



SVEIKAS SAULĖS MIESTAS

ORO LAŠELINIŲ BŪDU PLINTANČIOS LIGOS

Oro-lašinis (kai kurių ligų atveju - dulkių) kelias būdingas infekcinėms ligoms, kurių sukėlėjai dauginasi kvėpavimo takuose: gripas, kokliušas, vėjaraupiai, kokliušas, raudonukė, tuberkuliozė ir kt. Ligos sukėlėjai išsiskiria iš organizmo su seilėmis, užsikrečiama įkvėpus.

GRIPAS – tai ūminė kvėpavimo takų infekcija, kurią gali sukelti A, B, C gripo virusai. Gripas sukelia ūmią ligą ir yra pavojingas dėl sukeliamų komplikacijų. Kasmet gripu suserga 5-10 proc. gyventojų. Lietuvoje sergamumas gripu padidėja rudenos-žiemos sezonu.

Užsikrečiama – nuo užsikrėtusio ir sergančio žmogaus. Gripo virusas plinta kartu su seilių dalelėmis čiaudint, kosint. Seilių dalelės pasklinda ore, nusėda ant paviršių. Į kito žmogaus organizmą jos patenka įkvėpus arba užterštomis rankomis palietus akių, nosies, burnos gleivinę.

Užsikrėtęs gripo virusu žmogus suserga vidutiniškai per 48 val.

Simptomai – aukšta temperatūra (aukštesnė nei 38 C.), sausas kosulys, gerklės, galvos, ir raumenų skausmas, nuovargis, silpnumas. Retai pasitaikantys gripo simptomai yra šleikštulys, vėmimas, pilvo skausmas, viduriavimas.

Kaip apsaugoti nuo gripo?

- ✧ Dažnai plauti rankas;
- ✧ Vengti sąlyčio su sergančiais asmenimis;
- ✧ Vengti masinio žmonių susibūrimo vietų;
- ✧ Kosint ir čiaudint prisidengti burną;
- ✧ Neplautomis rankomis stengtis neliesti akių, nosies ir burnos;
- ✧ Gerai vėdinti patalpas;
- ✧ Susirgus kreiptis į amšnes sveikatos priežiūros įstaigą, gerti daug skysčių, likti namuose.

TUBERKULIOZĖ – tai infekcinė liga, kurią sukelia tuberkuliozės mikrobakterija. Pagrindinis TB šaltinis yra žmogus sergantis atvira plaučių TB. Infekcija dažniausiai pažeidžia plaučius, bet taip pat gali pažeisti ir kitus žmogaus organus ar audinius: smegenis, inkstus, kaulus ir stuburą. Negydomas TB sergantis žmogus gali mirti.

Užsikrečiama - TB mikrobai patenka į orą, kai plaučių TB sergantis žmogus kalba, kosti ar čiaudi. Priklausomai nuo aplinkos, taip išskirti mikrobai ore gali išlikti kelias valandas. Žmogus, įkvėpęs TB mikrobais užteršto oro, gali tapti infekuotu.

Simptomai - sunkus kosulys, trunkantis 3 ar daugiau savaičių, skausmas krūtinėje, skreplių ar kraujo atkosėjimas, silpnumas ar nuovargis, svorio kritimas, apetito stoka, drebulys, karščiavimas, naktinis prakaitavimas.



Kaip apsaugoti nuo tuberkuliozės?

Pagrindinė apsaugojimo nuo tuberkuliozės priemonė – skiepai.

● **KOKLIUŠAS** - tai ūmi infekcinė liga, kuriai būdingi spazminiai kosulio priepuoliai. Susirgus šia liga pirmaisiais gyvenimo metais gali būti pavojingų komplikacijų.

Užsikrečiama – ligą sukelia bakterija, Žmogus yra vienintelis kokliušo infekcijos šaltinis. Užsikrėtęs kokliūšu žmogus susergera per 5–21 dieną (dažniausiai per 7–10), bet inkubacinis laikotarpis gali užsitęsti ir iki 42 dienų. Kokliušas plinta oro lašiniu būdu, t.y., kai sveikas imlus žmogus įkvepia greta esančio infekcijos šaltinio išskirtų kokliušo lazdelių. Kokliušo lazdelės išsiskiria su mažiausiais seilių lašeliais ligoniui kalbant, čiaudint, ypač – kosint. Kokliūšu serga įvairaus amžiaus vaikai, ypač greitai užsikrečia kūdikiai ir naujagimiai, bet dažniausiai serga vaikai nuo 1 iki 5 metų. Daugiausiai sergančiųjų vėlyvą rudenį, žiemą ir ankstyvą pavasarį.

Simptomai – pradžioje pakyla kūno temperatūra, vaikas pradeda kosėti. Liga vystosi laipsniškai vis stiprėjant simptomams. Ilgainiui kosulys tampa priepuoliniu. Sergant kokliūšu, toks kosulio priepuolis gali tęstis nuo kelių net iki keliolikos minučių, neretai priepuoliai baigiasi vėmimu. Per parą gali ištikti nuo kelių iki keliolikos ar net kelių dešimčių tokių priepuolių. Sergant itin sunkiomis kokliušo formomis galimi smegenų pažeidimai, sąlygojantys ilgalaikius neurologinius liekamuosius reiškinius ir net mirtį.

Kaip apsaugoti nuo kokliušo?

Pagrindinė apsaugojimo nuo kokliušo priemonė – skiepai.

● **VĖJARAUPIAI** - tai ūminė virusinė liga, pasireiškianti karščiavimu, pūsleliniu odos ir gleivinių bėrimu. Dažniausiai šia liga serga ikimokyklinio amžiaus vaikai, tuomet persergama lengva šios ligos forma. Suaugę žmonės vėjaraupius išstveria kur kas sunkiau, nes komplikacijų išsivystymo rizika suaugusiems, sergantiems vėjaraupiais, yra daug kartų didesnė nei vaikams. Itin vėjaraupių infekcija pavojinga kūdikiams ir nėščioms moterims bei tiems, kurių imunitetas yra nusilpęs.

Užsikrečiama - Užsikrečiama nuo sergančiojo vėjaraupiais, kai sergantysis kosti, čiaudo ar net kalba. Galima užsikrėsti ir tiesiogiai per odą, liečiant bėrimus (tiek nuo sergančiojo vėjaraupiais, tiek juosiančia pūsleline), jei serga nėščioji – per placentą. Virusas yra itin lakus, gali pasklisti po visą pastatą, tačiau jautres ultravioletiniams spinduliams, lauke greitai žūva, todėl užsikrečiama tik uždaroje patalpose.

Simptomai - ligos pradžia ūmi. Iš pradžių pasireiškia karščiavimas, silpnumas, bloga savijauta. Vėliau pradeda berti dėmelėmis, kurios virsta pūslelėmis, pripildytomis skaidraus skysčio. Bėrimui būdinga kaita: iš pradžių atsiranda rausva dėmelė, vėliau – iškilimas, tuomet susidaro pūslelė su skaidriu skysčiu, kuriai džiūnant, užsideda šašas. Beria bangomis kas 1 - 2 dienas, todėl viename plote galima pamatyti visų stadijų bėrimo elementus.



Išbertas vietas labai stipriai niežti. Pūslėlės dažniausiai atsiranda plaukuotoje galvos dalyje, ant veido, liemens, galūnių, gleivinės (burnos, akių, lyties organų). Persirgusiems vėjaraupiais susidaro patvarus, ilgalaikis imunitetas. Pakartotinai sergama retai (ne daugiau kaip 2–3 proc. atvejų).

Kaip apsisaugoti nuo vėjaraupių?

Pagrindinė apsisaugojimo nuo vėjaraupių priemonė – skiepai.

● **RAUDONUKĖ** - tai ūmi virusinė infekcija, Vaikams raudonukė – visiškai nesunki liga: visi klinikiniai simptomai lengvi, liga greitai praena, komplikacijos itin retos.

Užsikrečiama - Infekcijos šaltinis – sergantieji raudonuke. Labiausiai užkratą jie platina tuomet, kai būna išberti, tačiau virusus į aplinką išskiria ir keletą dienų iki ir po bėrimo. Iš sergančiojo organizmo raudonukės virusas išsiskiria apie dvi savaites: iki 10 dienų prieš atsirandant bėrimams ir kelias dienas išbėrus. Raudonukė nėra sunki liga, bėrimas būna sunkiai pastebimas, todėl kartais žmonės ja perserga patys to nežinodami.

Simptomai - Inkubacinis raudonukės periodas trunka 15–24 dienas. Vaikai ar suaugusieji ja perserga nesunkiai: 2–3 dienas karščiuoja, atsiranda bėrimas, kuris trunka nuo kelių valandų iki 2–3 dienų. Sergant raudonuke dažnai padidėja pakaušio limfmazgiai, tačiau tai nėra patikimas diagnostikos požymis. Ši liga labai pavojinga nėščiosioms, nes galimas vaisiaus apsigimimas, vadinamasis įgimtos raudonukės sindromas. Kuo ankstesniu nėštumo metu susergama, tuo apsigimimai sunkesni.

Kaip apsisaugoti nuo raudonukės?

Pagrindinė apsisaugojimo nuo raudonukės priemonė – skiepai.



Parengta pagal nacionalinio visuomenės sveikatos centro parengtą medžiagą, visuomenės sveikatos specialistė Simona Gelžinienė, el. paštas: simona.gelziniene@sveikatos-biuras.lt, mob. +37062741643