



Ветряная оспа – о болезни и профилактике

Заболевание, вызываемое инфекционным агентом – вирусом герпеса третьего типа

Варианты заражения

Источником инфекции может быть только человек и заразиться от него могут только люди. От больных здоровым вирус передается по воздуху, через контакт отделяемого пузырьков больного человека со слизистыми оболочками здорового, от беременной матери плоду через плаценту.

Ветряная оспа – заболевание преимущественно детского населения и переболевают им дети чаще всего в возрасте от двух месяцев до десяти лет, в связи с их нахождением в организованных коллективах с наличием тесных контактов (детские сады, школы). Риск заражения не привитого и не переболевшего человека близок к 100%.

Проявления болезни

Период от инфицирования до первых проявлений болезни составляет от 11 до 23 дней. Разгар болезни характеризуется подъемом температуры и возникновением сыпи, сопровождающейся сильным зудом. Сыпь может проявляться на коже туловища, шеи, лица и конечностей (кроме ступней и ладоней), иногда на слизистых оболочках половых органов и полости рта. Большой является заразным за два дня до появления первых элементов и до пятого дня после появления последнего элемента. После выздоровления вирус скрывается в ганглиях нервов спинного мозга и сохраняет-

ся там на всю жизнь человека, обеспечивая постоянную выработку антител против него и, таким образом, по жизненный иммунитет против ветряной оспы.

Осложнения заболевания

Ветряная оспа у детей и взрослых протекает схоже, но у взрослых осложнения развиваются чаще.

Наиболее частые осложнения: воспаление спинного мозга, мягких мозговых оболочек, тканей головного мозга, роговицы глаза, стеноизирующий ларинготрахеит, сопровождающийся дыхательной недостаточностью, ветряночная пневмония.

Профилактика заболевания

К основным профилактическим мероприятиям относятся: мытье рук и лица с мылом после общения с больными, частое проветривание помещений (не менее 4-х раз в день), влажная уборка помещения, где находится больной (дважды в день), предупреждение заноса инфекции в организованные детские коллективы путем организации карантина (детям, которые контактировали с больными, ограничивают контакт друг с другом на 21 день. В случае если день контакта с больным точно определен, ребенок не допускается в детский коллектив с 11 по 21 день после контакта).

Активная иммунизация проводится вакциной «Варилрикс». От ветряной оспы следует прививаться дважды. Детям рекомендуется прививаться в возрасте 12–15 месяцев и в 4–6 лет. При вакцинации детей младше

13 лет рекомендуемый интервал между прививками составляет 3 месяца. Подросткам и взрослым также рекомендуется прививаться два раза с интервалом между прививками не менее 4-8 недель.

Вакцинация не болевшим взрослым настоятельно рекомендуется, если они работают в медицинском учреждении, совместно проживают с лицами, страдающими тяжелыми хроническими заболеваниями, работают в коллективе, планируют беременность, призываются на военную службу.

После контакта с больным человеком или носителем всем не болевшим и не привитым ранее лицам рекомендована вакцинация в течение первых 72 часов, но допустимо выполнить прививку в первые 5 суток. Вторая прививка от ветрянки делается в описанные выше периоды.

Пассивная иммунизация проводится специфическими иммуноглобулинами (антителами) против ветряной оспы рекомендована детям и взрослым, кто был в контакте с больным или носителем, но относится к группе риска (лица с иммунодефицитами, дети года жизни, недоношенные дети, беременные женщины) и ранее не болел, не вакцинировался или данные о предшествующей болезни / вакцинации неизвестны.

Врач-эпидемиолог филиала Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области в Чкаловском районе города Екатеринбурга, городе Половской и Сысертском районе» Лялин Е.В.

«Диагноз EVALI»

Использование электронных сигарет и вейпов в мире породило новую болезнь – повреждение легких, ассоциированное с курением электронных сигарет и вейпов

Электронные сигареты были запатентованы в 2003 году и изначально задумывались как разновидность никотинзаместительной терапии (аналог никотиновых пластырей) или более здоровая альтернатива курению табака для людей, стремящихся бросить курить. Однако идея не сработала: в настоящее время они являются одним из основных средств потребления никотина, особенно популярного среди молодежи.

Резкое увеличение числа случаев осложнений, связанных с употреблением электронных сигарет и вейпов, было зафиксировано в США в 2019 году. С тех пор в США от этого опасного и тяжелейшего недуга только по данным официальной статистики пострадали более трех тысяч человек, из них десятки человек погибли. Сотни человек на всю жизнь стали инвалидами. Эксперты считают, что больных гораздо больше и их количество со временем будет расти.

В чем опасность электронных сигарет? В составе жидкости для вейпа присутствует все тот же никотин, но помимо него там находятся еще и масла, в задачу которых входит обеспечение процесса «правильного» ее испарения. Пар в электронных сигаретах — это клубы белого ароматного дыма, образующегося за счет добавления в жидкость глицерина, масляного

раствора витамина Е, пропиленгликоля и других добавок. Для организма эти вещества сами по себе не опасны. Однако, попадание капель масла в легкие может обернуться серьезной проблемой. Масло закупоривает мелкие бронхиолы, что препятствует поступлению в легкие кислорода. Нарушается газообмен, что приводит к кислородной недостаточности (гипоксии).

Клиническая картина данного заболевания может сильно отличаться у тех или иных пациентов (скоро всего, это связано с тем, что разные жидкости для вейпов содержат разные химические вещества), тем не менее есть общие симптомы, характерные для EVALI.

Основные симптомы EVALI: повышение температуры, озноб и резкая потеря в весе. Данные симптомы встречаются у 85% заболевших; одышка, боли в груди, кашель – встречаются у 95% больных; проявления болезней желудочно-кишечного тракта (рвота, диарея, боли в животе) встречаются у 77% заболевших; тахикардия (учащенное сердцебиение) встречается более чем у половины больных – 55%.

Как не заболеть EVALI? Единственный надежный способ не заболеть EVALI — это полный отказ от использования вейпов и электронных сигарет. Несмотря на то, что производители электронных сигарет и вейпов позиционировали свою продукцию как безопасную альтернативу традиционному курению, на практике это оказалось не так: они смертельно опасны. И, помните, что безопасного курения не существует!

Как лечить ОРВИ?

Самое главное – облегчить симптомы и избежать развития осложнений

Лечение ОРВИ в большинстве случаев симптоматическое: высокая температура — жаропонижающие средства; настойка — солевые растворы и по необходимости сосудосуживающие препараты; при кашле, боли в ушах, в горле иногда назначают соответствующие препараты.

Нужно ли использовать противовирусные препараты?

При всех ОРВИ противовирусные не назначаются. При гриппе можно применять определенные препараты, их назначает врач.

Что делать не нужно: пить антибиотики без назначения врача; бежать покупать гомеопатические препараты, использовать народные средства — их эффективность не доказана; дышать над паром — опасно, можно получить ожог; обтираться спиртом — зачем? Есть же жаропонижающие, а спирт

всасывается в кровь, что грозит интоксикацией; парить ноги, ставить банки, горчичники — польза таких процедур не доказана, а вред очевиден: при неправильном использовании — ожог.

Важно не заниматься самолечением, а обратиться к врачу. Прежде всего, если течение инфекции нетипично. Например, очень высокая температура, сильная боль в горле. Врач поставит точный диагноз, исключит бактериальную инфекцию и назначит необходимые лекарства.

Особенно важно следить за самочувствием людям из группы риска тяжелого течения: детям до 5 лет; людям старше 65 лет; людям с хроническими заболеваниями; пациентам на иммуносупрессивной терапии (онко- и аутоиммунные заболевания); с ослабленной иммунной системой (онкобольные и ВИЧ-инфицированные); бременным.

В большинстве случаев иммунная система здорового человека сама неплохо справляется и осложнениями.

ется и острые вирусные инфекции проходят самостоятельно примерно за 7-14 дней.

Во время болезни важно: исключить контакты, чтобы не заразить других людей; организовать щадящий режим, больше отдыхать; исключить походы на работу, по делам, магазинам; соблюдать рекомендации врача; следить за влажностью воздуха в комнате (50-60%), регулярно проветривать и проводить влажную уборку; ставиться правильно питьаться (хотя во время болезни аппетит имеет право снижаться) и соблюдать режим дня; вне острой фазы заболевания можно выходить на свежий воздух (с условием исключения контактов по пути на улицу и обратно); принимать душ можно и нужно.

Если состояние ухудшается, и инфекция приобретает затяжное течение, необходимо снова обратиться к врачу с целью контроля лечения и исключения осложнений.