

# GRİP HAKKINDA

Sonbaharın başladığı, kış mevsiminin ise yakın olduğu bu dönem, hastalıkların arttığı bir dönemdir. Bu hastalıklardan grip ise en yaygın ve en sık görülenidir. Çoğu zaman kendini hissettirmeden gelir kapımızı çalar. Çoğu zaman da gitmek bilmez. Amerika'da yapılan istatistiklere göre, her yıl grip veya gribe bağlı pneumonia'dan ölenlerin sayısı 20.000'i bulmaktadır. Bu sayının %90'ı ise 65 yaş ve üzeri hastalardır.

Grip ile beraber pneumonia, Amerika'da 6'ncı en sık ölüm sebebidir (Türkiye'deki istatistiksel değerler sağlıklı olmadığı için Amerika'da saptanan değerler verilmiştir).

## Grip Nedir?

Grip, tip A ve B influenza virüslerinin sebep olduğu bir solunum yolu hastalığıdır. Sonbahar ve kış aylarında yaygın olarak görülür.



Grip, oldukça bulaşıcıdır; virüs vücuda, burun, göz veya ağızdaki mukus membranlardan girer. Hasta olan bir insan öksürdüğünde veya hapsirdiğinde, virüs hava ile bulaşır hale gelir ve yakında bulunan kişiler tarafından solunabilir.

Grip, virüse maruz kalımdan sonra 1-3 gün içerisinde ortaya çıkar. Gribin başlangıcı genellikle ani görülür. Sıkça görülen grip belirtileri: ateş, üşüme, öksürük, eklem ve kas ağrısı, baş ağrısı, yorgunluk ve güçsüzlük hali, burun akıntısı ve boğaz ağrısıdır.

Çeviri: Ecz.Arzu TOYOĞLU (TEB)

## Grip Tehlikeli midir?



Ciddi bir grip vakası sağlıklı bir yetişkin veya çocuğu 3-5 gün yatağa bağlayabilir. Daha sonrasında tam iyileşme görülür ama öksürük ve yorgunluk günler veya haftalarca sürebilir.

Bununla birlikte grip, çok ciddi boyutlara da ulaşabilir. 50 yaşın üstündeki, kronik hastalığı (diabet, kalp hastalığı, astma ve HIV gibi) bulunan hastalar, gripten çok ciddi şekilde etkilenebilirler. Bu hastalar pneumonia gibi ciddi enfeksiyonlar geliştirebilirler. Yaşlı veya kronik hastalığı bulunan hastalar, gribe yakalandıklarında bir hekime danışmalıdırlar.

## Grip Antibiyotikle Tedavi Edilebilir mi?

Hayır. Çünkü grip, viral bir enfeksiyondur ve antibiyotikle tedavi edilemez.

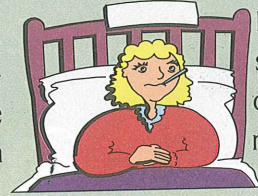


Antibiyotikler, bakteri öldüren ilaçlardır ve bu yüzden bakteriyal enfeksiyonların tedavisinde kullanılırlar.

Eğer doktorunuz enfeksiyonun antibiyotikle tedavi edilmesinin gereksiz olduğunu düşünüyorsa,

ısrarcı olmayın. Antibiyotiklerin uygunsuz kullanımı, büyük bir halk sağlığı problemi olan, antibiyotik-rezistan bakterilerin gelişmesine yol açar.

## Gripte Ne Yapılmalı?



Dinlenme, yapılabilecek en iyi şeydir. Ayrıca dışarı çıkmamak, hastalığın diğer insanlara bulaşma riskini en aza indirir. Grip, semptomların görülmesinden 3-4 gün sonrasına kadar bulaşıcı olmaya devam eder.

Çok miktarda sıvı alınmalıdır. Sıcak içecekler konjestiyon hissini hafifletebilir. Asetaminofen içeren bir ilaç ağrı kesici ve ateş düşürücü olarak alınabilir. 12 yaşın altındaki gripli çocuklara, Reye sendromu olarak bilinen ciddi advers etki riskinden dolayı, hiçbir zaman aspirin verilmemelidir.

Doktorunuz, semptomlar görülmeye başladıktan sonra 1-2 gün içerisinde alınması gereken, ateşin süresini ve griple ilişkili diğer semptomları azaltmak için, antiviral bir ilaç önerebilir.

Ayrıca, grip olan hastalar pneumonia, bronşit, sinüzit veya kulak enfeksiyonu gibi diğer ciddi enfeksiyonlar da geçirebilirler.

\* Öksürükle beraber yoğun ve renkli veya kanlı mukus çıkıyorsa,

# BİLMEMİZ GEREKENLER

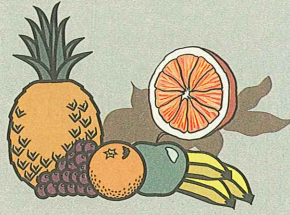
\* Tekrarlayan ateş, göğüs ağrısı, yüzde ödem, yüzde veya alında şiddetli ağrı veya kulak ağrısı gibi semptomlar gözleniyorsa derhal bir doktora başvurulmalıdır.

## Gribi Önlemek veya Şiddetini Azaltmak İçin Neler Yapılabilir?

Gribi önlemek veya şiddetini azaltmak için, özellikle 50 yaş üzeri yetişkinler veya kronik bir sağlık problemi olan kişiler her sonbaharda grip aşısı olmalıdır.

Grip aşısının önerildiği gruplar aşağıdaki şekildedir:

- \* 65 yaş ve üstü yetişkinler
- \* Kronik hastalığı bulunan kişiler
- \* Astma dahil kronik pulmoner veya kardiyovasküler hastalığı bulunan yetişkinler ve 6 aylık ve daha büyük çocuklar
- \* Geçen yılda kronik metabolik hastalık (diabetes mellitus gibi), böbrek fonksiyon bozukluğu, kan bozukluğu (hemoglobinopatiler) veya immun sistem problemleri (HIV enfeksiyonu, kemoterapi veya radyasyon terapisi) sebebiyle tedavi görmüş yetişkinler ve 6 aylık ve üzeri çocuklar



\* Uzun süreli aspirin tedavisi gören ve bu sebepten ötürü grip enfeksiyonu sonrasında reye sendromu geliştirme riski olan çocuklar ve gençler (6 aylık-18 yaş)

\* Grip sezonu sırasında gebeliğin 2. veya 3.trimesterinde olan kadınlar

Gribe karşı korunmada grip aşısı en iyi tercihtir. Bununla beraber, çevrenizde bulunan grip virüsü, aşıda bulunan virüsle aynı olmayabileceğinden, grip aşısı her zaman etkili değildir. Dolayısıyla, grip aşısı olunmuş olsa bile grip olma riski her zaman vardır.

Hamile iseniz veya yumurtaya alerjiniz varsa, grip aşısı olup olma hakkında doktorunuzun tavsiyelerine uymanız gerekir.

FDA, fenilpropanolamin'in (soğuk algınlığı ve grip ilaçlarında kullanılan konjestiyonu ve burun akıntısını gideren nazal dekonjestan) hemorajik felç oluşturma riskinin bulunduğunu açıklamış ve bu etken maddeyi içeren ilaçların piyasadan gönüllü olarak çekilmesini istemiştir.

## FENİLPROPANOLAMİN (PPA) İLE İLGİLİ UYARI

FDA, fenilpropanolamini piyasada olan tüm ilaçlardan çıkarmaya yönelik adımlar atmış ve tüm ilaç üreticilerinden fenilpropanolamin içeren ilaçları pazarlamamalarını istemiştir.

FDA'nın yayınladığı halk sağlığı kılavuzunda, fenilpropanolamine bağlı hemorajik felç veya beyin içiné kanama ile ilgili bilgiler yer almıştır.

Fenilpropanolamin, reçetesiz satılan ilaçlarda, öksürük ve soğuk algınlığı ilaçlarında dekonjestan olarak ve reçetesiz satılan zayıflama ilaçlarında kullanılan bir kimyasal bileşiktir.

Yukarıda belirtilen ürünlerle ilgili rapor edilen yan etkiler, bu bileşiğin hemorajik felç riskini arttırmaya yönelik endişelere yol açtığı şeklindedir.

Yale Üniversitesinde yapılan bir çalışmayla, fenilpropanolamin kullanımı ve kadınlarda felç arasındaki ilişki araştırılmıştır. Zayıflama ve soğuk algınlığı ilaçlarını kullanan kadınlar arasında, ilaç kullanımına başladıktan sonra 3 gün içerisinde artan hemorajik felç riski belirlen-





miştir. Yapılan çalışma, hemorajik felç riskinin çoğunlukla kadınlarda bulunduğunu gösterse de, erkekler de risk altında olabilirler.

Reçetesiz İlaçlar Tavsiye Komitesi (The Nonprescription Drugs Advisory Committee), Yale Üniversitesinde yapılan bu çalışmayı değerlendirmiş ve uzun süreli kullanımda fenilpropanolaminin güvenli olarak kabul edilemeyeceği sonucuna varmıştır.

Yale Üniversitesi'nden Prof. Dr. Walter Kernan, günlük PPA dozunun 75 mg'ı aşması halinde hemorajik felç riskinin en yüksek olduğunu söylemiştir.

Fenilpropanolamin kullanımı ile oluşabilen hemorajik felç riski çok düşük olsa bile, FDA, diğer alternatif yolların doktor ve eczacılar ile tartışılıp bulunmasını önermektedir.

FDA, PPA kullanımına karşı bir yasa oluşturulmasının birkaç ay sürebileceğini söylemekte ve PPA içeren ilaçların kullanılmasına dair uyarılar yapmaktadır.

Diğer taraftan ilaç üreticilerinden SmithKline Beecham Plc ve Bristol-Myers Squibb Co., PPA içeren ürünlerini piyasadan çektiklerini söylemişlerdir. Ayrıca Amerika'daki en büyük eczaneler zincirlerinden biri olan Walgreen Co. da raflarından PPA içeren ürünleri kaldırdığını ifade etmiştir.

## Fenilpropanolamin Nedir?

Fenilpropanolamin (PPA), dekonjestan bir maddedir. Kan damarlarında (venler ve arterler) konstiksüyon yapar. Bu ise, belirli bölgelerdeki kan akışını azaltarak şişmeyi azaltır, nazal ve respiratuvar pasajların açılmasını sağlar.

Fenilpropanolamin (PPA), soğuk algınlığı ve grip ilaçlarında konjestiyonu ve burun akıntısını gideren nazal dekonjestan ve zayıflatıcı ilaçlarda ise iştahı kontrol altına alan bir madde olarak kullanılmaktadır.

## FDA'nın Önerisi Nedir?

FDA ilaç firmalarından gönüllü olarak fenilpropanolamin içeren ilaçların üretimine son vermelerini istemiştir. Ayrıca, fenilpropanolamin içeren ilaçları kullananlar da uyarılmış, bu ilaçların kullanılması önerilmiştir.

## Uzun Senelerdir Kullanılan Fenilpropanolamin Niçin Güvenli Değildir?

Fenilpropanolamin uzun senelerden beri kullanılmaktadır ve ilacı alan çok az insan felç geçirmiştir. Yale Üniversitesinde yapılan çalışmada ise, bu sayının ilacı almayanlara göre çok daha fazla olduğu ortaya konmuştur. Hemorajik felç riski çok düşük olsa bile, yan etkinin ciddiyeti ve kimin risk altında olduğunu belirleyememe sebebinden dolayı FDA'nın ciddi endişeleri vardır. Yapılan çalışma-

lar ışığında FDA tarafından fenilpropanolaminin kar-zarar ilişkisi değerlendirilmiş ve bu maddeyi içeren ilaçların kullanılmaması önerilmiştir.

## Fenilpropanolamin Kullanımında Yüksek Riskli Gruplar Var mıdır?

Yapılan çalışma, hemorajik felç riskinin çoğunlukla kadınlarda bulunduğunu gösterse de, erkekler de risk altında olabilirler.

## Hangi İlaçlar

### Fenilpropanolamin İçerir?

Bazı reçeteli ve reçetesiz satılan soğuk algınlığı ilaçlarında ve reçetesiz satılan zayıflama ilaçlarında bulunmaktadır.

## Eşim

### Fenilpropanolamin İçeren İlaçlar Kullanmaktadır, Herhangi Bir Tehlike Söz Konusu mudur?

Yapılan çalışmada, zayıflama ve soğuk algınlığı ilaçlarını kullanan kadınlar arasında, ilaç kullanımına başladıktan sonra 3 gün içerisinde artan hemorajik felç riski belirlenmiştir.



Hemorajik felç riski çok düşük olmakla birlikte, ilacın derhal kesilmesi ve alternatif ilaçların kullanılması önerilmektedir.

