**Influenssa, pandemia, sikainfluenssa**

Influenssa on influenssavirusten (tyypit A ja B) aiheuttama äkillinen ylempien hengitysteiden tulehdus. Epidemioita esiintyy Suomessa säännöllisesti talvisin, jolloin 5─15 prosenttia väestöstä sairastuu. Terveet aikuiset paranevat yleensä 1─2 viikon vuodelevolla, mutta vanhuksilla ja pienillä lapsilla sekä tiettyjä perustauteja sairastavilla influenssa saattaa aiheuttaa jälkitauteja. Tyypillisiä jälkitauteja ovat mm. korvatulehdus ja keuhkokuume, joka voi johtaa sairaalahoitoon sekä pahimmillaan jopa kuolemaan.

**Mikä on influenssapandemia?**

Influenssapandemiasta on kyse silloin, kun muutaman vuosikymmenen välein poikkeuksellisen voimakas uuden influenssa A-virustyypin aiheuttama influenssa leviää nopeasti ympäri maailman. Tällöin influenssaan sairastuu ja kuolee huomattavasti enemmän ihmisiä kuin vuotuisissa tavallisissa influenssaepidemioissa.

**Influenssan oireet**

Influenssa alkaa tyypillisesti nopeasti nousevalla korkealla kuumeella ja siihen liittyy lihaskipua, päänsärkyä sekä huonovointisuutta. Kuumeen laskettua esiintyy kuivaa yskää, kurkkukipua, nuhaa ja nenän tukkoisuutta kuten tavallisessa nuhakuumeessa. Lisäksi lapsilla saattaa esiintyä maha- ja suolisto-oireita.

**Miten influenssa todetaan?**

Talviepidemioiden aikana influenssalle tyypillisten oireiden vuoksi hoitoon hakeutuneista valtaosalla on todennäköisesti influenssa. Influenssadiagnoosin varmistaminen vaatii kuitenkin laboratoriokokeita. Influenssavirus voidaan osoittaa ylähengitystie-eritteistä useilla menetelmillä. Pikatesteillä se voidaan todeta noin puolessa tunnissa. Pikatestit ovat hyödyllisiä lääkehoidon tarpeen arvioinnissa.

**Miten influenssa tarttuu?**

Influenssaa sairastava erittää virusta hengitysteihinsä ja voi tartuttaa taudin toiseen henkilöön pisaratartuntana yskiessä tai käsien välityksellä niistäessä. Ahtaissa tiloissa kuten varuskunnissa, kouluissa ja julkisissa liikennevälineissä tauti leviää helposti.

Tartunnan saanut henkilö tartuttaa tautia jo päivää ennen oireiden alkua ja 3─7 päivän ajan tämän jälkeen. Taudin itämisaika tartunnasta oireiden alkuun on yleensä 2─3 päivää.

**Influenssan ehkäisy ja hoito**

Tärkein keino ehkäistä influenssaa ovat rokotukset. Influenssarokote sisältää kolmesta viruskannasta puhdistettuja rakenneosia. Maailman terveysjärjestö (WHO) määrittää ja Euroopan lääkevirasto (EMA) hyväksyy vuosittain influenssarokotteessa käytettävät viruskannat.

Influenssakauden 2010-2011 rokotteen viruskannat ovat A/California/7/2009 (H1N1), A/Perth/16/2009 (H3N2) ja B/Brisbane/60/2008.

Influenssavirusten lisääntymistä estävät lääkkeet soveltuvat sekä ennaltaehkäisyyn että hoitoon. Ennaltaehkäisevässä käytössä niillä voidaan estää influenssan puhkeaminen noin 70─90 % tartunnan saaneista. Influenssalääkkeet voivat lyhentää taudin kestoa ja lieventää vaikeusastetta edellyttäen että lääkitys aloitetaan 48 tunnin sisällä ensimmäisistä oireista.

Huolellinen käsien pesu saippualla useasti on myös tehokas keino suojautua influenssalta. Se estää infektoituneilta pinnoilta käsiin tarttuneiden virusten siirtymistä hengityselimiin. Desinfioivia liuoksia voi käyttää silloin, kun käsien pesuun ei ole mahdollisuutta. Tartuntaa voidaan vähentää myös välttämällä käsillä koskettelemasta suuta, sieraimia ja silmiä. Suu-nenäsuojainten käyttö ei ole tarpeen terveille (oireettomille) henkilöille liikuttaessa väkijoukoissa.

Influenssan hoidossa riittävä lepo on tärkeää. Yskiessä ja aivastaessa suu peitetään kertakäyttönenäliinalla, joka heitetään pois välittömästi. Jos nenäliinaa ei ole, suojataan suuta hihan yläosalla, ei käsillä. Yskimisen ja aivastamisen jälkeen pestään kädet saippualla. Terveyskeskuksissa ja sairaaloissa potilaat käyttävät usein paperista suu-nenäsuojainta, jotta virukset eivät leviä muihin potilaisiin.

**Milloin hoitoon?**

Influenssan riskiryhmiä ovat:

* raskaana olevat naiset
* henkilöt, joilla on pitkäaikaissairauksia, esim. lääkehoitoa vaativa diabetes, astma tai sydäntauti, munuaisen vajaatoiminta, maksan vajaatoiminta, vastustuskykyä alentava sairaus (esimerkiksi leukemia tai muu syöpä ja HIV) tai krooninen hermostosairaus.

Näihin ryhmiin kuuluvien tulee hakeutua muita herkemmin hoitoon.

Hoitoon tulee hakeutua, jos lapsella:

* on vaikeuksia hengittää tai hengitys on tihentynyttä
* ilmaantuu voimakkaita oksennuksia tai kuivumista
* esiintyy ärtyisyyttä siinä määrin, ettei halua olla sylissä; epätavallinen itku
* ilmenee velttoutta siinä määrin, ettei herää ja reagoi hitaasti
* influenssan kaltaiset oireet väistyvät, mutta palaavat uudestaan kuumeen ja yskän kanssa.

Aikuisella hoitoon hakeutumisen syitä ovat:

* hengitysvaikeudet tai tihentynyt hengitys
* kuume (yli 38 oC)
* kipua tai paine rinnassa
* äkillinen huimaus tai sekavuus (vanhuksilla voi olla ainoa oire)
* influenssan paranemisen jälkeen kuume ja yskä alkavat uudestaan.

**Sikainfluenssa**

Sikainfluenssan virallinen nimi on pandeeminen A(H1N1) 2009 influenssa. Taudin aiheuttaja on uusi influenssaviruksen muoto. Se löydettiin ihmisistä huhtikuussa 2009, jolloin sen leviäminen alkoi Meksikossa ja Pohjois-Amerikassa.

Viruksen perimässä (geeneissä) on aineksia sian influenssaviruksesta, jonka vuoksi puhutaan "sikainfluenssasta". Viime vuosisadan epidemioiden tuotteena yli 60-vuotiaalla väestöllä, mutta ei nuoremmilla, on jonkin verran suojaa tätä tautia vastaan.

**Sikainfluenssan erot ja yhtäläisyydet kausi-influenssaan**

Suurin ero tavallisen ja sikainfluenssan välillä on se, että eniten ja ankarimmin sairastuvat 5 – 40 -vuotiaat; eivät iäkkäät.

Lapsilla, nuorilla aikuisilla ja keski-ikäisillä on noin 2-kertainen riski sairaalaan johtavasta taudista kausi-influenssan tuomaan riskiin nähden. Suurin vakavan taudin riski, noin 5-kertainen kausi-influenssaan nähden, on raskaana olevilla. Tässä pandeemisessa influenssassa kroonisia sairauksia potevilla on myös lisääntynyt vakavan taudin riski. Tässä suhteessa se on kausi-influenssan kaltainen.

Jos oireet eivät ole kovin ankarat (muistuttavat flunssaoireita), sikainfluenssa hoidetaan kotona samoilla periaatteilla kuin mikä tahansa kuumetauti: sairaana ollaan levossa ja nautitaan riittävästi nesteitä. Kuumetta ja särkyä voi lievittää ilman reseptiä saatavilla flunssa- tai särkylääkkeillä. Sikainfluenssa paranee useimmiten noin viikon kotilevolla ja valtaosalla taudinkulku on lievä.

Oman terveyden vuoksi ja influenssatartuntojen vähentämiseksi sairaan ei pidä mennä kouluun tai töihin ennen kuin yleisoireet, kuten kuume, ovat väistyneet. Tämä vie yleensä pari kolme päivää. Epidemian aikana tartuttamisen pelossa ei tarvitse erityisesti välttää ihmiskontakteja, koska virusta liikkuu joka tapauksessa kaikkialla.

Lähdeluettelo:

* [www.thl.fi](http://www.thl.fi)
* Infektiosairauksien erikoislääkäri Jukka Lumio
Artikkelin tunnus: dlk00908 (000.000)

© 2010 Kustannus Oy Duodecim

BS2011\_093FI