

Atvėsus orams, ypač žiemą ir ankstyvą pavasarį, kasmet padidėja sergamumas per aplinką ar gaminant užterštą maistą plintančiomis virusinėmis žarnyno infekcinėmis ligomis, dažniausiai rotavirusiniu, norovirusiniu ir adenovirusiniu enteritais. Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos Panevėžio departamento specialistai šaltuoju metų laikotarpiu ragina ypač atsakingai rūpintis savo ir vaikų rankų higiena, kadangi pavieniai infekcijų atvejai registruojami visus metus, o sezoninio infekcijos plitimo metu dažniau registruojami protrūkiai šeimose bei vaikų kolektyvuose.

Infekcijos šaltinis sergantis žmogus

Dažniausiai ligos sukėlėjus platina viduriuojantys ligoniai. Virusus aplinkoje gali platinti ir kiti asmenys, kuriems infekcija nepasireiškia išreikštais klinikiniais požymiais. Nuo gyvūnų neužsikrečiama, nes tarp gyvūnų cirkuliuojančių virusų padermės žmogui nepatogeniškos.

Nustatyta, kad 1 gramu išmatų gali būti 10-100 mlrd. virusų. Ligai išsivystyti pakanka tik dešimties viruso dalelių. Dėl to viruso plitimas fekaliniu – oraliniu būdu yra labai aktyvus. Didžiausi virusų kiekiai išsiskiria ūmiu ligos periodu, tačiau virusų išskyrimas gali užtrukti ir jau pasveikus.

Ligos pradžia ūmi

Pirmieji virusinių žarnyno infekcinių ligų simptomai dažniausiai pasireiškia praėjus 1-3 dienoms po užsikrėtimo. Ligos pradžia ūmi: vandeningas dažnas viduriavimas, karščiavimas iki 39 C°, pykinimas, vėmimas. Tai sukelia dehidrataciją, elektrolitų disbalansą. Dažniau ir sunkiau serga jaunesni nei 5 metų amžiaus vaikai.

Kaip apsisaugoti nuo šių susirgimų?

Patikimiausia specifinė rotavirusinės infekcijos profilaktika – skiepijimai rotavirusine vakcina. Šia vakcina kūdikiai jau skiepijami valstybės lėšomis pagal profilaktinį vaikų skiepijimo kalendorių. Nuo kitų virusinių žarnyno infekcinių ligų vakcinų nėra, tad svarbios nespecifinės profilaktikos priemonės, kuriomis galima sumažinti šių ligų plitimą vaikų kolektyvuose ir šeimose:

- Rankų higiena – pagrindinė profilaktikos priemonė, mažinanti šių infekcijų plitimo riziką. Plaunant rankas su muilu, nuo jų pašalinama beveik 95 proc. žmogui patogeninių bakterijų ir virusų. Rankas plauti būtina ne tik pasinaudojus tualetu ar po sąlyčio su ligonio išmatomis, bet grįžus iš parduotuvės, po važiavimo visuomeniniu

transportu, kiekvieną kartą prieš valgį ir maisto gaminimą. Kol maži vaikai nesugeba patys nusiplauti tinkamai rankų, tai turėtų daryti kolektyvuose personalas, o namuose – tėvai;

- Jei vaikas suviduriavo, apsivėmė, patariama tokio vaiko neleisti į darželį ar kitus vaikų susibūrimus. Sergantysis virusus išskiria vidutiniškai 7 dienas, todėl vaiko į kolektyvą nereikėtų leisti, kol yra klinikiniai ligos simptomai ir dar kelias dienas;
- Ligonio namuose reikėtų paskirti atskirą kambarį ar jo dalį. Kambarį, kuriame guli ligonis, būtina gerai vėdinti. Sergančiojo slaugai naudoti kuo daugiau vienkartinį slaugos priemonių;
- Tualetą ir ligonio kambarį valyti atskirais įrankiais, šluostėmis, naudojant chloro turinčias dezinfekcines medžiagas;
- Saugiai šalinti sergančiojo kūdikio sauskelnes, atskirai laikyti ir skalbti nešvarius ligonio rankšluosčius, rūbus. Išdžiovintus skalbinius gerai išlyginti karšta laidyne;
- Vaiko žaislus plauti muilo ar sodos tirpalu, skalauti tekančiu vandeniu, išdžiovinti.

