СОСТОЈБА СО ГРИП ВО МАКЕДОНИЈА,
СЕЗОНА 2026/2027
(40 недела, до 04.10.2026)

Со почетокот на 40-тата недела од 2026 година, започнува и следењето на грипот/ заболувањата слични на грип на неделно ниво. Согласно законската регулатива, пријавувањето на грип се врши седмодневно од четириесеттата недела од тековната година до дваесеттата недела следната година, по возрасни групи на Збирна пријава на заболени/ умрени од грип.

НЕДЕЛНИ ПОДАТОЦИ

Епидемиолошки надзор

Во текот на **40-тата недела од 2026 година** (од 28.09-04.10.2026), во Македонија, пријавени се 29 случаи (I=1,6/100.000 жители) на групни пријави за заболени од грип/ заболувања слични на грип. За споредба, во 40-тата недела од минатата сезона, регистрирани беа 26 заболени лица, а во однос на моделот за последните 16 сезони (n=47), се регистрира намалување од 38,4%.

Заболените лица оваа недела се првите случаи пријавени во новата сезона и се регистрирани во Тетово – 19, Куманово, Струмица и Гостивар – по 2 и Кичево, Свети Николе, Македонски Брод и Скопје – по 1.

Во однос на возраста, од 15-64 години се регистрирани 26 лица, 2 лица од 5-14 години и едно лице на возраст над 65 години.

Пријавената инциденца е под неделната граница на сезонската активност на вирусот на грип (I=7,32/100.000), 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 17 материјали од рутинскиот надзор за лабораториско тестирање, паралелно тестирани за Influenza, SARS-CoV-2 и/или RSV.

Од вкупно тестираните материјали, детектиран е еден позитивен примерок за грип – Influenza A(H1)pdm09.

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 напитоци (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 прехрамбени продукти, може да се користат и мултивитаминski 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, 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.

ЕВРОПСКИ РЕГИОН

*Извор: https://erviss.org/

Согласно извештајот на ERVISS објавен за 39-та недела 2026 година, активноста на вирусот на грип е на карактеристично ниво за овој период од годината.

Стапките на синдром на ИЛИ АРИ се над базичното ниво во 2 од вкупно 26 земји од Европскиот регион на СЗО што доставиле податоци оваа недела. Индикаторите за грип остануваат стабилни, на благо покачено ниво, што главно се должи на детекциите во мал број земји.

Индикаторите за SARS-CoV-2 продолжуваат да се зголемуваат и во примарната здравствена заштита и во болничките установи. Кај хоспитализираните случаи е забележан поголем удел на лица на возраст од 65 години и постари.

Регионалните индикатори за респираторниот синцицијален вирус (RSV) остануваат на меѓусезонско ниво.

Оддел за епидемиологија на заразни болести
Институт за јавно здравје