

## VIRUSNE OKUŽBE PREBAVIL

Okužba z **norovirusi** je virusna okužba prebavil ali virusni gastroenterokolitis. Laični izraz za okužbo je tudi „trebušna gripa“, čeprav bolezen ni posledica okužbe z virusi gripe. Tudi okužba z **rotavirusi** povzroča gastroenteritis in je najpogostejši vzrok hude driske pri otrocih. Pogosto je potrebno otroka z rotavirusno okužbo zdraviti v bolnišnici.

### ZNAKI IN SIMPTOMI OKUŽBE

Okužene osebe odvajajo tekoče blato, bruhamo, imajo krče v trebuhu, se slabo počutijo. Lahko se pojavijo tudi nekoliko povišana telesna temperatura, glavobol, bolečine v mišicah. Težave trajajo dan ali dva. Okužba nima trajnih posledic za zdravje ljudi. Nevarno je le, če bolniki ne nadomeščajo izgubljene tekočine, kar lahko privede do izsušitve ali dehidracije. Dehidracija je zlasti pogosta pri majhnih otrocih in starejših osebah. Osebe z dehidracijo se zdravijo v bolnišnici. Okužba je nevarnejša tudi za osebe z oslabljenim imunskim sistemom.

### KDAJ SE POJAVIJO ZNAKI OKUŽBE?

Simptomi in znaki okužbe se pojavijo v enem do treh dneh po okužbi.

### NAČIN OKUŽBE

Okužba se zlahka širi med ljudmi, ker je količina virusov, ki so potrebni za okužbo človeka, zelo majhna. Virusi se širijo „fekalno oralno“; to pomeni iz iztrebkov (lahko tudi izbruhanine) v katerih je mnogo virusov, na roke, iz rok pa v usta zdrave osebe. Možen je posredni prenos preko površin, predmetov, hrane itd.

Okužimo se torej lahko:

- s stiki z okuženo osebo,
- z uživanjem okužene hrane, pijače,
- z dotikanjem površin, predmetov na katerih se nahajajo virusi,
- redkeje z vdihavanjem aerosola, ki nastane iz okuženih izločkov (izbruhanine).

Obolele osebe so kužne vsaj še tri dni (redko do dva tedna) po prenehanju driske oziroma bruhanja.

### KDO SE LAHKO OKUŽI?

Vsi. Prebolela bolezen ne zapuša trajne odpornosti, možne so ponovne okužbe, saj obstajajo številni sevi virusov.

### ZDRAVLJENJE

Specifičnega zdravila za zdravljenje okužb z norovirusi in rotavirusi zaenkrat ni na voljo. Antibiotično zdravljenje ni primerno.

Potrebno je sproti nadomeščati izgubljeno tekočino in minerale, ki jih bolnik izgubi zaradi driske in ali bruhanja. Tekočino nadomeščamo s pitjem t.i. oralne rehidracijske raztopine, (praški za pripravo so na voljo v lekarnah), ki vsebuje vodo in minerale, sadnih sokov, vode.

### NAČINI PREPREČEVANJA OKUŽB:

- pogosto in pravilno umivanje rok, zlasti po uporabi WC, menjavi plen, čiščenju prostorov, še zlasti če smo prišli v stik z okuženimi izločki, pred pripravo hrane ali pred jedjo oz. vedno ko prehajamo iz „manj čistih k bolj čistim opravilom“,
- temeljito pranje živil, ki jih zaužijemo surove (sadja, zelenjave ipd) s higiensko neoporečno vodo,
- bolniki s svežo okužbo naj ostanejo doma,
- otroci, ki obiskujejo vrtec ali šolo, naj se vrnejo v kolektiv po 48 urah od zadnjega bruhanja ali driske,
- bolniki, ki imajo drisko in ali druge znake sveže okužbe, naj ne obiskujejo javnih kopališč, savn, solarijev ipd.,
- bolniki, ki imajo drisko, naj ne obiskujejo zlasti družin z majhnimi otroci, kroničnih bolnikov ali starejših oseb,
- okužene osebe ne smejo pripravljati hrane v času akutne okužbe in še tri dni po prenehanju driske in ali bruhanja. Osebe z akutno okužbo, ki so zaposlene v živilski stroki, naj ne opravljajo dela, dokler imajo znake sveže okužbe oz. naj ravnajo v skladu z navodili lečečega zdravnika, o bolezni naj takoj obvestijo delodajalca. Če je hrano pripravila oseba s svežo okužbo, naj se zavrže.
- površine, ki so prišle v stik z okuženimi izločki (izbruhanino ipd), naj se razkužijo z ustreznim razkužilom,
- oblačila in posteljnino, ki so morda onesnažena z okuženimi izločki, naj se takoj odstrani oziroma opere (na temperaturi +60°C),
- če je v družini (kolektivu) na voljo več sanitarij, naj obolele osebe uporabljajo svoje sanitarije, zdrave osebe pa druge sanitarije,
- za preprečevanje rotavirusnih okužb je na voljo tudi cepivo.