

Kaip apsisaugoti nuo tymų?



Esant nepalankiai sergamumo tymais epidemiologinei situacijai, kai vis dažniau tiek Lietuvoje, tiek kitose Europos šalyse registruojami susirgimai šią sunkia užkrečiamąją liga, primename progimnazijos bendruomenei kas tai per susirgimas ir kaip jo išvengti. Ypatingai budriais raginame būti tėvelius/globėjus, kurių vaikai nėra skiepyti ar patys nesate pasiskiepiję.

Tymai – labai laki oro lašeliniu keliu (čiaudint, kosint, kalbant), taip pat per kvėpavimų takų išskyromis suterštas rankas ar kitus aplinkos daiktus, plintanti virusinė infekcija. Liga prasideda karščiavimu, akių junginės uždegimu, sloga, kosuliu ir Kopliko dėmelių atsiradimu (tai į druskos grūdelius panašūs bėrimo elementai, kurie atsiranda ant skruostų gleivinės). Odos bėrimas atsiranda 3-7 ligos dieną, iš pradžių ant veido, vėliau greitai išplinta ir apima liemenį, kojas, rankas. Infekcijos metu odos bėrimo neniežti, praeina per 7-10 d. Infekcijos šaltinis – sergantis žmogus. Tymams imlūs yra ir vaikai, ir suaugusieji. Iki 90-95% imlių, imuniteto neturinčių asmenų, kontaktavusių su sergančiuoju tymais, suserga. Imliose bendruomenėse nuo vieno kontakto su tymais kyla iki 18 naujų susirgimų. Jeigu asmuo yra imlus tymams, užsikrėsti užtenka 15 min. ir daugiau, jeigu bendraujama, būnama toje pačioje patalpoje. Tymais sergantis asmuo gali užkrėsti kitus dar 4–5 dienas iki ir 4 dienas po bėrimo atsiradimo. Didžiausią riziką tymai kelia: nesirgusiems, neskiepytiems ar nepilnai skiepytiems (viena tymų vakcinos doze) kūdikiams, vaikams ir suaugusiems; nėščiosioms, prislopinto imuniteto asmenims. Todėl pajutus pirmuosius ligos simptomus kreipkitės į savo asmens sveikatos priežiūros įstaigą.

Pagrindinė apsisaugojimo priemonė yra skiepai. Lietuvoje vaikai pagal nacionalinį skiepų kalendorių yra skiepijami 15 mėn. ir 6–7 m. amžiaus. Skiepijama kombinuota tymų-epideminio parotito-raudonukės (MMR) vakcina. Jei neprisimenate ar esate skiepyti kreipkitės į asmens sveikatos priežiūros įstaigą į savo pediatrą ar šeimos gydytoją dėl galimybės peržiūrėti vaiko ar savo ambulatorinę kortelę.

Taip pat prisiminkite kitas profilaktikos priemones saugančias nuo oro-lašeliniu keliu plintančių užkrečiamųjų ligų:

- laikytis kosulio etiketo ir nepamiršti rankų higienos reikalavimų;
- užtikrinti tinkamą patalpų vėdinimą ir valymą;
- daugiau būti gryname ore;
- pajutus pirmuosius ligos požymius likti namuose (nevykite į mokyklą ar darbą) ir kreiptis į gydytoją.

Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Danutė Kiršiniene