

## **METODY PROFILAKTYKI CHORÓB ZAKAŹNYCH I INFEKCYJNYCH**

Choroby zakaźne to choroby wywołane przez drobnoustroje (bakterie, wirusy, grzyby, roztocza), toksyczne produkty (jad kiełbasiany), a także przez pasożyty lub inne biologiczne czynniki chorobotwórcze, które ze względu na charakter i sposób szerzenia stanowią zagrożenie dla zdrowia i życia ludzi. Mogą szerzyć się różnymi drogami: przez kontakt bezpośredni (z osoby na osobę), drogą kropelkową, podczas kaszlu i kichania, przez kontakt seksualny, przez wkłucie bezpośrednio do organizmu na zakażonej igle czy strzykawce, a także przez owady, które spełniają funkcje nośników.

---

### **ODRA**

Odra to choroba zakaźna dróg oddechowych, wywoływana przez wirus odry (paramyxowirus). Zakażeniu ulegają wszystkie dzieci, które pozbawione są odporności i miały wcześniej kontakt z wirusem. U dzieci odra ma zdecydowanie cięższy przebieg niż u osób dorosłych.

Do zakażenia wirusem odry dochodzi drogą kropelkową, czyli na skutek bezpośredniego kontaktu z nosicielem wirusa.

Okres inkubacji: od momentu zakażenia do wystąpienia typowych objawów odry trwa zwykle 9–11 dni.

## **OBJAWY**

W przebiegu odry wyróżniamy:

- ✓ okres wylęgania odry: trwa 9-14 dni - zazwyczaj ma charakter bezobjawowy, czasami może wystąpić ogólne złe samopoczucie dziecka i ogólne osłabienie;
- ✓ okres nieżytowy: na początku pojawia się gorączką (niewielka lub średnia), z nieżytem nosa, zapaleniem spojówek oraz delikatnym obrzękiem powiek i wstrętem na światło („oczy królicze”). Oprócz tego można zaobserwować zapalenie gardła i krtani razem z suchym, bardzo uciążliwym kaszlem. W 2.-3. fazy nieżytowej pojawiają się tzw. trójkąt Fiłatowa i plamki Koplika. Są to punkcikowate, białe plamki, otoczone czerwoną obwódką, umiejscowione na błonie śluzowej policzków na wysokości zębów trzonowych i przedtrzonowych;
- ✓ okres wysypkowy: razem z wysypką pojawia się wysoka gorączka sięgająca często 40st. C oraz ogólne pogorszenie stanu dziecka. Niekiedy może pojawić się duszność, sinica, przyspieszenie tętna oraz charakterystyczna wyraźna senność i apatia (dziecko „przesypia” odrę). Wysypka najpierw

obejmuje twarz oraz okolicę za uszami, a następnie lokalizuje się na skórze szyi, górnej części klatki piersiowej i pleców, aż w końcu obejmuje cały tułów i kończyny. Charakter wysypki stopniowo się zmienia. Na początku są to nieliczne, rozsiane, niewielkie, plamki koloru ciemnoróżowego, których w ciągu doby jest coraz więcej, stają się coraz bardziej wypukłe, przypominając grudki. Wraz z rozwojem odry grudki stają się coraz większe przez co zlewają się ze sobą; mogą obejmować niemal całą skórę, pozostawiając tylko w niektórych miejscach białe pasma (tzw. skóra lamparcia). Wysypka niknie w takiej kolejności, w jakiej się pojawiła;

- ✓ okres zdrowienia: wysypka powoli ulega zblednięciu, ponadto ustępuje kaszel i temperatura ciała powraca do normy. Dochodzi do zdrowienia chorego, które może trwać kilka dni.

## **POWIKŁANIA**

Prawdopodobieństwo wystąpienia powikłań zwiększa się jeśli gorączka nie spadnie w ciągu 1 lub 2 dni po wystąpieniu wysypki.

Najczęstszymi powikłaniami odry są: zapalenie ucha środkowego (7-9%), zapalenie płuc (1-6%), biegunka (8%), poinfekcyjne zapalenie mózgu (1 na 1000 do 2000

przypadków) oraz podostre stwardniające zapalenie mózgu (SSPE ), które dotyczy 1 na 100 000 przypadków.

Śmiertelne przypadki odrzy są spowodowane głównie komplikacjami po infekcji bakteryjnej.

## **ZAPOBIEGANIE**

Szczepienie jest jedynym skutecznym środkiem zapobiegającym zachorowaniu na odrę. Należy zwrócić uwagę na bardzo wysoką efektywność szczepień przeciw odrze.

Po podaniu pierwszej dawki szczepionki odporność uzyskuje ok. 95–98% osób zaszczepionych. Natomiast podanie drugiej dawki szczepionki pozwala osiągnąć odporność u niemalże 100% osób zaszczepionych.

Zgodnie z Programem Szczepień Ochronnych (PSO), szczepienia na odrę wykonuje się planowo szczepionką MMR (szczepionka skojarzona przeciw odrze, śwince i różyczce) u dzieci w 13–15. miesiącu życia oraz w 6. roku życia (w najnowszym PSO na 2019 r. dokonano przesunięcia z 10. na 6. r.ż.) i są one obowiązkowe dla dzieci i młodzieży, które nie ukończyły 19 roku życia.



Źródło: [https://www.edziecko.pl/zdrowie\\_dziecka/7,79364,24250118,odra-u-dzieci-objawy-leczenie-i-powiklania-czy-powinnismy.html](https://www.edziecko.pl/zdrowie_dziecka/7,79364,24250118,odra-u-dzieci-objawy-leczenie-i-powiklania-czy-powinnismy.html)

## **OSPA**

Ospa to jedna z kilku charakterystycznych dla wieku dziecięcego chorób zakaźnych. Ospa u dzieci to choroba zakaźna, która przenoszona jest przez wirus *Varicella Zoster Virus*, najczęściej drogą kropelkową. Nazywana bywa również wiatrówką, ponieważ wirus może być przenoszony również przez wiatr na odległość nawet kilkudziesięciu metrów. Dzieci zarażają się zazwyczaj od innych osób chorych na ospę lub półpaśca, a sama choroba ma zwykle u nich łagodny przebieg. Ospa wietrzna u dzieci długo rozwija się w organizmie,

pierwsze objawy mogą pojawić się dopiero po trzech tygodniach od zakażenia. Dla ospy charakterystyczne są zmiany skórne w postaci pęcherzyków i krostek.

## **OBJAWY**

Objawy ospy wietrznej u dziecka pojawiają się do dwóch tygodni od kontaktu z osobą chorą. Zanim na ciele dziecka pojawi się wysypka, zwykle czuje się ono źle przez kilka dni, a początkowe objawy mogą wskazywać na przeziębienie. Dziecko może mieć gorączkę (37°C-40°C), marudzić, mieć katar. Wysypka przy ospie wietrznej najpierw pojawia się zwykle na tułowie, by z czasem rozprzestrzenić się na całe ciało - krostki pojawiają się również w nosie czy w buzi. Początkowo wysypka przybiera postać czerwonych, rozlanych plam, by dość szybko zmienić się w wypukłe krostki wypełnione płynem surowicznym.

## **POWIKŁANIA**

Ospy wietrznej nie należy lekceważyć, bo powikłania zawsze są groźne. U dzieci najczęstszymi powikłaniami mogą być:

- ✓ liszajec
- ✓ ropnie
- ✓ zapalenie płuc
- ✓ ropne zakażenie skóry
- ✓ ropowica

- ✓ zapalenia tkanki łącznej (cellulitis)
- ✓ róża
- ✓ sepsa
- ✓ półpasiec
- ✓ zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych
- ✓ zapalenie mózgu
- ✓ zespół ataksji mózdkowej
- ✓ porażenie nerwów czaszkowych

### **ZAPOBIEGANIE**

Dziecko można zaszczepić przeciw ospie wietrznej. Pierwszą dawkę szczepionki dziecko może otrzymać przed 9. miesiącem życia (do 12 roku życia), a po ukończeniu 13 lat powinno otrzymać dwie dawki szczepionki w odstępie minimum 6 tygodni. Szczepionka przeciw ospie wykazuje bardzo wysoką skuteczność, jednak nie jest uwzględniona w obowiązkowym kalendarzu szczepień. Jednak zdaniem wielu lekarzy przejście ospy w dzieciństwie tak naprawdę nadal jest chyba najlepszym rozwiązaniem, gdyż daje całkowitą odporność na zakażenie wirusem, który ją wywołuje.



Źródło: <https://www.medonet.pl/choroby-od-a-do-z/choroby-zakazne,ospa-u-dzieci---objawy--leczenie-i-przebieg-choroby--ile-trwa-,artykul,1656599.html>

## **RÓŻYCZKA**

Różyczka jest chorobą wirusową. Wirus z rodziny Togaviridae przenosi się z człowieka na człowieka drogą kropelkową lub przez kontakt z przedmiotami zanieczyszczonymi wydzieliną z gardła, krwią, moczem, kałem. Człowiek jest jedynym rezerwuarem wirusa. Różyczka jest charakterystyczną chorobą wieku dziecięcego i wówczas przebiega stosunkowo łagodnie.

### **OBJAWY**

U małych dzieci najczęściej nie występują objawy wstępne różyczki. U dzieci starszych i dorosłych obserwuje się trwające 1–4 dni niecharakterystyczne objawy, takie jak bóle głowy, kończyn, gardła, gorączkę, brak apetytu, nudności, zapalenie spojówek.



Charakterystyczną cechą różyczki jest różowa plamisto-grudkowa wysypka, obecna głównie w okolicach twarzy i szyi, a w kolejnych etapach choroby również na całym ciele. Może wystąpić także powiększenie węzłów chłonnych okolicy podpotylicznej i za uszami. U chorych na różyczkę rzadko występuje gorączka. Jeśli się pojawia, to zazwyczaj jako element bezwysypkowego przebiegu choroby.

### **POWIKŁANIA**

Niekiedy mogą wystąpić objawy wskazujące na zapalenie stawów (głównie drobnych stawów dłoni i kolan) oraz innych powikłań wynikających z zapalenia mózgu, jąder, zmian skórnych.

### **ZAPOBIEGANIE**

Różyczka jest chorobą, której można skutecznie zapobiegać poprzez szczepienia. W Polsce szczepienie przeciwko różyczce, zgodnie z Programem Szczepień Ochronnych, jest obowiązkowe i wykonuje się je łącznie ze szczepieniem przeciwko śwince i odrze (1 szczepionka). Pierwsze szczepienie wykonuje się u dzieci w 13-14 miesiącu życia, natomiast dawkę przypominającą podaje się w 10 roku życia.



Źródło: <https://www.medonet.pl/choroby-od-a-do-z/choroby-zakazne,rozyczka-u-dzieci--choroba----objawy--leczenie-i-powiklania,artykul,1579205.html>

## **PŁONICA (SZKARLATYNA)**

Płonica u dzieci to zakaźna choroba o ostrym przebiegu. Wywołują ją paciorkowce, którymi można się zarazić od osoby chorej lub nosiciela (osoby niemającej objawów, ale zarażonej bakteriami), drogą kropelkową, a także przez przedmioty i zakażoną żywność. Na szkarlatynę szczególnie narażone są dzieci między 3. a 7. rokiem życia. Ich układ odpornościowy pozwala rozwinąć się chorobie, a przebywanie w przedszkolu, zerówce czy szkole, zwiększa ryzyko zakażenia.

## OBJAWY

- ✓ początek szkarlatyny jest gwałtowny, towarzyszy mu ból gardła ,kaszel, wymioty, wysoka gorączka, bóle głowy oraz znacznie przyspieszone tętno;
- ✓ obserwuje się również występowanie zmian w gardle: powiększone żywoczerwone migdałki; język obłożony - w czwarty dniu charakterystyczny kolor malinowy języka;
- ✓ w 2-3 dniu szkarlatyny zaczyna pojawiać się charakterystyczna drobnoplamista wysypka - występujące zmiany przypominają ukłucia szpilki lub szczotki drucianej; na początku wysypkę można zauważyć w dołach pachowych i pachwinowych, a następnie zajmuje całe ciało, za wyjątkiem okolicy ustno-bródkowej (wolny trójkąt między fałdami policzkowymi - tzw. trójkąt Fiłatowa); po kilku dniach wysypka zaczyna stopniowo ustępować, a po 2 tygodniach obserwowane jest charakterystyczne płatowe łuszczenie skóry na podszwach stóp i na dłoniach. U osób dorosłych wysypka może tworzyć wypukłe zmiany skórne, przez co lekarze często sugerują, że to może to być alergia. Wówczas czynnikiem wskazującym na szkarlatynę bywa rumień występujący na twarzy.
- ✓ Inne objawy szkarlatyny to pokryty białym nalotem język, który po kilku dniach przekształca się w

lśniące czerwone punkty (stan ten określany jest "językiem malinowym"). Oprócz tego u osób cierpiących na szkarlatynę dochodzi do powiększenia i bolesności węzłów chłonnych szyjnych oraz pachwinowych.

### **POWIKŁANIA**

Następstwami ostrych zakażeń paciorkowcowych, w tym szkarlatyny, mogą być rzadko współcześnie występująca gorączka reumatyczna, zwykle po 19 dniach od zachorowania pierwotnego, oraz popaciorkowcowe ostre zapalenie nerek, zwykle 10 dni po anginie i do 3 tygodni po zakażeniach skóry i tkanki podskórnej.

### **ZAPOBIEGANIE**

Uodpornienie niestety nie jest możliwe. Do tej pory nie wynaleziono szczepionki przeciwko szkarlatynie. Jak już wspomniano, płonica jest chorobą, która rozprzestrzenia się drogą kropelkową i przez bezpośredni kontakt z przedmiotami i powierzchniami skażonymi bakteriami



Źródło: <https://lekarzebez kolejki.pl/blog/szkarlatyna-u-dzieci-i-doroslych-jak-leczyc/w-418>

## ŚWINKA

Świnka jest chorobą wirusową powodującą zapalenie ślinianek przyusznych i przenoszona przede wszystkim drogą kropelkową i przez ślinę. Zadaniem tych narządów zlokalizowanych w tylnej części jamy ustnej pomiędzy uszami i szczęką jest produkcja śliny. Po zarażeniu świnką ślinianki powiększają się i maluch odczuwa ból. W większości przypadków schorzenie dotyka dzieci w przedziale 5-14 lat, jednak możliwe jest również zarażenie w późniejszym wieku. Świnka raczej nie występuje u niemowląt. Po przejściu choroby praktycznie niemożliwe jest ponowne zarażenie,

ponieważ organizm uodparnia się na wirusa powodującego schorzenie.

## **OBJAWY**

Początkowe objawy świnki przypominają te występujące w grypie. Najpierw pojawia się niewysoka gorączka (38–39°C), dziecko skarży się na brak apetytu, złe samopoczucie, następnie dochodzi do wzrostu gorączki i wystąpienia bolesnego obrzmienia ślinianki przyusznej po jednej lub obu stronach. Zapaleniu ślinianek towarzyszy ostry ból, co skutecznie utrudnia szerokie otwarcie ust, pojawia się ból w okolicy stawu żuchwowego oraz przy nagryzaniu, żuciu i łykaniu, odczuwalna jest również wrażliwość na kwaśne pokarmy. Ponadto w okolicy ujścia przewodu ślinianki pojawia się zaczerwienienie i obrzmienie ślinianek, które narasta przez 2–3 dni, następnie cofa się po tygodniu. Pacjenci uskarżają się również na uczucie suchości w jamie ustnej.

## **POWIKŁANIA**

Świnka może wywoływać powikłania. Między innymi:

- ✓ zapalenie opon mózgowych
- ✓ zapalenie mózgu
- ✓ zapalenie jąder
- ✓ zapalenie trzustki

## ZAPOBIEGANIE

Podstawowym sposobem zapobiegania chorobie jest szczepienie ochronne MMR (przeciw odrze, śwince i różyczce) szczepionka jest najlepszym sposobem na zapobieganie śwince. Dzieci szczepi się w 13-14 miesiącu życia, a następnie według najnowszego Programu Szczepień Ochronnych wieku 6 lat (dawka przypominająca).

### Świnka



### (nagminne zapalenie przyusznic)



**Zdrowe dziecko**

**Dziecko ze świnką**

Źródło: <https://www.medicover.pl/o-zdrowiu/swinka-choroba-z-powaznymi-powiklaniami-objawy-i-leczenie-swinki,6336,n,192>

## **OWSICA**

Owsiki to inaczej robaki, które żyją w organizmie człowieka kosztem jelita grubego. Najczęściej występują u dzieci. Robaki te mają kilka milimetrów długości i przysysają się do ścian jelita. Wydostają się z odbytu (głównie w nocy), przez co dziecko się wierci, odczuwa swędzenia i czasem popłakuje. Owsikami można zarazić się drogą doustną, mogą dostać się one do organizmu przez połknięcie lub wdychanie jaj. Robaki owsicy dojrzewają w przeciągu 2-4 tygodni, a żyją do 2 miesięcy. Owsica jest przypadłością bardzo rozpowszechnianą, szacuje się ponad miliard zachorowań w ciągu roku, u dzieci w wieku 5-6 lat. Rozwojowi choroby sprzyja przebywanie w przedszkolu, żłobkach, szkołach czy domach dziecka.

## **OBJAWY**

Wśród najczęściej wymienianych objawów zakażenia pasożytem owsika ludzkiego u dzieci wymienia się:

- ✓ dokuczliwe, uporczywe swędzenie w okolicach odbytu i krocza, szczególnie wieczorami oraz w nocy,
- ✓ zaburzenia rytmu snu spowodowane swędzeniem, problemy z koncentracją oraz skupieniem uwagi i zapamiętywaniem,
- ✓ bóle brzucha,



- ✓ bóle głowy,
- ✓ brak apetytu,
- ✓ czasem moczenie nocne,
- ✓ zgrzytanie zębami,
- ✓ u dziewczynek występują również stany zapalne narządów płciowych

## **POWIKŁANIA**

W przypadku zaawansowanej, nieleczonej owsicy może dojść do poważnych powikłań, takich jak przewlekłe zapalenie jelita grubego, zapalenie pochwy, zapalenie macicy oraz zapalenie jajowodów czy zapalenie wyrostka robaczkowego (w tym ostatnim przypadku specjaliści nie są jednomyślni).

## **ZAPOBIEGANIE**

Zapobieganie owsicy to przede wszystkim:

- ✓ ścisłe, rygorystyczne przestrzeganie higieny osobistej, zwłaszcza u dzieci,
- ✓ częste mycie rąk, przede wszystkim przed każdym posiłkiem, po wyjściu z ubikacji, dotykaniu okolicy krocza itd.,
- ✓ przestrzeganie dokładnego mycia jarzyn i owoców przed jedzeniem,
- ✓ obcinanie krótko paznokci u dzieci,
- ✓ zmiana bielizny daytimej na nocną wieczorem przed spaniem,

- ✓ skuteczne zwalczanie znanych źródeł zarażenia,
- ✓ okresowe badania parazytologiczne w kierunku owsicy,
- ✓ częsta, regularna zmiana bielizny,
- ✓ osobne łóżko,
- ✓ częsta wymiana piasku w piaskownicy,
- ✓ unikanie zabawy w brudnej piaskownicy.



Źródło: <https://www.hellozdrowie.pl/owsiki-u-dzieci-przyczyny-i-drogi-zakazenia-jak-skutecznie-leczyc-owsiki-u-dzieci/>

## Źródła:

- <https://gis.gov.pl/zdrowie/choroby-zakazne/>
- <http://www.wsse.gda.pl/nadzor-sanitarny/oddzial-przeciwepidemiczny/choroby-zakazne>
- <https://www.medonet.pl/choroby-od-a-do-z/choroby-zakazne,odra--choroba----objawy--leczenie--powiklania-i-szczepienie,artykul,1579202.html>

- <https://www.medonet.pl/choroby-od-a-do-z/choroby-zakazne,ospa-u-dzieci---objawy--leczenie-i-przebieg-choroby--ile-trwa-,artykul,1656599.html>
- <https://www.poradnikzdrowie.pl/ciaza-i-dziecko/zdrowie-dziecka/ospa-wietrzna-u-dziecka-objawy-i-leczenie-ospy-u-dzieci-aa-ri3w-Zbeb-KksV.html>
- <https://www.mp.pl/pytania/pediatrica/chapter/B25.QA.19.2.31>.
- <https://www.medonet.pl/choroby-od-a-do-z/choroby-zakazne,rozyczka-u-dzieci---choroba---objawy--leczenie-i-powiklania,artykul,1579205.html>
- <https://www.medonet.pl/ciaza-i-dziecko/choroby-dzieciece,szkarlatyna---objawy--przebieg--leczenie,artykul,1620723.html#szkarlatyna-objawy>
- <https://podyplomie.pl/pediatrica/12158,plonica?page=2>
- <https://parenting.pl/plonica-u-dzieci>
- <https://www.medonet.pl/choroby-od-a-do-z/choroby-zakazne,swinka--choroba---objawy--leczenie-i-powiklania-u-doroslych,artykul,1579232.html#objawy-swinki>
- <https://www.poradnikzdrowie.pl/ciaza-i-dziecko/zdrowie-dziecka/swinka-objawy-leczenie-powiklania-aa-HctD-Z11H-7vGP.html>
- <https://www.medistore.com.pl/zdrowie/owsiki-u-dzieci>
- <https://www.medonet.pl/ciaza-i-dziecko/choroby-dzieciece,owsiki-u-dzieci---objawy--leczenie,artykul,1647161.html>