

«РУКА-НОГА-РОТ» АБО ВІРУС КОКСАКІ



Вірус Коксакі: симптоми та профілактика

Вірус Коксакі – це ентеровірус, який належить до родини Picornaviridae. Він може викликати інфекції як у дітей, так і у дорослих, проявляючись різними клінічними формами. Це захворювання може проявлятися як легкими

симптомами, так і важкими ускладненнями, залежно від віку пацієнта та його загального стану здоров'я. У дітей вірус часто викликає висип, біль у горлі та підвищену температуру, в той час, як у дорослих інфекція може призводити до болю в м'язах, головного болю, а також запалення серця або нервової системи. Важливою особливістю є те, що вірус може інфікувати людей упродовж всього року, з піковими періодами поширення влітку та восени.

Основною причиною інфікування є вірус Коксакі, який належить до групи ентеровірусів. Вірус Коксакі – це вірус, який передається переважно фекально-оральним шляхом або через контакт з зараженими предметами.

Серед факторів, що підвищують ризик зараження дитини, можна виділити:

- Контакт із носіями вірусу – у дитячих колективах, таких як садочки, школи та майданчики, діти часто контактують один з одним, що збільшує ймовірність зараження через спільні іграшки або фізичний контакт.
- Низький рівень гігієни – діти часто не дотримуються належних стандартів гігієни, таких як регулярне миття рук, що сприяє передачі вірусу через брудні руки.
- Ігри з предметами, що можуть бути забруднені – діти можуть контактувати з іграшками, одягом чи іншими предметами, що були забруднені фекаліями або іншими біологічними рідинами, що містять вірус.
- Вода чи їжа, що містить вірус, – зараження може відбуватися через споживання неякісної питної води, немитих фруктів чи овочів.
- Низький рівень імунітету – діти, особливо у ранньому віці, мають ще не сформовану імунну систему, що робить їх більш вразливими до різних вірусів, включаючи вірус Коксакі.

Щодо дорослих, основні шляхи передачі залишаються однаковими, однак, є й певні відмінності:

- Тісний контакт з хворими людьми: вірус може передаватися через фізичний контакт, включаючи обійми, поцілунки або інші форми близькості, особливо в родинному колі.
- Недотримання гігієнічних стандартів: як і у дітей, недостатнє миття рук або вживання їжі без дотримання правил гігієни є важливим фактором передачі. Дорослі можуть інфікуватися через контакт із забрудненими предметами, такими як дверні ручки чи гроші.
- Професійна діяльність: люди, які працюють у медичних установах, дитячих закладах чи інших місцях з великим скупченням людей, мають підвищений ризик контакту з вірусом.

- Передача через їжу та воду – у дорослих зараження часто пов'язане з вживанням зараженої води або продуктів харчування, таких як немиті овочі, фрукти чи термічно необроблені страви.

- Особливості побуту – передача вірусу в побутових умовах може відбуватися через спільне використання рушників, посуду чи інших предметів особистого вжитку, якщо один із членів сім'ї вже інфікований.

- Порушення імунітету через хронічні хвороби: вірус може мати більш серйозні наслідки для людей з ослабленим імунітетом через супутні хронічні захворювання або прийом імунодепресантів.

Зараження вірусом Коксакі може відбутися дуже швидко, оскільки вірус легко передається через контакт з інфікованими поверхнями, рідинами або носіями вірусу. Інкубаційний період зазвичай триває від 2 до 10 днів, і в цей час людина може вже бути заразною для оточуючих, навіть не маючи явних симптомів, що сприяє швидкому поширенню вірусу серед людей.

Симптомами вірусу Коксакі як у дітей, так і у дорослих, можуть бути:

- лихоманка та підвищення температури тіла;
- біль у горлі та труднощі при ковтанні;
- висипання на шкірі, часто у вигляді плям або пухирців на долонях, ступнях чи в роті (синдром «рука-нога-рот»);
- нудота, блювання та біль у животі;
- загальна слабкість, м'язовий біль або головний біль;
- у важких випадках – симптоми асептичного менінгіту, такі як ригідність потиличних м'язів, світлобоязнь чи сильний головний біль.

Ці симптоми можуть мати різну інтенсивність залежно від віку, стану здоров'я та індивідуальних особливостей організму.

Профілактика

- дотримання правил гігієни – регулярне миття рук з милом, особливо після відвідування туалету або контакту з потенційно зараженими предметами, є основною профілактичною мірою для запобігання інфекції. Важливо навчити дітей цим правилам з раннього віку;
- уникання тісного контакту з хворими – якщо хтось із членів родини або оточуючих має симптоми, схожі на вірус Коксакі, потрібно обмежити контакт, щоб знизити ризик передачі вірусу;
- дезінфекція предметів і поверхонь – обробка іграшок, столів, дверних ручок та інших поверхонь, з якими контактують діти та дорослі;
- використання індивідуальних засобів гігієни – у родині або в дитячих колективах важливо, щоб кожен використовував свої рушники, посуд та інші особисті предмети, щоб уникнути.
- зміцнення імунітету – вітаміни та збалансоване харчування можуть допомогти підвищити загальний імунітет організму. Для дітей особливо важливо отримувати достатньо поживних речовин для підтримки здоров'я.

Дотримання цих заходів допомагає знизити ризик зараження та сприяє збереженню здоров'я у періоди підвищеної захворюваності.

Не допустити виникнення захворювання значно легше, чим лікувати!

Кременчуцьке районне управління Головного управління
Держпродспоживслужби в Полтавській області