

Folyik az orrunk, kapar a torkunk, nem kapunk levegőt. Tipikus tünete ez egy felső légúti betegségnek. De vajon melyiknek? Mert egyáltalán nem mindegy, hogy nátháról vagy influenzáról beszélünk, utóbbi ugyanis akár halálos kimenetelű is lehet.

MEGFÁZÁS VAGY INFLUENZA?

Az influenza hirtelen ver le lábunkról, hosszabban eltart, és szövődményei is lehetnek

FOTÓ: 123RF.COM

Sokszor egy alapos megfázást influenzának gondolunk, miközben az influenzát lábon próbáljuk kihordani, ami azonban komoly szövődményekkel is járhat. Márpedig nem mindegy, melyikkel van dolgunk: a nátha és az influenza is légzőszervi megbetegedés, azonban teljesen más vírus okozza a kettőt, s míg az egyikre van oltás, a másikra nincs.

Az egyik banális, a másik súlyos

„A nátha és az influenza hasonló megbetegedés, de nüanszbeli különbségek azért vannak. Alapvetően a nátha három-négy nap alatt lejár, és egy banális betegség, míg az influenza jóval súlyosabb, ráadásul szövődményekkel is járhat” – magyarázta Lorenzovici Anna háziorvos, amikor

a két megbetegedés különbségeiről kérdeztük. A náthát általában rhinovírusok, felső légúti vírusok okozzák, és lassabban alakul ki: az elején kapar a torkunk, de azért jól vagyunk, aztán elkezdünk tüsszögni, szipogni, folyni kezd az orrunk. A betegség továbbá járhat hőemelkedéssel is, de ez egyáltalán nem törvényszerű.

Ezzel szemben az influenza nagyon viharosan érkezik, hirtelen lever a betegség: magas láz jellemző rá, nagyfokú gyengeség, izomfájdalom, fejfájás is társul hozzá: gyakran ágnak dönti áldozatát az influenza, nehezen lehet lábon kihordani. Nagy különbség a kettő között – hangsúlyozta a háziorvos –, hogy míg a nátha esetében egy egészséges embernél három-négy nap alatt látjuk a javulást, az immunrendszer leküzdí a betegséget kezeléssel vagy anélkül, addig influenza esetén az a jellemző, hogy egyre elesettebbek vagyunk,

a megbetegedés akár egy hétnél is tovább tarthat, s gyakran szövődményei is lesznek. Például tüdőgyulladás, az immunrendszer ugyanis nehezen küzd meg vele. „Teljesen más típusú vírusok okozzák a két betegséget, s bár százszázalékos biztonsággal csak vértesztekkel tudjuk felállítani a diagnózist, de a megbetegedés megjelenése és lefolyása is utalhat arra, hogy most melyik kór ostromolja a szervezetet” – mutatott rá Lorenzovici Anna.

Oltás, de miért?

Az influenza szövődményei főleg az idősekre és az immunhiányban szenvedőkre jelentenek veszélyt, a betegség akár halálos kimenetelű is lehet. Lehet azonban védőoltással védekezni ellene, amelyet minden évben újra be lehet adni, még az influenzaszézon előtt. Az influenzavírus három típusba sorolható: A, B és C. A szezonális influenzajárványokat az A és B típusú vírusok okozzák minden évben. Az influenza elleni védőoltás minden évben tartalmaz két A és egy B törzset. Ezeket a WHO határozza meg, az előző szezon megbetegedési adatait elemezve. „Az oltás nem feltétlenül jelenti azt, hogy a beoltott személy nem kapja el a betegséget, de keresztimmunitással könnyebben legyőzi a szervezet, s nem történik meg az, hogy nagyon súlyos szövődmények jöjjenek létre” – jegyezte meg a háziorvos. Hozzáteszi, bár az influenza súlyos lefolyású, normális

”

„Bár sokan megfázásnak nevezik a légzőszervi megbetegedéseket, maga a hideg önmagában nem okoz betegséget, a hideg csak egy elősegítő tényező ahhoz, hogy jobban meg tudjon tapadni az illető kórokozó.”

LORENZOVICI ANNA HÁZIORVOS



esetben egy egészséges szervezet le tudja küzdeni, inkább azért javasolják mindenkinek az oltást, mert az egészséges szervezet továbbadhatja a vírust olyanoknak, akikre nézve veszélyes lehet. A hatvan év felettiek, a krónikus betegségben szenvedők, az egészen kicsi gyerekek, valamint az állapotosak veszélyeztetettek a leginkább, olyanok, akiknek kompromittált az immunrendszere.

A hideg okozza a megfázást?

Kérésünkre Lorenzovici Anna háziorvos kifejtette, bár sokan megfázásnak nevezik a légzőszervi megbetegedéseket, maga a hideg önmagában nem okoz betegséget, a hideg csak egy elősegítő tényező ahhoz, hogy jobban meg tudjon tapadni az illető kórokozó. „Amikor megfázunk, könnyebben megtapadnak a nyálkahártyánkon a kórokozók. Ennyi a hideg és a nátha köze egymáshoz” – fogalmazott az orvos. Az influenzavírus elszaporodását nem annyira a hideg, inkább a nedves, párás levegő segíti elő. Nagy hidegben, fagyban nem is szokott influenzajárvány lenni, inkább akkor lesz járvány, amikor kicsit fölenged az idő. A háziorvos rámutatott, ha lennének jó nagy fagyok, a kórokozók is elpusztulnának, feleznének, de mivel manapság nincs rendes fagyos tél, csak szaporodnak, s így egyre több a járvány is.

MEG TUDJUK ELŐZNI?

Az influenzavírusok és a megfázás elleni védelem egyik módja a zárt beltérek elkerülése, mivel a száraz levegő szárítja a nyálkahártyát, és ezáltal elősegíti a vírusok elterjedését a szervezetben. Szintén javasolt azoknak a helyeknek az elkerülése, ahol sok ember tartózkodik, mert nagyobb az esélye annak, hogy egyikük már beteg. Sokan nem is gondolják, hogy a melegvizes és szappanos kézmosás igazoltan az egyik leghatásosabb módja a nátha megelőzésének. Mindazonáltal érdemes egészségesen, kiegyensúlyozottan táplálkozni, sok természetes vitaminforrást bevinni a szervezetbe, ugyanakkor az is erősíti szervezetünk védekezőképességét, ha sokat mozgunk, fejlesztjük az állóképességünket, eleget vagyunk friss levegőn, illetve elég időt szánunk alvásra, pihenésre. Ezáltal tudunk egy olyan erős immunrendszert megőrizni, ami megbirkózik a vírusokkal és a baktériumokkal.