

Oru plintančios infekcijos ir jų profilaktika

Nacionalinis visuomenės sveikatos centras informuoja, kad šią savaitę Lietuvoje bendras sergamumo oru plintančiomis infekcijomis - gripu, ūminėmis viršutinių kvėpavimo takų infekcijomis ir COVID-19 liga rodiklis padidėjo. Šaltinis: (<https://nvsc.lrv.lt/lt/naujienos/per-savaite-serganciuju-padaugejo>)

Tuberkuliozė taip pat plinta oro lašeline būdu. Atvira tuberkulioze sergantis žmogus kosėdamas į aplinką išskiria seilių ir skreplių lašelius, kuriuose gali būti tuberkuliozė sukeliančių mikobakterijų (*Mycobacterium tuberculosis*). Užkrečiama yra tik atvira plaučių ar gerklų tuberkuliozė. Užsikrečiama dažniausiai nuo sergančiųjų tuberkulioze, su kuriais kasdien praleidžiama daug laiko. Dauguma užsikrėtusiųjų nesuserga, o gali tapti infekuoti. Šie asmenys neplatina sukėlėjo ir nėra pavojingi aplinkiniams.

Požymiai, kai galima įtarti tuberkuliozę ir tikslinga pasitikrinti sveikatą:

- greitesnis nuovargis,
- bendras organizmo silpnumas,
- sumažėjęs apetitas,
- svorio kritimas;
- nuotaikų kaita – apatija, liūdnumas;
- užsitęsusi temperatūra (iki 37,5°); padidėjęs prakaitavimas, ypač naktimis.

Kaip apsisaugoti nuo oru plintančių infekcijų?

- Laiku pasiskiepykite;
- Dažnai ir kruopščiai plaukite rankas;
- Užsidenkite nosį ir burną, kai kosėjate ar čiaudite, naudokite vienkartinės nosines;
- Reguliariai vėdinkite patalpas (po kiekvienos pamokos);
- Kruopščiai šluostykite paviršius drėgnuoju būdu. Patalpoje, kurioje buvo tuberkulioze sergantis asmuo, aplinkos kenksmingumo pašalinimas (dezinfekcija) netikslingas. Pakanka intensyvaus patalpos vėdinimo ir drėgno valymo! Šaltinis: <https://nvsc.lrv.lt/lt/d-u-k/dazniausiai-uzduodami-klausimai-apie-uzkrečiamasias-ligas/tuberkulioze-2>
- Jeigu sergate - likite namie.

Ramunė Doveikienė

Visuomenės sveikatos specialistė