

Kokios virusinės žarnyno infekcinės ligos sparčiai plinta šeimose?

Žiemos laikotarpis ypatingas tuo, kad kasmet padaugėja virusinių žarnyno infekcijų. Visi viruso sukelti ligos simptomai iš pradžių panašūs į gripo. Visuomenės sveikatos centro specialistai primena, kad šios ligos yra užkrečiamos, todėl gali kilti dideli jų protrūkiai. Daugiausiai virusinėmis žarnyno infekcijomis serga mokiniai, mokytojai, socialiniai darbuotojai, ir kiti asmenys, kasdien būnantys žmonių susibūrimo vietose, kur didesnė rizika užsikrėsti.

Virusų sukeltas viduriavimas yra gana pavojingas sveikatai ir jis vienodai vargina tiek suaugusiuosius, tiek vaikus. Šie susirgimai pavojingi tuo, kad sukelia karščiavimą, gausų viduriavimą ir vėmimą, dėl ko žmogus netenka daug skysčių ir vystosi dehidratacija.

Virusinių žarnyno infekcinių ligų sukėlėjai, yra įvairūs patogeniški virusai, kurie išsiskiria su žmogaus išmatomis. Vieni jų, patekę į žmogaus organizmą pažeidžia plonąjį žarnyną, sukeldami vėmimą ir viduriavimą:

- Rotavirusai;
- Kalicivirusai (norovirusai, žmogaus kalicivirusai, astrovirusai, parvovirusai);
- Koronavirusai;
- Torovirusai.

Kiti žarnyno virusai kenkia kitiems organams, o viduriavimas pasireiškia tik kaip vienas iš ligos simptomų. Tai:

Enterovirusai, kurie gali sukelti nervų sistemos pakenkimus, kvėpavimo takų sistemos, raumenų, odos, akių, rečiau virškinamojo trakto susirgimus;

Adenovirusai pirmiausia pažeidžia plonąjį žarnyną, sukeldami viduriavimą, taip pat jie sukelia kvėpavimo takų, akių, urogenitalines (šlapimo pūslės ir lytinių organų) infekcijas ir kt.

Virusai, sukeltys žarnyno infekcijas yra stabilūs ir gali ilgą laiką išgyventi aplinkoje. Ant durų rankenų, vandens čiaupo, kitų kietų paviršių, užkrėstame vandenyje, ant rankų vidutiniškai išgyvena iki 10-15 dienų, išmatose - iki 7 mėnesių. Jie taip pat ištvėria 60-70°C temperatūrą ir užšalimą, yra atsparūs plačiai naudojamiems dezinfektantams, bet jautrūs chlorui bei jų turintiems preparatams. Labiausiai paplitę - rota ar noro virusai.

Rotavirusine infekcija dažniausiai serga vaikai nuo pusės iki 2 metų amžiaus, tačiau pasitaiko ir suaugusiųjų. Užsikrečiama nuo sergančiojo ar viruso nešiojo. Užkratas į žmogaus organizmą dažniausiai patenka per burną su maistu, vandeniu ar nesilaikant asmens higienos per aplinką, nešvarias rankas ir buitinio sąlyčio būdu. Pastebėta, kad šiuo žiemos sezonu rotavirusinėmis žarnyno infekcijomis serga ištisos šeimos. Pernai Kauno apskrityje šeiminių virusinių žarnyno infekcijų protrūkių buvo užregistruota 65, sausio mėnesį - 5. Šiomet tik sausio mėnesį - net 19, iš kurių 17 - rotavirusinių enteritų protrūkiai šeimose.

Ūminės gastroenteropatijos sukeltos Norwalk veiksnio simptomai panašūs į rotavirusinės infekcijos simptomus, tačiau šia liga persergama daug lengviau.

Norovirusu taip pat užsikrečiama per nešvarias rankas, maistą, žaislus ar kitus buitines daiktus. Dažnai užsikrečiama per noravirusu užkrėstą maistą, po to virusas gali plisti žmogui nuo žmogaus. Užsikrėtę virusu, serga ir vaikai, ir suaugusieji. Didžiąjai daliai žmonių užsikrėtus noravirusu, jokių ligos simptomų gali ir nebūti, tad tokie žmonės yra pavojingi aplinkiniams, nes šį virusą gali perduoti kitiems patys to nežinodami. Persirgus noravirusu įgyjamas tik trumpalaikis imunitetas, todėl šia liga galima vėl susirgti. Ja dažniau serga paaugliai ir suaugusieji. Ligoniai viduriuoja, jiems skauda galvą, pakyla temperatūra, rečiau - vemia. Ūminės gastroenteropatijos sukeltos Norwalk veiksnio dažniau buvo diagnozuojamos praėjusių metų sausio mėnesį. Šių metų sausio mėnesį nustatytas tik vienas šio susirgimo atvejis.

Inkubacinis ligos periodas (laikotarpis nuo užsikrėtimo iki pirmųjų ligos simptomų pasireiškimo) rotavirusinio gastroenterito yra 24 - 72 val., noravirusinio - 24 - 48 val. Ligos simptomai vidutiniškai tęsiasi 2 - 3 dienas. Pradžia dažniausiai ūminė. Ligonį vargina viduriavimas, vėmimas, pakyla temperatūra. Vaikams rotavirusinio gastroenterito metu gali būti stebimi ir viršutinių kvėpavimo takų katariniai simptomai (kosulys, sloga, gerklės skausmai).

Siekiant išvengti virusinių žarnyno infekcijų, visuomenės sveikatos centro specialistai pataria:

1. Laikytis asmens ir rankų higienos. Kruopščiai ir dažnai plauti rankas muilu ir vandeniu prieš valgant, gaminant valgi, po tualetu, grįžus iš lauko, po kontakto su gyvūnais, keičiant kūdikiui sauskelnes, slaugant ligonius, pagyvenusius asmenis ir kt. atvejais.
2. Vartojimui, maisto ruošimui naudoti tik švarų vandenį. Tinkamai šiluma apuošti maistą, o gaminant patiekalus iš žalių maisto produktų būtina išvengti kryžminės taršos. Kruopščiai plauti daržoves, vaisius, uogas, maisto paruošimui naudojamą inventorių bei gamavimo vietos paviršius.
3. Laikytis visapusiškos asmens higienos tiek ligoniui tiek jį slaugančiam asmeniui:
 - ligonis turi būti izoliuotas, t. y. jam paskirti atskirą gerai vėdinamą kambarį ar jo dalį;
 - tualetas ir ligonio kambarys turi būti valomi atskirais įrankiais, šluostėmis naudojant chloro turinčias dezinfekcines medžiagas;
 - ligonis ir jį slaugantys asmenys turi dažnai ir kruopščiai plauti rankas su muilu;
 - ligonis turi naudotis atskirais indais, asmens higienos priemonėmis, rankšluosčiais (jei yra galimybė, naudoti vienkartinės priemonės);
 - naudotus ligonio baltinius, rankšluosčius reikia laikyti ir skalbti atskirai. Išdžiovintus skalbinius gerai išlyginti karšta laidyne;
 - vaiko žaislus plauti muilo-sodos tirpalu, gerai nuskalauti tekančiu vandeniu ir išdžiovinti;
 - neleisti sveikų vaikų artimai bendrauti su ligoniu;
 - sergančių vaikų neleisti į ugdymo įstaigą, kad neužkrėstų sveikų vaikų;
 - sergant negaminti maisto, nedirbti darbo, susijusio su sveikatos priežiūros veikla, vaikų, jaunuolių mokymu, auklėjimu.

Pajutus pirmuosius užkrečiamosios ligos požymius: pykinimą, vėmimą, viduriavimą, pilvo skausmus, karščiavimą, būtina kreiptis į savo šeimos gydytoją.