



## Grypa ptaków - informacja dla populacji ogólnej oraz osób zawodowo narażonych na kontakt z chorymi zwierzętami

GRYPA PTAKÓW jest chorobą wirusową, wywołaną przez wirusy grypy typu A, która dotyka głównie ptaki (zarówno drób, jak i ptaki dzikie). Zakażenia ptaków mogą być wywoływane przez wirusy grypy wysoce zjadliwej (ang. Highly Pathogenic Avian Influenza – HPAI) np. A(H5N1)) oraz wirusy o niskiej zjadliwości (ang. Low Pathogenic Avian Influenza–LPAI). Wirusy HPAI, szczególnie podtyp H5, są szeroko rozpowszechnione wśród ptactwa dzikiego w Europie. W ostatnich latach identyfikuje się także zakażenia A(H5N1) m.in. u ssaków dzikich np. fok, niedźwiedzi, lisów, wydr oraz ssaków futerkowych na fermach hodowlanych np. lisów i norek, czy u kotów domowych.

### Występowanie

Niektóre wirusy HPAI mogą powodować ciężką chorobę u ludzi, np: A(H5N1), A(H5N6) i A(H7N9) ze śmiertelnością do 50%.

Jak dotąd zakażenia ludzi wirusami HPAI są rzadkie (w praktyce ograniczone do Azji i Afryki, od 2023 r. także Ameryki). Od 2003 r. na świecie stwierdzono mniej niż 1000 przypadków zakażeń człowieka wirusami podtypu H5N1. Przypadki dotyczyły osób narażonych bezpośrednio na kontakt z zakażonym ptactwem, chorym lub martwym, albo ze skażonym wirusami środowiskiem.

Pomimo dużej liczby przypadków grypy ptaków wśród drobiu hodowlanego i dzikiego ptactwa w UE (w tym w Polsce) jak dotąd nie zidentyfikowano w regionie UE infekcji objawowej u ludzi. Wirusy grypy ptaków krążące wśród ptactwa w Europie są dobrze zaadaptowane do ptasich gospodarzy, ale od kilku lat w materiale genetycznym tych wirusów odnotowywane są mutacje, które mogą zwiększać ich potencjał zoonotyczny (tzn. ryzyko zagrożenia dla zdrowia człowieka).

W ostatnich latach identyfikuje się zakażenia A(H5N1) m.in. u ssaków. W 2024 r. zidentyfikowano kilka łagodnie przebiegających zakażeń u ludzi na farmach bydła mlecznego w kilkunastu stanach USA. W gospodarstwach tych zidentyfikowano zakażenie u bydła.

### Zakażenie

Możesz zakażyć się wirusem grypy ptaków, jeśli:

- masz bliski, bezpośredni kontakt z zakażonymi żywymi/padłymi ptakami, ew. zakażonymi ssakami,
- masz kontakt z wydaliniami i wydzielinami zakażonego drobiu/dzikich ptaków oraz zanieczyszczonymi powierzchniami np.:
  - dotykasz chorych/martwych ptaków, podczas uboju/utyliczacji tusz ptaków,
  - dotykasz powierzchni skażonych wirusem w gospodarstwie,
  - masz kontakt z aerozolem powstającym podczas oczyszczania pomieszczeń gospodarstwa itp.
- masz kontakt z surowym mięsem ptaków zakażonych pozyskanym poza nadzorem weterynaryjnym (ubój, patroszenie i porcjowanie mięsa w domowych warunkach,).

Nie odnotowano zakażenia ludzi wirusem grypy ptaków drogą pokarmową oraz transmisji zakażenia z chorego człowieka na inne osoby.

Wirusy grypy ptaków giną w temperaturze 60-70°C (ulega on zniszczeniu w wyniku pasteryzacji). W zbiornikach wodnych, często zakażonych przez ptaki wodne, wirus zachowuje zakaźność nawet przez 4 dni w 22°C i ponad 30 dni w 0°C.



**Zakażenie wirusami grypy ptaków u ludzi wywołuje objawy podobne do objawów „zwykłej” grypy. Są to:** gorączka lub stan podgorączkowy, złe samopoczucie, bóle głowy, bóle mięśni, stawów, kaszel, ból gardła, zapalenie spojówek, duszność, biegunka, objawy neurologiczne

### **Zalecenia**

**Jeśli masz kontakt z ptakami (żywymi lub martwymi) lub innymi zwierzętami albo podróżujesz do regionów, w których odnotowuje się przypadki zachorowań na grypę ptaków u ludzi:**

- unikaj bezpośredniego kontaktu z drobiem chorym, padłym ptactwem dzikim oraz przedmiotami, na których znajdują się ślady ptasich odchodów,
- unikaj dotykania chorego lub martwego ptactwa bez zabezpieczenia w środki ochrony osobistej (zawsze zakładaj: fartuch/kombinezon, rękawice, maski ochronne FFP3, gogle, ochroniacze obuwia, czepek na głowę),
- stosuj rutynowe zasady higieny osobistej takie jak: częste mycie rąk ciepłą wodą z mydłem, w szczególności po przyjeździe do domu, przed przygotowaniem/spożywaniem posiłku, po kontakcie ze zwierzętami, po skorzystaniu z toalety itd.,
- unikaj bliskiego kontaktu z osobami chorymi,
- przestrzegaj higieny kaszlu i kichania (w czasie kaszlu lub kichania zakryj usta i nos chusteczką oraz natychmiast wyrzuć zużytą chusteczkę do kosza; gdy nie masz chusteczki kasłaj lub kichaj w zgięcie łokcia),
- spożywaj tylko żywność poddaną właściwej obróbce termicznej (gotowaną, pieczoną, duszoną, dobrze wysmażoną),
- jeśli jesteś zawodowo narażony na kontakt z podejrzanymi o zakażenie lub chorymi ptakami (jesteś lekarzem weterynarii, hodowcą drobiu, dokonujesz uśmiercania chorych ptaków, wykonujesz dezynfekcję pomieszczeń gospodarczych, jesteś myśliwym, zajmujesz się ochroną dzikich ptaków), stosuj odpowiednie środki ochrony osobistej (w szczególności fartuchy/kombinezony, rękawice, maski ochronne FFP3 i gogle, ochroniacze obuwia),
- zgłaszaj obecność padłych ptaków/innych zwierząt do właściwych lokalnych służb porządkowych (np. straż gminna, policja, powiatowy lekarz weterynarii),
- stosuj się do zaleceń miejscowych służb sanitarnych oraz lekarzy, a także do zaleceń organów Inspekcji Weterynaryjnej, służb ochrony środowiska na terenach występowania ognisk zakażeń wśród ptaków w Polsce i za granicą,
- szczep się regularnie co roku przeciwko grypie sezonowej - może zmniejszyć to ryzyko zmienności wszelkich, w tym odzwierzęcych, wirusów grypy w organizmie człowieka oraz uchronić przed ciężkim przebiegiem zakażenia (rekomendacja WHO oraz ECDC),
- dbaj o bezpieczeństwo zwierząt domowych - w 2023 r. wystąpiło ognisko grypy ptaków wśród kotów domowych w kilku województwach w Polsce, dlatego:
  - po przyjeździe do domu od razu zabezpieczaj buty przed dostępem zwierząt domowych
  - czyść/dezynfekuj obuwie każdorazowo po powrocie do domu
  - zachowuj warunki higieniczne przy przygotowaniu posiłków dla zwierząt domowych
  - jeśli u zwierzęcia domowego pojawią się nietypowe objawy choroby, zgłoś się z nim niezwłocznie do lekarza weterynarii
- jeśli pojawią się u ciebie niepokojące objawy grypopodobne (albo inne nietypowe, w tym neurologiczne) – zgłoś się do lekarza i poinformuj go o kontakcie z chorym/padłym ptactwem lub innym zwierzęciem.

### **Więcej informacji**

Więcej informacji nt. grypy oraz zakażeń wirusami grypy ptaków i zalecanej profilaktyki znajduje się na stronie internetowej <https://www.gov.pl>.



## Wytyczne dla hodowców/właścicieli i pracowników ferm zwierząt oraz dla osób mających kontakt ze zwierzętami wrażliwymi na zakażenie wirusami grypy ptaków – przed sezonem infekcyjnym

### Występowanie

Grypa to ostre wirusowe zakażenie dróg oddechowych, wywoływane przez wirusy grypy. Co sezon występują fale epidemiczne, dotykające znaczną część społeczeństwa - zakażenia występują najczęściej w okresie od października do kwietnia, a szczyt zachorowań w Polsce przypada od stycznia do marca.

Grypa powoduje zachorowania u ludzi w każdej grupie wiekowej i zawodowej. Pomimo tego, że u zdrowych osób rzadko dochodzi do poważnych powikłań, osoby w grupach ryzyka mogą bardzo ciężko chorować. Corocznie rejestrowane są również zgony z powodu grypy.

Wirus grypy jest bardzo zaraźliwy, przenosi się szybko i łatwo drogą kropelkową podczas mówienia, kichania, kaszlu lub poprzez kontakt z zanieczyszczonymi powierzchniami.

Zwierzęta, tj. ptaki i niektóre ssaki, również chorują z powodu wirusów grypy. Wśród ptactwa rozpowszechnione są wirusy grypy ptasiej typu A, natomiast dane epidemiologiczne wskazują na możliwość wystąpienia zakażeń wirusami grypy różnych typów również u ssaków. Dlatego szczepienia przeciwko grypie sezonowej u osób mających kontakt ze zwierzętami jest niezwykle istotne w zapobieganiu powstawania nowych mutacji wirusów grypy

### Zalecenia

- szczep się corocznie przeciw grypie przed sezonem infekcyjnym - optymalnie w okresie od września do grudnia – jest to najskuteczniejsza metoda uniknięcia zachorowania na grype i związanych z nią powikłań
- jeśli nie możesz zaszczepić się przed sezonem infekcyjnym - szczepienie możesz wykonać w dowolnym momencie przez cały sezon epidemiczny
- jeśli jesteś zawodowo narażony na kontakt ze zwierzętami - szczep się na regularnie przeciw grypie sezonowej - szczepienie to może zmniejszyć ryzyko powstawania nowych wariantów w tym odzwierzęcych, wirusów grypy w organizmie człowieka oraz uchronić przed ciężkim przebiegiem zakażenia (rekomendacja WHO oraz ECDC)
- zawsze stosuj rutynowe zasady higieny osobistej takie jak: częste mycie rąk ciepłą wodą z mydłem, a w przypadku gdy nie jest to możliwe użyj środka dezynfekującego na bazie alkoholu - zmniejsza to ryzyko zakażenia przeniesionego przez ręce zanieczyszczone wirusami grypy
- w czasie kaszlu lub kichania zakryj usta i nos chusteczką oraz natychmiast wyrzuć użytą chusteczkę do kosza; gdy nie masz chusteczki kasłaj lub kichaj w zgięcie łokcia
- jeśli jesteś zawodowo narażony na kontakt ze zwierzętami (jesteś: lekarzem weterynarii, hodowcą drobiu albo zwierząt futerkowych, pracownikiem ogrodu zoologicznego, dokonujesz uśmiercania chorych zwierząt, wykonujesz dezynfekcję pomieszczeń gospodarczych, jesteś myśliwym, zajmujesz się ochroną dzikich ptaków itp.) - stosuj odpowiednie środki ochrony osobistej w czasie wykonywania pracy (w szczególności fartuchy/kombinezony, rękawice, maski ochronne FFP3 i gogle, ochraniacze obuwia, czepek na głowę) – unikniesz przeniesienia drobnoustrojów ze zwierząt na ludzi i odwrotnie
- unikaj bliskiego kontaktu z chorymi osobami i zwierzętami
- jeśli pojawią się u Ciebie objawy takie jak: wysoka gorączka, dreszcze, bóle mięśni/kości i stawów, uczucie osłabienia, katar, kaszel, ból gardła, nudności/wymioty, biegunka czy





objawy neurologiczne - zgłoś się do lekarza, jeśli miałeś kontakt z chorymi zwierzętami - poinformuj lekarza, podczas leczenia pozostań w domu, unikaj skupisk ludzi i masowych zgromadzeń.

**Jeśli masz kontakt z ptakami (żywymi lub martwymi) lub innymi zwierzętami albo podróżujesz do regionów, w których odnotowuje się przypadki zachorowań na grypę ptaków u ludzi:**

- unikaj bezpośredniego kontaktu z drobiem chorym, padłym ptactwem dzikim oraz przedmiotami, na których znajdują się ślady ptasich odchodów,
- unikaj dotykania chorego lub martwego ptactwa bez zabezpieczenia w środki ochrony osobistej (zawsze zakładaj: fartuch/kombinezon, rękawice, maski ochronne FFP3, gogle, ochroniacze obuwia, czepki na głowę),
- stosuj rutynowe zasady higieny osobistej takie jak: częste mycie rąk ciepłą wodą z mydłem, w szczególności po przyjeździe do domu, przed przygotowaniem/spożywaniem posiłku, po kontakcie ze zwierzętami, po skorzystaniu z toalety itd.,
- unikaj bliskiego kontaktu z osobami chorymi,
- przestrzegaj higieny kaszlu i kichania (w czasie kaszlu lub kichania zakryj usta i nos chusteczką oraz natychmiast wyrzuć zużytą chusteczkę do kosza; gdy nie masz chusteczki kasłaj lub kichaj w zgięcie łokcia),
- spożywaj tylko żywność poddaną właściwej obróbce termicznej (gotowaną, pieczoną, duszoną, dobrze wysmażoną),
- jeśli jesteś zawodowo narażony na kontakt z podejrzanymi o zakażenie lub chorymi ptakami (jesteś lekarzem weterynarii, hodowcą drobiu, dokonujesz uśmiercania chorych ptaków, wykonujesz dezynfekcję pomieszczeń gospodarczych, jesteś myśliwym, zajmujesz się ochroną dzikich ptaków), stosuj odpowiednie środki ochrony osobistej (w szczególności fartuchy/kombinezony, rękawice, maski ochronne FFP3 i gogle, ochroniacze obuwia),
- zgłaszaj obecność padłych ptaków/innych zwierząt do właściwych lokalnych służb porządkowych (np. straż gminna, policja, powiatowy lekarz weterynarii),
- stosuj się do zaleceń miejscowych służb sanitarnych oraz lekarzy, a także do zaleceń organów Inspekcji Weterynaryjnej, służb ochrony środowiska na terenach występowania ognisk zakażeń wśród ptaków w Polsce i za granicą,
- szczep się regularnie co roku przeciwko grypie sezonowej - może zmniejszyć to ryzyko zmienności wszelkich, w tym odzwierzęcych, wirusów grypy w organizmie człowieka oraz uchronić przed ciężkim przebiegiem zakażenia (rekomendacja WHO oraz ECDC),
- dbaj o bezpieczeństwo zwierząt domowych - w 2023 r. wystąpiło ognisko grypy ptaków wśród kotów domowych w kilku województwach w Polsce, dlatego:
  - po przyjeździe do domu od razu zabezpieczaj buty przed dostępem zwierząt domowych
  - czyść/dezynfekuj obuwie każdorazowo po powrocie do domu
  - zachowuj warunki higieniczne przy przygotowaniu posiłków dla zwierząt domowych
  - jeśli u zwierzęcia domowego pojawią się nietypowe objawy choroby, zgłoś się z nim niezwłocznie do lekarza weterynarii

jeśli pojawiają się u Ciebie niepokojące objawy grypopodobne (albo inne nietypowe, w tym neurologiczne) – zgłoś się do lekarza i poinformuj go o kontakcie

### **Więcej informacji**

Więcej informacji nt. grypy oraz zakażeń wirusami grypy ptaków i zalecanej profilaktyki znajduje się na stronie internetowej <https://www.gov.pl>.