



SVEIKAS SAULĖS MIESTAS

ĮTARI ŽARNYNO INFEKCIJĄ?

KAIP ELGTIS?

Nacionalinis visuomenės sveikatos centras (NVSC) informuoja, kad žarnyno infekcinės ligos registruojamos visus metus, tačiau šaltuoju metų laikotarpiu dažniau sergama virusinės kilmės žarnyno ligomis, viena labiausiai paplitusių – rotavirusinė infekcija.

Kaip užsikrečiama?

- Rotavirusas gali būti aptinkamas užsikrėtusio žmogaus išmatose jau 2 dienas iki simptomų atsiradimo ir dar iki 10 dienų po to, kai jie sumažėja. Visą užsikrėtimo laiką virusas į aplinką plinta per neplautas, ar netinkamai nuplautas rankas ir užterštus daiktus.

Kokie ligos požymiai?

- Rotaviruso inkubacinis laikotarpis (laikotarpis nuo žmogaus užsikrėtimo iki pirmųjų ligos simptomų atsiradimo) vidutiniškai 2 dienos.
- Liga prasideda ūmiai. Pagrindinis ankstyvasis simptomas – vėmimas, kuris tęsiasi nuo 2 iki 6 dienų, 3-4 kartus per parą.
- Kiek vėliau ligonis pradeda viduriuoti, net iki 20 kartų per parą, išmatos skystos arba pusiau skystos. Kartu gali būti ir lengvų viršutinių kvėpavimo takų uždegimo požymių. Daugelis ligonių karščiuoja iki 37,8 °C, ar labai aukšto ir trunka iki 3-4 dienų.
- Kadangi ikimokyklinio amžiaus vaikai labai imlūs šiai infekcijai, todėl ji lengvai plinta kolektyvuose. Jei vaikas suviduriavo, vėmė, patariame tokio vaiko neleisti į darželį.



ŽARNYNO INFEKCIJŲ PLITIMĄ REGULIUOJANČIOS PRIEMONĖS:



Plautis rankas. Rankas reikėtų plauti šiltu vandeniu ir muilu, ne tik pasinaudojus tualetu ar po sąlyčio su ligonio išmatomis, bet grįžus iš parduotuvės ar kitos viešos vietos, po važiavimo visuomeniniu transportu, taip pat visada prieš valgant ir gaminant maistą. Maži vaikai dažnai nesugeba patys tinkamai nusiplauti rankų, todėl jiems turėtų padėti suaugusieji.



Sergančio vaiko nevesti į darželį. Ikimokyklinukai yra labai imlūs rotavirusinei infekcijai. Sergantysis virusą platina vidutiniškai 7 dienas.



Ligonį izoliuoti. Sergančiajam namuose reikėtų paskirti atskirą kambarį arba bent jau jo dalį. Patalpa, kurioje būna ligonis, turėtų būti gerai vėdinama.



Kruopšti higiena. Tualetas ir kambarys, kuriame būna ligonis, turėtų būti valomas atskirais įrankiais, šluostėmis. Rekomenduojama naudoti dezinfekcines medžiagas, kurių sudėtyje yra chloro. Svarbu atskirai laikyti ir skalbti nešvarius ligonio drabužius, rankšluosčius. Prieš tai juos patariama 15 min. pavirinti su skalbimo milteliais, o išdžiovinus išlyginti karštu lygintuvu. Vaiko žaislus reikėtų plauti muilo arba sodos tirpalu, po to nuskalauti po tekančiu vandeniu ir išdžiovinti.

Parengė visuomenės sveikatos specialistė Simona Gelžinienė pagal NVSC informacinę medžiagą,
Mob. +37062741643 , el, paštas: simona.gelziniene@sveikatos-biuras.lt