



## Šigeloze

Šigeloze ir akūta bakteriāla zarnu infekcijas slimība, ko izraisa *Shigella* ģints baktērijas. Šigella ģintī ir 4 sugas: *S.dysenteriae*, *S.flexneri*, *S.boydii*, *S.sonnei*. Latvijā izplatītas divas sugas - *S.flexneri* un *S.sonnei*. *Shigella* ģints baktērijas labi izdzīvo zemā temperatūrā un mitrā vidē. Produkta sasaldēšana uz baktērijām iznīcinoši neiedarbojas. Minētā baktērija labi vairojas istabas temperatūrā, bet pie +1000C iet bojā momentāli.

### Izplatība

Infekcija ir izplatīta visā pasaulē. 2/3 no saslimšanas gadījumiem un lielākā daļa no letāliem gadījumiem skar bērnus līdz 10 gadu vecumam. Sekundāru gadījumu saslimstības koeficients ģimenēs var sasniegt gandrīz 40%.

### Ierosinātājs

Vienīgais nozīmīgais infekcijas avots ir slimš cilvēks, kurš ir izveseļošanās periodā vai klīniski vesels baktēriju nēsātājs, kurš izdala slimības ierosinātāju no organisma ar fekālijām. Infekcijas avots, izdalot ierosinātāju no organisma, izplata infekciju tieši kontaktējoties ar citiem cilvēkiem, tieši vai netieši kontaminējot (inficējot) ūdeni, pārtiku vai sadzīves priekšmetus, kas kalpo kā pārnesanas faktori infekcijas tālākai izplatībai. Cilvēks inficējas, infekcijas ierosinātājam nokļūstot gremošanas traktā, lietojot uz turā ar baktērijām piesārņotu pārtiku vai ūdeni, vai ar inficētu sadzīves priekšmetu starpniecību vai arī tieša kontakta ceļā ar slimnieku. Inficēšanās var notikt pat pēc ļoti neliela (10 - 100) baktēriju daudzuma uzņemšanas.

Visbiežāk infekcija izplatās, ja infekcijas avots (slimnieks vai nēsātājs) neievēro personīgo higiēnu. Īpaši liels risks citu cilvēku veselībai ir, ja personīgo higiēnu nav ievērojusi persona, kas nodarbināta pārtikas aprītē.

### Inkubācijas periods

Inkubācijas periods vidēji ir līdz 3 dienām, bet svārstās no 12 stundām līdz 7 dienām.

### Simptomi

Slimība sākas pēkšņi ar augstu ķermeņa temperatūru, sliktu dūšu un caureju (tipiskos gadījumos fēces bieži ar asinš piejaukumu un glotām), krampjveida sāpēm vēderā (tenesmiem), dažreiz - vemšanu. Reizēm infekcija norit bez klīniskiem simptomiem. Slimības smaguma pakāpe un mirstības rādītājs ir atkarīgi no uzņēmīgā organisma vecuma, veselības stāvokļa, baktērijas serotipa un uzņemtās mikroorganismu devas.

Cilvēkam, kuram parādās iepriekš minētie simptomi, nekavējoties jāvēršas pēc medicīniskās palīdzības ārstniecības iestādē, jāpārtrauc apmeklēt mācību vai darba vietu, jo īpaši, ja darbs ir saistīts ar pārtikas ražošanu un apriti.

Diagnozi nosaka, ņemot vērā klīniskos simptomus, epidemioloģiskās izmeklēšanas datus un laboratorisko izmeklējumu rezultātus, mikrobioloģiskos - izdalot no fēcēm *Shigella* ģints baktērijas vai seroloģisko atradni.

Neārstēts šigelozes slimnieks ir infekciozs (izdala infekcijas ierosinātāju) laika posmā līdz 4 nedēļām, reizēm - vairākus mēnešus. Slimnieks ir īpaši infekciozs caurejas laikā.

Profilaksē ir svarīgi ierobežot baktērijas izplatīšanos, veicot šādus pasākumus - izglītēt sabiedrību un pārtikas ražotājus, kā arī citus darbiniekus personīgās higiēnas jautājumos, slimnieka izolēšana, higiēnas prasību ievērošana pārtikas aprītē, tīrības un kārtības uzturēšana dzīves vietā, augļu un dārzeņu mazgāšana, notekūdeņu neizmantošana lauku laistīšanai, ūdens piesārņošanas ar fekālijām novēršana, kvalitatīva dzeramā ūdens nodrošināšana un izmantošana.

Ņemot vērā šigelozes grupveida saslimšanas gadījumu skaita pieaugumu, lai novērstu infekcijas izplatīšanos, Slimību profilakses un kontroles centra speciālisti atgādina:

- ja Jums vai Jūsu bērnam ir parādījušies iepriekš minētie simptomi, nekavējoties jāizsauc ārsts.
- lai novērstu citu cilvēku inficēšanās iespēju jāpārtrauc apmeklēt mācību vai darba vietu, jo īpaši,

- ja darbs ir saistīts ar pārtikas apriti;
- ja Jūsu ģimenē ir cilvēks, kurš inficējies vai ir aizdomas par inficēšanos ar zarnu infekcijas slimību, nepieciešams ievērot sekojošus piesardzības pasākumus:

1. Rūpīgi mazgāt rokas ar ziepēm pēc saskares ar izkārnījumiem (piemēram, pēc pamperu nomaiņas bērnam) vai iespējami inficētiem priekšmetiem, pēc tualetes apmeklējuma, pirms ēšanas, pirms ēdīnu gatavošanas, kā arī gatavošanas laikā.

Kā pareizi mazgāt rokas?

- Pārklāt rokas ar ziepēm (ieteicams izmantot šķidrās ziepes no slēgta trauka)
- Ziepes rokās saputot
- Vismaz 10 sekundes enerģiski ziepēt roku virsmu
- Kārtīgi no visām pusēm berzt pirkstus un plaukstu (neaizmirst berzt plaukstu virspuses), kā arī tīrīt nagus. Šajā laikā rokas neturēt zem ūdens strūkļas
- Noskalot rokas zem ūdens strūkļas vismaz 10 sekundes
- Roku mazgāšanas laikā izvairīties no ūdens šļakstiņiem
- Visdrošāk roku nosusināšanai ir izmantot vienreizējās lietošanas papīra dvieļus, ar kuru palīdzību pēc roku noslaucīšanas aizgriezt ūdens krānus

Citi pasākumi

- Regulāri veikt telpu uzkopšanu, pievēršot īpašu uzmanību riska priekšmetiem, uz kuru virsmām visbiežāk var atrasties šigelozes ierosinātājs, – rotaļlietām, tualetes poda sēdekļiem, ūdens noraušanas un krāna rokturiem, durvju rokturiem, traukiem
- Parādīties iepriekš minētajiem slimības simptomiem, nekavējoties informēt bērna vecākus un vērsties pēc medicīniskās palīdzības
- Lai novērstu citu cilvēku inficēšanās iespēju, pārtraukt pirmsskolas izglītības iestādes, mācību vai darba vietas apmeklēšanu
- Veikt piesardzības pasākumus, lai novērstu infekcijas ierosinātāja nokļūšanu organismā ar roku, sadzīves un apkārtējās vides priekšmetu starpniecību (nelikt mutē pirkstus, rakstāmpiederumus, rotaļlietas u.c.)

2. Slimniekam vēlams izmantot atsevišķas ziepes un dvieli, izdalīt atsevišķus traukus un rotaļlietas. Visdrošāk roku nosusināšanai ir izmantot vienreizējās lietošanas papīra dvieļus ar kuru palīdzību pēc roku noslaucīšanas aizgriezt ūdens krānus.

3. Inficētās personas veļu savākt un mazgāt veļas mazgājamā mašīnā atsevišķi no citas veļas un pēc tam gludināt.

4. Regulāri veikt to priekšmetu tīrīšanu un dezinfekciju, kuri bijuši tiešā saskarē ar slimnieku un slimnieka izdalījumiem (fēcēm, atveņtām masām u.c.), kā arī veikt telpu mitro uzkopšanu, izmantojot sadzīves dezinfekcijas līdzekļus. Īpaša uzmanība jāpievērš priekšmetiem, uz kuru virsmām visbiežāk var atrasties šigelozes ierosinātājs – rotaļlietām, tualetes poda sēdekļiem, ūdens noraušanas un krāna rokturiem, durvju rokturim, traukiem.

5. Inficētās personas nedrīkst apmeklēt organizētos kolektīvus, sabiedriskās pirtis un dušas, strādāt pārtikas aprītes uzņēmumos.

6. Šigelozī pārslimojušās personas drīkst apmeklēt organizētos kolektīvus un atsākt darbu pārtikas aprītes uzņēmumos, izglītības un ārstniecības iestādēs pēc klīniskās izveseļošanās, pabeidzot ārstēšanās kursu un saņemot 2 negatīvus mikrobioloģisko izmeklējumu rezultātus.

Nepieciešams stingri ievērot higiēniskā un pretepidēmiskā režīma pamatprasības, lai novērstu infekcijas slimības izplatīšanos. Vecākiem, pedagogiem un audzinātājiem jāpievērš uzmanība bērnu izglītošanai personīgās higiēnas jautājumos, uzsverot rūpīgas roku mazgāšanas nozīmi, kā arī sekot, lai bērniem tiktu nodrošināta iespēja veikt roku mazgāšanu ar ziepēm.