

POJAV NOROVIROZE

V zadnjih dveh dneh smo na enoti za spremljanje pojava nalezljivih bolezní v naši regiji opazili povečano obolenje prebivalcev, predvsem med šolarji in predšolskimi otroci. Bolniki navajajo občutek slabosti bruhanje in drisko. V nekaterih kužninah so z laboratorijskimi preiskavami dokazali virusne povzročitelje (norovirus, tudi adenovirus).

Norovirusi so najpogostejši povzročitelji virusnih prebavnih okužb. So zelo kužni in se med ljudmi zlahka širijo. Virusi se izločajo z blatom okuženih ljudi in se prenašajo z rokami, živili, vodo, preko onesnaženih površin in kapljično pri bruhanju, kakor tudi z direktnim stikom človek – človek. Za okužbo je potrebno zelo majhno število virusnih delcev. Imunska zaščita ni trajna, zato lahko prihaja do ponavljajočih se okužb.

Inkubacijska doba, to je čas od okužbe do prvih znakov obolenja, je običajno 24 do 48 ur. Začetek bolezní je lahko nenaden ali pa se razvije postopno. Večina obolelih navaja slabost, bruhanje, drisko in trebušne krče, nekateri bolniki imajo tudi vročino, glavobol in bolečine v mišicah. To obolenje laično imenujemo »trebušna gripa«. Pri sicer zdravih osebah težave večinoma izzvenijo v enem dnevu, lahko pa trajajo dlje, tudi do tri dni. Okužba lahko poteka z resnimi simptomi pri manjših otrocih, starejših in hospitaliziranih osebah. Zdravniško oskrbo potrebuje 10 % zbolelih, določeni celo hospitalizacijo. Zdravljenje je simptomatsko.

Bolezen se zaradi tesnih stikov hitro širi v ustanovah kot so bolnišnice in domovi za starejše občane ter lahko prizadene veliko ljudi.

Kaj lahko sam storim za preprečevanje širjenja norovirusov?

Pomembna je skrb za osebno higieno. Najpomembnejši ukrep je umivanje rok s toplo vodo in milom, posebno po uporabi stranišča. Skrbeti moramo tudi za higieno in čiščenje toaletnih prostorov ter čiščenje površin, ki se jih dotikamo z rokami. Nujno je tudi učinkovito prezračevanje prostorov, potrebno je poskrbeti za ustrezno odstranjevanje in shranjevanje onesnaženih pleníc v zaprtih vrečah. Pomembno je tudi pravilno odstranjevanje izbruhanine.

Bolna oseba lahko okuži hrano, ki jo pripravlja/servira, preko te hrane pa se nato lahko okuži večje število ljudi. Največje tveganje predstavlja neprekuhana in izpostavljena hrana (sveža zelenjava ali sadje).

Posteljnino, brisače in drugo perilo lahko peremo z običajnim pralnim praškom, prav tako ročno ali strojno z običajnim detergentom pomivamo posoda.

Da se omeji nadaljnje širjenje bolezní, naj bolnik ostane doma (ne sprejema obiskov in ne hodi na obiske, začasno je izločen iz skupine – vrtca, šole, delovnega mesta...). **V skupino se lahko vrne 48 ur po prenehanju težav (zadnje bruhanje ali driska).**

Kako negujemo bolnika z norovirusno okužbo doma?

Bolnik naj počiva in pije dovolj tekočine. Posebno zdravljenje običajno ni potrebno. Če so prebavne težave zelo izrazite in ne minejo v nekaj dneh, je potrebno poiskati zdravniško pomoč.

Za preprečevanje širjenja obolenja je potrebno dosledno upoštevanje teh navodil.

Predstojnica OE Ravne na Koroškem
Neda Hudopisk, dr.med., spec. JZ