

# VIRUSINĖS ŽARNYNO INFEKCIJOS



## **Būtina žinoti:**

Šaltuoju metų laikotarpiu didėja sergamumas ne tik peršalimo ligomis, bet ir virusinėmis žarnyno infekcijomis. **Rotavirusai** - vieni pagrindinių nebakterinių viduriavimų (diarėjų) sukėlėjai. **Rotavirusinė infekcija** - tai virusinė žarnyno infekcija, pasireiškianti vėmimu, karščiavimu, viduriavimu. Lietuvoje sergamumo rotavirusine infekcija padidėjimas kasmet stebimas gruodžio- balandžio mėnesiais, o didžiausias sergamumas sausio-vasario mėnesiais.

## **Kas yra žarnyno virusai? Kokius susirgimus jie gali sukelti?**

Daugiau nei 140 įvairių patogeniškų virusų išsiskiria su žmogaus išmatomis. Jie vadinami žarnyno virusais. Vieni jų, patekę į žmogaus organizmą pažeidžia plonąjį žarnyną, sukeldami vėmimą ir viduriavimą, kiti žarnyno virusai sukelia kitų organų pakenkimus, o viduriavimas pasireiškia tik kaip vienas iš ligos simptomų.

## **Kas yra virusinis gastroenteritas?**

Virusinis gastroenteritas tai - skrandžio ir plonojo žarnyno gleivinės uždegimas sukeltas žarnyno virusų. Dažniausiai virusinius gastroenteritus sukelia rota ir noro virusai.

Rotavirusinis gastroenteritas - tai ūmus rotaviruso sukeltas dažniausiai sunkios eigos kūdikių ir mažų vaikų gastroenteritas. Dažniausiai rotavirusų sukelta infekcija serga jaunesni nei 5 metų amžiaus vaikai, tačiau gali sirgti ir senovo amžiaus žmonės, suaugę asmenys, kurių nusilpusi imuninė sistema.

Norovirusinis gastroenteritas - tai ūmus noroviruso sukeltas dažniausiai vyresnių vaikų (nuo 9 metų) ir suaugusiųjų gastroenteritas.

## **Kaip galima jais užsikrėsti?**

Šių virusų infekcijos šaltinis - sergantis žmogus, užsikrėčiama per burną. Virusai, sukeliantys žarnyno infekcijas, gali ilgą laiką išgyventi aplinkoje: ant durų rankenų, vandens čiaupo, kitų kietų paviršių, užkrėstame vandenyje, ant rankų vidutiniškai išgyvena iki 10-15 dienų, išmatose - iki 7 mėnesių. Jie taip pat ištvėria 60- 70 laipsnių temperatūrą ir užšalimą, bet jautrūs chlorui bei jų turintiems preparatams. Virusinės žarnyno infekcijos užkrečiamos, plinta per nešvarias rankas, tačiau galima užsikrėsti ir oro lašeliniu būdu.

## **Kaip išvengti susirgimų šiais virusiniais gastroenteritais?**

- Medicininė profilaktikos priemonė - vakcina nuo rotavirusinės infekcijos (roto)viruso.
- Svarbu laikytis asmens ir rankų higienos.
- Dezinfeikuokite paviršius.
- Kuo dažniau vėdinkite gyvenamąsias patalpas.
- Maisto ruošimui naudokite tik švarų vandenį. Tinkamai apdorokite maistą. Kruopščiai plaukite daržoves, vaisius, uogas, bei maisto paruošimui naudojamą inventorių bei gaminto vietos paviršius.

