



## Legioneloze

Publicēts: 07.04.2020.

Legioneloze jeb Leģionāru slimība ir relatīvi reta infekcijas slimība, kura bieži norit kā pneimonija (plaušu karsonis).

Legionelozei ir divas klīniskās formas – smagākā ir pneimonija un vieglāka, ko sauc par Pontiaka drudzi. Abu klīnisko formu sākotnējie simptomi ir apetītes trūkums, sāpes muskuļos un galvassāpes.

Legionelozes inkubācijas periods ir 2 - 10 dienas (visbiežāk – 7 dienas).

### Simptomi

Slimībai raksturīgs:

straujš sākums;

temperatūras paaugstināšanās līdz 39 – 40,5 °C;

novēro vispārējas intoksikācijas pazīmes, sausu klepu, sāpes krūtīs, elpošanas traucējumus, pneimoniju, sirds un nieru darbības traucējumus, caureju.

Minēto saslimšanas simptomu parādīšanās gadījumā nekavējoties vērsieties pēc palīdzības pie sava ģimenes ārsta. Ārstēšanās visbiežāk notiek stacionārā.

Ja slimība netiek ārstēta, letālo gadījumu skaits var sasniegt pat 39 procentus gadījumu.

Pontiaka drudzis ir slimības vieglākā forma bez pneimonijas, ar inkubācijas periodu 5 stundas līdz 3 dienas. Simptomi neārstējot, izzūd pēc 2 - 5 dienām.

Atgādinām, ka inficēšanās ar legionellozi ir bīstama cilvēkiem ar jau eksistējošām saslimšanām – piem., respiratorām slimībām un kopumā novājinātu imūnsistēmu.

### Ierosinātājs

Infekcijas avots ir baktēriju (legionellu) saturošs ūdens. Cilvēki inficējas, ieelpojot baktērijas saturošas aerosolizētas ūdens daļiņas, kas veidojas no sīkiem ūdens pilieniņiem, kad ar legionellām piesārņotais ūdens atsitās pret cietām virsmām.

### Inficēšanās

Pie iekārtām, kas veido ūdens aerosolu, pieder karstā un aukstā ūdens sistēmas, t.sk. dušas un krāni, virpuļvannas vai baseini, turku pirtis un saunas, karstie avoti, gaisa mitrinātāji, gaisa kondicionētāju dzesēšanas iekārtas, dekoratīvās strūklakas u.c. Jo sīkāk ir aerosolizētie ūdens pilieniņi, jo lielāks ir inficēšanās risks. Legioneloze neizplatās cilvēku kontakta rezultātā!

Legionellas var ievērojami savairoties ūdens apgādes sistēmās temperatūras robežās +20°C līdz +45°C un organisko vielu (bioloģiskā aplikuma, nosēdumu u.c.) klātbūtnē.

Legionellas īpaši vairojas siltā ūdenī, karstā un aukstā ūdens tvertnēs, cauruļvados ar nelielu ūdens plūsmu vai stāvošā ūdenī

(piemēram, dzīvokļos, kur reti tiek izmantoti krāni vai dušas), cauruļvadu dušu, krānu vai tvertņu virsmu organiskajā aplikumā, nosēdumos, mazgāšanas iekārtu un aizbāžņu gumijas vai dabiskajās šķiedrās, ūdens sildītājos.

Bioloģiskā aplikuma veidošanos uz ūdensvadu un ūdenstilpņu iekšējām virsmām veicina piesārņojums, neaizsniedzamas vietas un kuras nevar iztīrīt, ūdens stagnācija (zems spiediens, akli cauruļu gali vai piedēkļi, liels ūdens apjoms), negludas virsmas, karstā ūdens temperatūra zem +50°C, korozija u.c. faktori.

## Profilakse

Ar Legionellām nevar inficēties dzerot ūdeni vai mazgājoties vannā, bet būtisks riska faktors ir duša, jo inficētā ūdens pilieni nokļūst gaisā un tiek ieelpoti.

Lai izvairītos no inficēšanās, karstā un aukstā ūdens sistēmās nepieciešams nodrošināt apstākļus, kas kavētu legionellu savairošanos:

jāseko tam, lai aukstā ūdens temperatūra visās izplūdes vietās būtu zem +20°C, bet karstā ūdens – virs +50°C (šāda temperatūra būtu jāsasniedz, notecinot ūdeni aptuveni vienu minūti ilgi), un tā cirkulācija būtu nodrošināta visā karstā ūdens sistēmā;

karstā ūdens cauruļvadus ieteicams aplikt ar izolācijas materiāliem, ja tie atrodas pārāk tuvu aukstā ūdens cauruļvadiem;

vispārīgi jānovērš situācijas, kad ūdens apgādes sistēmā rodas ūdens sastāvēšanās, kas veicina bioplēves augšanu. Vismaz reizi nedēļā dažas minūtes jātecina karstais un aukstais ūdens tajos krānos un dušās, kas tiek reti izmantotas. Tā jārikojas arī ikreiz pirms ūdens lietošanas pēc ilgstošākas prombūtnes;

nepieciešams regulāri veikt dušu uzgaļu tīrīšanu no organiskā un neorganiskā aplikuma, kā arī tās dezinficēt, izmantojot hloru saturošus sadzīves dezinfekcijas līdzekļus, vai ieliekot verdošā ūdeni;

ilgi nelietoti dušu un krānu uzgaļi jāmazgā un jātīra, izmantojot hloru saturošus dezinfekcijas līdzekļus;

telpās izmantotiem gaisa mitrinātājiem jābūt brīviem no organiskā un neorganiskā aplikuma, un tajos jāizmanto tikai tīrs un ikdienas svaigi ieliets ūdens, kas ir novārīts un atdzesēts. Vienreiz nedēļā vajadzētu rūpīgi iztīrīt mitrinātāja iekšpusi, izmantojot piemērotu tīrīšanas līdzekli saskaņā ar ražotāja norādījumiem;

atbilstoši lietošanas instrukcijai, bet ne retāk kā divas reizes gadā, jāiztīra un jādezinficē gaisa kondicionēšanas sistēmas, bet ūdens sildītāji (boileri) – ne retāk kā reizi gadā.

## Ja mājā tiek pazemināta karstā ūdens temperatūra ir ieteicams:

mazgāšanās laikā neizmantot ierīces, kas izsmidzina ūdeni vai rada ūdens šļakatas/pilienu (piemēram, var noņemt noņemamas dušas galvas, dušas vietā izmantot vannu, neizmantojot džakuzi);

mazgāšanas ierīces jāizmanto tā, lai samazinātu papildu ūdens pilienu veidošanos un to ieelpošanas risku; piem., izvairieties no ūdens strūkļas krišanas no liela augstuma, kad tā saplūst uz grīdas un izšļakstās;

mazināt dušā pavadīto laiku.

Telpās izmantotiem gaisa mitrinātājiem jābūt brīviem no organiskā un neorganiskā aplikuma, un tajos jāizmanto tikai tīrs un ikdienas svaigi ieliets ūdens, kas ir novārīts un atdzesēts. Vienreiz nedēļā vajadzētu rūpīgi iztīrīt mitrinātāja iekšpusi, izmantojot piemērotu tīrīšanas līdzekli saskaņā ar ražotāja norādījumiem.

Sakarā ar grozījumiem Ministru kabineta 2010. gada 28. septembra noteikumos Nr. 906 "Dzīvojamās mājas sanitārās apkopes noteikumi", kas papildināti ar 19.punktu, kas paredz, ka laika periodā no 2022.gada 1.oktobra līdz 2023.gada 30.aprīlim dzīvojamās mājas pārvaldītājam ir tiesības nepiemērot noteikumu 17.punktā minēto prasību par minimālo pastāvīgi nodrošināmo karstā ūdens temperatūru izejā no siltummaiņa. Lēmumu pieņēma mājas pārvaldnieks vai dzīvojamās mājas īpašnieki, ievērojot karstā ūdens sistēmas īpatnības un iedzīvotāju paradumus.

Sīkāku informāciju var atrast šeit: <https://www.vi.gov.lv/lv/dzerama-udensapgades-sistemas>

Ir arī pasākumi, kas veicami visai mājai, tos veiks mājas apsaimniekotājs.

Papildus skaidrojošo informāciju par legionellozes profilakses pasākumiem gan iedzīvotājiem, gan ēku apsaimniekotājiem var skatīt Veselības inspekcijas mājaslapā <https://www.vi.gov.lv/lv/jaunums/ieteikumi-eku-apsaimniekotajiem-un-katram-udens-lietotajam>

Papildu informācija pieejama Eiropas Slimību profilakses un kontroles centra izstrādātā materiālā "[Tūristu izmitināšanas vietu pārvaldniekiem par leģionāru slimību](#)"

[Informatīvs materiāls "Par individuāli veicamajiem profilaktiskajiem pasākumiem dzīvokļu īpašumos Legionella spp](#)

 Informatīvs materiāls "Par individuāli veicamajiem profilaktiskajiem pasākumiem dzīvokļu īpašumos Legionella spp. 

<https://www.spkc.gov.lv/lv/legioneloze>