťovať príznaky respiračných ochorení a prechladnutia,“ tvrdí úrad hlavného hygienika.

Samotné očkovanie proti chrípke však neochráni pred ochorením covidom. Epidemiologička profesorka Zuzana Krištúfková ale uvádza, že môže fungovať ako nepriama ochrana. „Tým, že sa dám zaočkovať proti chrípke a neochorím na ňu, neoslabím svoj organizmus, na ktorý by potom ľahšie nasadol Covid-19,“ vysvetlila Krištúfková. Očkovanie

proti chrípke preplácajú všetky zdravotné poisťovne. Vlni sa zaočkovalo 240-tisíc ľudí. Pneumológ MUDr. Jozef Kubík z nemocnice v Handlovej uvádza, že dôležité je aj poisňovanie imunity. „Človek by ju mal posilňovať priebežne po celý rok v podobe dostatočne pestrej a na vitamíny bohatej stravy, pravidel-



nej fyzickej aktivity či otužovania. Pred jeseňou, počas jesene a zimy môžeme odporučiť zvýšiť príjem vitamínov C a D,“ radí pneumológ.

