

## COVID-19 και γρίπη: μια περίπλοκη συνύπαρξη

Η λοίμωξη με τους ιούς της γρίπης αποτελεί μια από τις συχνότερες λοιμώξεις κατά τους χειμερινούς μήνες και κάθε χρόνο στην Ελλάδα περίπου 150 ασθενείς καταλήγουν, και πολλαπλάσιοι νοσηλεύονται σε νοσοκομεία και σε ΜΕΘ για επιπλοκές της γρίπης. Στις ΗΠΑ, περίπου 32.000 με 69.000 άνθρωποι πεθαίνουν από γρίπη κάθε χρόνο. Οι Καθηγητές της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, **Ευστάθιος Καστρίτης** και **Θάνος Δημόπουλος** (Πρύτανης ΕΚΠΑ), συνοψίζουν τα δεδομένα σχετικά με τη συνύπαρξη της γρίπης και της νόσου COVID-19.

Αρχικά, τον Φεβρουάριο, μια σημαντική μερίδα του κοινού, θεώρησε ότι και η λοίμωξη Covid-19 «είναι σαν μια γρίπη», ωστόσο οι επόμενοι 5½ μήνες έδειξαν ότι είναι πολύ πιο θανατηφόρα και λιγότερο προβλέψιμη νόσος από την εποχική γρίπη. Σε αντίθεση με τη γρίπη, η COVID-19 δεν φαίνεται να είναι εποχιακή νόσος, δεδομένου του συνεχώς αυξανόμενου αριθμού περιπτώσεων αυτό το καλοκαίρι στις ΗΠΑ, την Ευρώπη αλλά και στην Ελλάδα.

Αυτό το φθινόπωρο, όμως, για πρώτη φορά θα πρέπει να αντιμετωπίσουμε την εποχή γρίπης εν μέσω μιας άλλης πανδημίας.

Μέχρι τώρα, παραμένουν πολλά ερωτηματικά σχετικά με το πώς η εποχική γρίπη μπορεί να επηρεάσει την πανδημία Covid-19 και το αντίστροφο. Για παράδειγμα, θα μπορούσε να επιδεινώσει η συν-λοίμωξη με τη γρίπη την πορεία της COVID-19; θα μπορούσε να βοηθήσει στην προστασία από το COVID-19 ο εμβολιασμός κατά της γρίπης; Τα μέτρα που λαμβάνονται για τον έλεγχο της COVID-19 θα ελαττώσουν την επίπτωση της γρίπης.

Όμως δυο γεγονότα είναι ξεκάθαρα: Απαιτούνται ταχύτερα και ευρύτερα διαθέσιμα διαγνωστικά τεστ δοκιμές για τη διάκριση μεταξύ COVID-19 και γρίπης, οι οποίες έχουν παρόμοια συμπτώματα, τουλάχιστον στην αρχή, αλλά απαιτούν διαφορετικές θεραπείες. Δεύτερον, μια «κακή» σεζόν γρίπης - λόγω πιο μολυσματικών στελεχών, ανεπαρκών ποσοστών εμβολιασμού του πληθυσμού ή και τα δύο - σε συνδυασμό με την πανδημία COVID-19 που δεν δείχνει σημάδια ύφεσης, θα μπορούσε να οδηγήσει σε υπερκορεσμό τα ήδη επιβαρυσμένα τμήματα επειγόντων περιστατικών και ΜΕΘ.

Η διάκριση μεταξύ γρίπης και COVID-19 έχει εξαιρετική σημασία. Ενώ η πορεία της γρίπης είναι ταχεία, η COVID-19 ακολουθεί μια πιο μακρά και απρόβλεπτη πορεία. Η γνώση του αιτίου των συμπτωμάτων από το αναπνευστικό είναι λοιπόν σημαντική για ξέρουν οι γιατροί τι να περιμένουν .

Ο εντοπισμός της αιτίας της λοίμωξης, βοηθά φυσικά στον καθορισμό της καλύτερης θεραπείας. Αν και η υποστηρικτική θεραπεία για τη γρίπη και την COVID-19 είναι παρόμοιες, οι ειδικές θεραπείες διαφέρουν. Εάν ο ασθενής έχει γρίπη, χορηγείται στοχευμένη αντιϊκή αγωγή κατά της γρίπης, αλλά η αντιμετώπιση ασθενών με γρίπη σαν να έχουν COVID-19 είναι σπατάλη πόρων και δυνητικά επιβλαβής.

Το Remdesivir έχει κάποια δραστικότητα για τη θεραπεία της COVID-19, αλλά, ακόμα βρίσκεται σε σχετική έλλειψη. Εν τω μεταξύ, αν και παλαιότερες μελέτες διαπίστωσαν ότι το remdesivir είχε δράση κατά της γρίπης Α, δεν έχει δοκιμαστεί σε ασθενείς με γρίπη, οπότε δεν υπάρχουν ενδείξεις ότι είναι αποτελεσματικό στη θεραπεία αυτής της νόσου.

Η δεξαμεθαζόνη (είναι μια μορφή κορτιζόνης), φαίνεται να είναι αποτελεσματική σε ορισμένους βαριά ασθενείς που νοσηλεύτηκαν με COVID-19, αλλά θα μπορούσε να βλάψει αυτούς που έχουν γρίπη. Η Εταιρεία Λοιμωδών Νοσημάτων της Αμερικής (IDSA) συνέστησε να μην χρησιμοποιούνται κορτικοστεροειδή για τη θεραπεία της εποχικής γρίπης, εκτός εάν ενδείκνυται κλινικά για άλλους λόγους, όπως το άσθμα, καθώς 2 μετα-αναλύσεις μελετών παρατήρησης έδειξαν ότι η θεραπεία με κορτικοστεροειδή ασθενών που νοσηλεύτηκαν με γρίπη συσχετίστηκε με αυξημένη θνησιμότητα.

Μια αναδρομική μελέτη από το Wuhan της Κίνας, έδειξε ότι η συνδυασμένη θεραπεία με λοπιναβίρη-ριτοναβίρη οδήγησε σε ταχύτερη βελτίωση της πνευμονίας μόνο μεταξύ των ασθενών με COVID-19 και γρίπη, ωστόσο η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (ΠΟΥ) διέκοψε τις κλινικές δοκιμές της λοπιναβίρης-ριτοναβίρης, επειδή τα προσωρινά αποτελέσματα διαπίστωσαν ότι η θεραπεία, η οποία έχει εγκριθεί για τον ιό HIV, δεν είχε αποτελεσματικότητα σε ασθενείς που νοσηλεύτηκαν με COVID-19.

Ένας άλλος λόγος είναι σημαντικό να προσδιοριστεί εάν τα συμπτώματα σε έναν ασθενή οφείλονται στη γρίπη ή στην (ή και τα δύο) είναι τα μέτρα περιορισμού για την πρώτη δεν είναι τόσο αυστηρά όσο και για την COVID-19. Χωρίς να μάθουν γρήγορα ποιο ιό έχουν, ορισμένα άτομα με COVID-19 κατά τη διάρκεια της σεζόν της γρίπης μπορεί να αποδώσουν κατά λάθος τα συμπτώματά τους στη γρίπη και να μην λάβουν τις απαραίτητες προφυλάξεις για να αποτρέψουν την εξάπλωση του SARS-CoV-2, ο οποίος μεταδίδεται πιο εύκολα. Επιπλέον, η διάκριση μεταξύ COVID-19 και γρίπης θα είναι ζωτικής σημασίας για την παρακολούθηση της νόσου, και δεδομένων των παρόμοιων συμπτωμάτων, θα χρειαστεί συστηματικός έλεγχος για τον SARS-CoV-2 και τη γρίπη κατά τη διάρκεια της επερχόμενης περιόδου γρίπης.

Γιατροί σε αρκετές χώρες ανέφεραν ασθενείς που είχαν θετικά τεστ τόσο για την COVID-19 όσο και για την εποχική γρίπη, όμως αυτοί οι ασθενείς έχουν αντιπροσωπεύσει μια μικρή μειονότητα. Το πιθανότερο είναι ότι οι έχουν το ένα ή το άλλο: στις ΗΠΑ μόνο το 3% ή το 4% του πληθυσμού έχουν λοίμωξη SARS-CoV-2, ενώ το 10% έως 20% μπορεί να μολυνθεί από τον ιό της γρίπης, οπότε οι πιθανότητες μόλυνσης και από τους δύο ταυτόχρονα είναι σχετικά μικρές.

Πρώιμες αναφορές από την Κίνα έδειξαν ότι η μόλυνση με άλλους αναπνευστικούς ιούς ήταν εξαιρετικά σπάνια σε ασθενείς με COVID-19, αλλά μεταγενέστερες αναφορές από την Κίνα και τις ΗΠΑ έδειξαν ότι μέχρι και 11.8% των ασθενών είχαν συν-λοίμωξη με γρίπη. Τ ποσοστά αυτά όμως δεν ανευρίσκονται σταθερά και σε άλλες μελέτες ενώ, σε ορισμένες ανευρίσκονται λοιμώξεις και με άλλους αναπνευστικούς ιούς (όχι γρίπη) όπως ο Αναπνευστικός Συγκυτιακός ιός (RSV)

*Μπορούμε να περιορίσουμε τη γρίπη μαζί με το COVID-19;*

Διαισθητικά, αντιλαμβανόμαστε ότι η χρήση μάσκας, η κοινωνική αποστασιοποίηση, η εργασία από το σπίτι, το κλείσιμο σχολείων και άλλες στρατηγικές για την ελαχιστοποίηση της εξάπλωσης της COVID-19 θα μειώσει επίσης τη μετάδοση άλλων λοιμώξεων του αναπνευστικού συστήματος.

Αυτό φαίνεται να ισχύει π.χ. στην Ταϊβάν: συγκρίνοντας δεδομένα από το 2016 έως το 2020, διαπίστωσαν ελάττωση των περιπτώσεων σοβαρής γρίπη, πνευμονιοκοκκικής πνευμονίας

και θανάτων από πνευμονία. Γιαπωνέζοι ερευνητές παρατήρησαν επίσης ελαττωμένη δραστηριότητα της γρίπης, συγκρίνοντας εβδομάδα με εβδομάδα το 2020 σε σύγκριση με τις προηγούμενες 5 σεζόν. Υποστήριξαν ότι η υψηλή ευαισθητοποίηση του ιαπωνικού κοινού σχετικά με μέτρα για τη μείωση της μετάδοσης της COVID-19 στις αρχές του έτους μπορεί να εξηγήσει το εύρημα τους. Ερευνητές στο Κατάρ ανέφεραν επίσης μια «δραματική μείωση» της εργαστηριακά επιβεβαιωμένης γρίπης μετά το κλείσιμο των σχολείων.

Η κατάσταση στο νότιο ημισφαίριο, όπου τώρα κορυφώνεται η εποχή της γρίπης μπορεί να δώσει περισσότερες ενδείξεις για το τι μπορεί να περιμένουμε στο βόρειο ημισφαίριο στην προσεχή σεζόν της γρίπης. Όπως επισημαίνουν οι ερευνητές, παρατηρείται μια απίστευτα ήπια εποχή γρίπης σε όλο το νότιο ημισφαίριο, συμπεριλαμβανομένων των περιοχών με υψηλή δραστηριότητα της COVID-19 όπως η Βραζιλία, όμως σημειώνουν ότι δεν πρέπει να υποθέσουμε ότι αυτό θα συμβεί και στο βόρειο ημισφαίριο. Η καλύτερη εξήγηση για την εποχή της ήπιας γρίπης του νότιου ημισφαιρίου είναι ότι οι στρατηγικές ελέγχου της COVID-19 περιορίζουν την εξάπλωση και των άλλων αναπνευστικών ιών, αλλά το απαισιόδοξο σενάριο είναι ότι η COVID-19 έχει κατακλύσει τα συστήματα υγειονομικής περίθαλψης, και έτσι τα άτομα με γρίπη μένουν στο σπίτι και δεν καταγράφονται ή δεν αναζητούν περίθαλψη, αλλά χάνονται στο πλήθος των ασθενών με COVID-19.

Ο επικείμενος χειμώνας στο Βόρειο Ημισφαίριο αύξησε το ενδιαφέρον για τα εμβόλια γρίπης, τα οποία μπορεί να συγκεντρώσουν τις εισαγωγές στο νοσοκομείο για γρίπη καθώς τα συστήματα υγείας αντιμετωπίζουν την πανδημία. Οι κατασκευαστές εμβολίων κατά της γρίπης, ανακοίνωσαν αυξήσεις της παραγωγής για τη σεζόν 2020-21. Το CDC αναμένει να έχει ρεκόρ 194 εκατομμύρια έως 198 εκατομμύρια δόσεις - αύξηση 20 εκατομμυρίων δόσεων από πέρυσι. Τον περασμένο μήνα, η Εθνική Υπηρεσία Υγείας του Ηνωμένου Βασιλείου ανακοίνωσε ότι θα επεκτείνει τις ηλικιακές ομάδες που είναι επιλέξιμες για δωρεάν εμβόλιο γρίπης τόσο σε παιδιά όσο και σε ενήλικες.

Ωστόσο, τα ποσοστά εμβολιασμού για την γρίπη εδώ και πολύ καιρό δεν είναι ικανοποιητικά: τα ποσοστά μεταξύ των ηλικιωμένων - ο πληθυσμός στόχος για το εμβόλιο της γρίπης σε πολλές χώρες - κυμαίνονται από 2% έως 72.8%, ανάλογα με τη χώρα.

Όμως, το νότιο ημισφαίριο που αποφεύγει την της γρίπης μπορεί να δημιουργήσει ακόμη ένα τυφλό σημείο: εφόσον ο ιός της γρίπης κυκλοφορεί λιγότερο, σημαίνει λιγότερες ενδείξεις σχετικά με το ποιες γενετικές παραλλαγές είναι πιο διαδεδομένες και πιθανότατα θα συμβάλουν στην επόμενη εποχή της γρίπης. Τα εργαστήρια που συλλέγουν και αναλύουν δείγματα γρίπης για να αποφασίσουν τη σύνθεση του εμβολίου του επόμενου έτους, λένε ότι έχουν λάβει λιγότερα δείγματα ασθενών από ό, τι τα προηγούμενα χρόνια. Έτσι, ανεπαρκή δεδομένα θα μπορούσαν να οδηγήσουν σε ένα λιγότερο αποτελεσματικό εμβόλιο για το Νότιο Ημισφαίριο το 2021.