

ROTAVĪRUSU infekcija



LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA

SPKC.gov.lv
SLIMĪBU PROFILAKSES UN KONTROLES CENTRS

Informāciju sagatavojis
Slimību profilakses
un kontroles centrs
2014. gadā

Rotavīrusu infekcija ir akūta, vīrusu izraisīta slimība, kas biežāk skar bērnus un kam raksturīgs gremošanas trakta un rīkles gļotādas iekaisums, organisma saindēšanās un dehidratācija (atūdeņošanās).

Visuzņēmīgākie pret rotavīrusa infekciju ir zīdaiņi un bērni līdz 3 gadu vecumam. Pieaugušie slimo retāk un parasti inficējas no bērniem, kuri apmeklē bērnudārzus.

Ar rotavīrusa infekciju ir iespējams inficēties atkārtoti.



Ievēro personīgo higiēnu un bieži un rūpīgi mazgā rokas, lai sevi pasargātu no rotavīrusu infekcijas!

Kā var inficēties ar rotavīrusu infekciju?



Infekcijas avots ir slimis cilvēks vai cilvēks, kuram netiek novērotas slimības pazīmes, bet kurš ir infekcijas izraisītāja nēsātājs. Rotavīrusu infekcijas simptomi parādās **15 stundu līdz 7 dienu laikā** pēc inficēšanās, parasti 1–2 dienu laikā. Slimnieks visbīstamākais apkārtējiem ir pirmajā saslimšanas nedēļā.

Rotavīrusu infekcijas izraisītājs **izdalās no cilvēka organismā ar fekālijām**. Inficētā persona vīrusu izdala vidēji 7–8 dienas.

Vīruss izplatās, ja slimnieks **neievēro personīgo higiēnu un ar nemazgātām rokām pēc tualetes apmeklējuma aizskar koplietošanas priekšmetus**, kā arī ar vīrusu piesārņo pārtiku, ūdeni. Ar rotavīrusu bieži slimo darba kolektīvos, bērnudārzos, ģimenēs. Bērni bieži inficējas, spēlējoties ar kopīgām rotaļlietām.



Novērots, ka rotavīruss izplatās arī gaisa pilienu ceļā (slimniekam runājot, klepojot, šķaudot).

Kādas ir rotavīrusu infekcijas izpausmes un pazīmes?



- Akūts sākums;
- vemšana, slikta dūša;
- bieža, ūdeņaina vēdera izeja, kas parasti ilgst 5–7 dienas;
- sāpes vēderā;
- galvassāpes;
- vispārējs vājums;
- slikta apetīte;
- paaugstināta ķermeņa temperatūra;
- nereti iespējams arī augšējo elpceļu iekaisums.



Kā rīkoties, lai nesaslimtu?

Rotavīruss ilgstoši spēj „izdzīvot” apkārtējā vidē uz dažādiem priekšmetiem.

Atceries un ievēro!

Mazgā rokas sev un bērnam bieži un rūpīgi, īpaši:

- pēc tualetes apmeklējuma;
- pēc sabiedrisko vietu apmeklēšanas, t.sk., atnākot mājās no bērnudārza vai skolas;
- pirms ēdiena gatavošanas un ēšanas;
- pirms zāļu lietošanas, dekoratīvās kosmētikas uzlikšanas, rīcības ar kontaktlēcām;
- pirms un pēc zīdaiņa kopšanas;
- pēc jebkura kontakta ar rotavīrusu infekcijas slimnieku.



Vecāki, iemāciet saviem bērniem nelikt mutē pirkstus un dažādus priekšmetus, īpaši sabiedriskās vietās!

Ja Tu strādā pārtikas aprītē (ražošanā, tirdzniecībā), atceries – vēl dažas dienas pēc slimības simptomu izzušanas Tu esi infekciogs. Ja pēc rotavīrusu infekcijas izslimošanas Tu neievērosi personīgo higiēnu, Tu vari inficēt pārtikas produktus un pēc tam to lietotājus.



Lai nesaslimtu ievēro arī šos profilakses pasākumus:

- pirms lietošanas uzturā rūpīgi nomazgā veikalā un tirgū iegādātos augļus un dārzeņus;
- izvairies no pārlietu biežas uzturēšanās sabiedriskās vietās, kur ir daudz cilvēku;
- regulāri vēdini telpas un uzturies svaigā gaisā.



Vakcinācija pret rotavīrusu infekciju

Tā ir efektīvs veids, kā pasargāt bērnu no saslimšanas. **Bērnu vakcinē ar pilieneida vakcīnu**, ko iepilina bērnam mutē.

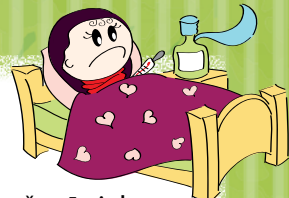
Vairums mazuļu, kuri saņem šo vakcīnu un kuriem izstrādājas imunitāte, ir pasargāti no smagām rotavīrusu infekcijas komplikācijām.

Šobrīd valsts bērnam līdz 24 mēnešu vecumam kompensē 50% no vakcīnas cenas. Vakcinācijas kurss jāuzsāk no 6 nedēļu vecuma un jāpabeidz līdz 24 vai 32 nedēļu vecumam atkarībā no izmantojamās vakcīnas. 2015. gada 1.janvārī plānots uzsākt valsts apmaksātu vakcināciju pret rotavīrusu infekciju.

Sīkāku informāciju par vakcināciju iespējams saņemt pie sava ģimenes ārsta!



Rotavīrusu infekcijas komplikācijas



- Organisma strauja atūdeņošanās jeb dehidratācija - cilvēks zaudē būtisku daudzumu šķidruma (arī sāļus). Dehidratācija īpaši bīstama ir zīdaiņiem, gados veciem cilvēkiem un personām ar hroniskām saslimšanām.

Dehidratācija var izraisīt nopietnas veselības problēmas, kā rezultātā tiek traucēta asins cirkulācija, var sākties nieru darbības traucējumi vai pat smadzeņu tūska.

- Paaugstināta ķermeņa temperatūra kas var izraisīt krampjus.



Kā rīkoties, ja bērns saslimis?

Pēc pirmo slimības simptomu parādīšanās, neved bērnu uz bērnudārzu un neapmeklē publiskas vietas! Informē izglītības iestādi par bērna saslimšanu.

Vērsies pēc palīdzības pie sava ģimenes ārsta! Tā Tu savlaicīgi sniegsi palīdzību savam bērnam, kā arī pasargāsi no saslimšanas citus bērnus un pieaugušos.

Ievēro personīgo higiēnu, īpašu uzmanību pievērš roku tīrībai, rūpīgi uzkop telpas (ieteicama mitrā uzkopšana) un regulāri mazgā bērna rotaļlietas.

Ja caureja un vemšana bērnam turpinās un nemazinās citi slimības simptomi, atkārtoti konsultējies ar savu ģimenes ārstu, dodies uz ārstniecības iestādi pats vai izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību.



Lai saslimušais neapdraudētu citus:

- slimnieks nedrīkst apmeklēt bērnudārzu, skolu vai darbu;
- mājās nevajadzētu uzņemt viesus;
- slimniekam un viņa ģimenes locekļiem īpaša uzmanība jāpievērš personīgajai higiēnai – bieži jāmazgā rokas;
- slimnieku ieteicams izmitināt atsevišķā istabā un piešķirt atsevišķus traukus;
- telpu uzkopšanai jāizmanto dezinfekcijas līdzekļi.

Ja ārsta padoms nepieciešams ārpus Tava ģimenes ārsta darba laika, zvani uz Ģimenes ārstu konsultatīvo tālruni – 66016001.

Tālruņa darba laiks: darba dienās no plkst.17.00 līdz 8.00, bet brīvdienās un svētku dienās – visu diennakti.



Kā ārstē rotavīrusu infekciju?

Rotavīrusu infekcijai nav specifiskas ārstēšanas. Tomēr, ja bērnam ir izteikta atūdeņošanās, ārstēšana notiek slimnīcā.

Slimniekam nepieciešams papildu uzņemt lielu šķidruma daudzumu, lai novērstu organisma atūdeņošanos un veicinātu ātrāku atveseļošanos.

Šķidrumu ieteicams uzņemt pamazām (lēni, maziem malciņiem), īpaši svarīgi tas ir maziem bērniem.

Lai uzlabotu saslimušā veselības stāvokli, ieteicams:

- ēst ne ātrāk kā 4 stundas pēc vemšanas;
- slimošanas laikā nelietot uzturā piena produktus, kā arī produktus, kas var kairināt zarnu traktu (asi, skābi, cepti, piparoti ēdieni);
- lietot probiotikas jeb labās baktērijas, kuras uzlabo zarnu trakta vidi. Ieteicamo probiotiku lietošanu saskaņojiet ar ārstējošo ārstu.



Saslimšanas gadījumi izglītības iestādēs

Gadījumā, ja izglītības iestādē konstatēti saslimšanas gadījumi ar rotavīrusa infekciju, ir jānosaka 7 dienas ilgi ierobežojoši pasākumi.

Plašāku informāciju meklē www.spkc.gov.lv sadaļā Ieteikumi skolām un bērnudārziem.

Plašāka informācija par infekcijas slimībām, vakcināciju un profilaksi ir pieejama Slimību profilakses un kontroles centra mājas lapā: www.spkc.gov.lv, kā arī pie sava ģimenes ārsta.

