

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Jak ustrzec się przed ptasią grypą ?

Ptasią grypę wywołuje wirus o budowie podobnej do tego, który jest przyczyną "zwykłej" grypy. Charakterystyczne dla wirusów grypy są dwa białka - hemaglutynina (H) i neuraminidaza (N). Stąd szczepy wirusa oznacza się literami H i N; na przykład H5N1 lub H5N7 to właśnie tak zwana "ptasia grypa".

Sam wirus grypy jest średniej wielkości - ma średnicę 110 nanometrów, czyli miliardowych części metra. By się namnażać, potrzebuje żywych komórek. Proces ten jest daleki od doskonałości, stąd ciągle pojawiają się drobne mutacje zmieniające wirusa. To z ich powodu powstają nowe odmiany i co roku trzeba się szczepić. Jednak gdy do jednej komórki trafią dwa różne wirusy, np. odmiana "zwykła" i ptasia - ich materiał genetyczny może się mieszać i powstaje wirus o nowych właściwościach.

Grypa "zwykła" jest przenoszona drogą kropelkową: drobinki śliny są rozpylane podczas kaszlu lub kichania.

Natomiast ptasią grypą - według Organizacji Narodów Zjednoczonych ds. Wyżywienia i Rolnictwa (FAO) - można się zarazić poprzez kontakt z chorym ptactwem (dzikim lub hodowlanym) lub jego odchodami. Wirus może być przenoszony m.in. na obuwiu, pojazdach, ubraniu, które znajdowały się na terenie targu zwierzęcego lub ferm drobiu, i zostały skażone.

Może się też przenosić za pośrednictwem żywności, np. drobiu mrożonego. Bezpieczna jest tylko żywność poddana obróbce termicznej; pieczenie czy gotowanie niszczy wirusa, natomiast surowe jajka czy żółtka mogą być niebezpieczne. Nie znaczy to jednak, że można jeść gotowane lub smażone mięso chorych lub podejrzanych o chorobę ptaków; bezwzględnie powinno być ono zniszczone.

Według FAO, należy unikać nie tylko kontaktu z zakażonym drobiem, ale nawet z klatkami i innymi przedmiotami, które mogły mieć styczność z ptasimi odchodami.

Część specjalistów, m.in. z WHO, uważa, że warto się zaszczepić przeciwko "zwykłej" grypie, co pozwoli złagodzić przebieg ewentualnej ptasiej grypy i zapobiec zagrażającym życiu powikłaniom. Dostępne leki przeciwwirusowe, które są dość drogie (ponad 200 zł za opakowanie), głównie łagodzą przebieg choroby. By uchroniły przed zachorowaniem, należałoby przyjmować je przez długi czas. Nadal jednak nie ma pewności, czy byłyby skuteczne w przypadku zmutowanego wirusa.

Tymczasem wciąż brak szczepionki, która chroniłaby właśnie przed ptasią grypą. Prace nad taką szczepionką wciąż trwają.

Jednak szczepienie to nie jedyna rzecz, którą możemy zrobić, by ustrzec się zakażenia. WHO zaleca, by jak najczęściej myć ręce mydłem lub innym detergentem; nie wystarczy bowiem mycie rąk samą wodą. Również przy dezynfekcji przedmiotów i pomieszczeń do zniszczenia wirusa potrzebna jest woda z dodatkiem detergentów. Sama czysta woda jest dobrym środowiskiem dla wirusa, który pozostaje w niej aktywny przez dłuższy czas.

Rezerwuarem wirusa ptasiej grypy są zwłaszcza ptaki wodne - kaczki i gęsi, hodowane w południowo-wschodniej Azji. Z powodu ptasiej grypy zmarło od końca roku 2003 ponad 60 osób, głównie w Wietnamie, Tajlandii, Kambodży i Indonezji. Były to przeważnie osoby związane z hodowlą drobiu, najprawdopodobniej wirus dostał się do ich dróg oddechowych.

Polscy specjaliści m.in. z Państwowego Instytutu Weterynaryjnego w Puławach (Lubelskie) prowadzą stały nadzór zarówno dzikiego ptactwa, jak i hodowanego na farmach drobiu. Jak dotąd, nie wykryli w Polsce obecności wirusa ptasiej grypy.

[PAP - Nauka w Polsce, Paweł Wernicki, Joanna Strojna](#)

Skomentuj na forum

<https://laboratoria.net/aktualnosci/4056.html>



12-05-2026

[Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości](#)

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

[Kleszcz to tylko pośrednik](#)

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

[Jak rower zmienił świat](#)

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

[Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...](#)

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

[Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#)

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

[Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

Informacje dnia: [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

Partnerzy