

**СОСТОЈБА СО ГРИП ВО РЕПУБЛИКА С. МАКЕДОНИЈА,
СЕЗОНА 2025/2026
(41 недела, до 12.10.2025)**

НЕДЕЛНИ ПОДАТОЦИ

Епидемиолошки надзор

Во текот на **41-вата недела од 2025 година** (од 06-12.10.2025), во Република Северна Македонија, пријавени се 79 случаи ($I=4,3/100.000$ жители) на групни пријави за заболени од грип/ заболувања слични на грип. За споредба, во 41-вата недела од минатата сезона, регистрирано беше 31 заболено лице (зголемување од 2,5 пати), додека во однос на моделот за последните 15 сезони ($n=47$), се регистрира зголемување од 67,9%.

Заболените лица оваа недела се регистрирани во Гостивар – 38, Куманово – 18, Македонски Брод – 11, Тетово – 8, Струмица – 2, Неготино и Штип – по 1.

Во однос на возраста, од 15-64 години се регистрирани 62 лица, лица над 65 години – 14, од 0-4 години – 2 и од 5-14 години – едно лице.

Пријавената инциденца е под неделната граница на сезонската активност на вирусот на грип ($I=22,03/100.000$), односно сè уште не е достигнат прагот на влез во сезоната на грип.

Вирусолошки надзор

Во текот на 40-та извештајна недела, во вирусолошката лабораторија на ИЈЗ РСМ, пристигнаа 38 материјали од рутинскиот и САПИ надзор за лабораториско тестирање, паралелно тестирани за Influenza, SARS-CoV-2 и/или RSV.

Од вкупно тестираните материјали, не се детектирани позитивни примероци на грип. Регистриран е еден позитивен резултат за SARS-CoV-2.

ЕПИДЕМИОЛОШКИ КОМЕНТАР

Бројот на заболувања слични на грип е на меѓусезонско ниво, карактеристично за овој период од годината.

ОПШТИ МЕРКИ НА ПРЕВЕНЦИЈА

*Извор: <https://sezonskigrip.mk/>

Општите мерки за заштита од грип се насочени кон сите акутни респираторни заболувања и може да се од голема корист, особено ако се применуваат во текот на целиот зимски период:

- Да се избегнува собирање и престој во простории каде престојуваат повеќе луѓе, особено да се избегнува близок контакт со луѓе кои се болни или сомнителни – кашлаат, киваат, имаат покачена телесна температура.
- Често да се мијат рацете со вода и сапун или дезинфекционо средство.
- Да се загреваат просториите за престој и често да се проветруваат.
- Препорачливо е топло, слоевито облекување, топли бањи.
- Да се пијат топли напитки (чаеви и супи), овошни цедени сокови, вода со лимон.

- Да се земаат свежи продукти богати со витамини и минерали, најдобро овошје и зеленчук кои му се неопходни на организмот. Особено се пожелни продукти богати со витамин Ц (цитрони, лимони, портокали). Доколку не се располага секогаш со свежи прехранбени продукти, може да се користат и мултивитамински напитоци и препарати.
- Практикување здрав начин на живот и навики, вклучително добар сон и одмор, здрава храна, одржувајте физичка и психичка активност, намалете го стресот.

Силниот имунитет ќе ви помогне да останете здрави или полесно да се справите со грипот и заболувањата слични на грип. Сепак, дури и да сте совршено здрави и да имате силен имунитет, може да заболите од грип или заболување слично на грип.

Што доколку се разболите од грип?

Следете ги следните препораки:

- Останете дома и не одете на работа, во училиште или на места каде има многу луѓе.
- Одморајте се и земајте многу течности и лесна храна.
- Избегнувајте блиски контакти со лицата со кои живеете, не примајте посети додека сте болни.
- Покријте го носот и устата со шамивче при кашлање и кивање. По употреба, фрлете ги во корпа за отпадоци.
- Носете заштитна маска кога контактирате со своите блиски во домот, кога кашлате и кивате.
- Практикувајте често и темелно миење на раце со топла вода и сапун.
- Користете влажни марамчиња кои содржат алкохол или средство за дезинфекција на рацете.
- Избегнувајте допирање на очите, носот и устата со раце.
- Често проветрувајте ја просторијата каде престојувате додека сте болни.
- Одржувајте ја чиста вашата околина – предмети, површини со средства за хигиена на домот.
- Ако сте над 65 години или имате хронични заболувања, или доколку симптомите на болеста се влошуваат или траат повеќе денови – побарајте лекарска помош.

ВАКЦИНАЦИЈА ПРОТИВ ГРИП

Вакцинацијата против сезонски грип е најефикасна заштита од ова заболување. Институтот за јавно здравје препорачува вакцинација на целото население, особено на лица кои припаѓаат на т.н. ризични групи (согласно препораките на СЗО):

- Постарите лица (над 65 години)
 - Деца на возраст од 6-59 месеци
 - Лица постари од 6 месеци со хронични болести
 - Бремени жени, и
 - Здравствени работници.
- ❖ За сезоната 2025/2026, Министерството за здравство обезбеди бесплатна четиривалентна вакцина во вкупна количина од 80.000 дози, наменета за приоритетни групи население. Вакцинацијата започнува на 16.10.2025 година и ќе се спроведува во Центрите за јавно здравје (ЦЈЗ) со нивните Подрачни единици (ПЕ) и/или Здравствените домови. Вакцинацијата на здравствените работници ќе се спроведува во Институтот за јавно здравје. Закажувањето за бесплатните вакцини се одвива преку веб страната www.vakcinacija.mk.
- ❖ Дополнителни 2.400 дози комерцијални вакцини се набавени од страна на Центрите за јавно здравје, како вакцини за останатото население кое не спаѓа во горенаведените групи. Истите можат да се добијат за одреден финансиски надомест и ќе се спроведува во Центрите за јавно здравје со нивните Подрачни единици.

ЕВРОПСКИ РЕГИОН

*Извор: <https://erviss.org/>

Согласно извештајот на ERVISS објавен за 40-та недела 2025 година, активноста на вирусот на грип е на карактеристично ниво за овој период од годината.

Стапките на заболување слични на грип (ИЛИ) и/или акутна респираторна инфекција (АРИ) се покачени над основните нивоа во 7 од 27 земји во европскиот регион на СЗО кои испратиле извештај.

Индикаторите за активност на грип и RSV остануваат на меѓусезонско ниво низ целиот Регион.

Индикаторите за активност на SARS-CoV-2 се варијабилни низ земјите во регионот. На регионално ниво, вкупниот процент на позитивност и детекции во надзорот на примарно и секундарно ниво се стабилни или се намалуваат. XFG останува доминантна варијанта на SARS-CoV-2 во Регионот.

***Оддел за епидемиологија на заразни болести
Институт за јавно здравје***