

BOLEZEN »ROKE, NOGE, USTA«

Bolezen »roke, noge, usta« je pogosta bolezen dojenčkov in majhnih otrok. Zbolijo lahko tudi odrasli. Značilni simptomi so: vročina, sor in mehurjast izpuščaj. V kolektivih otrok se bolezen večkrat pojavlja epidemično, zlasti poleti in zgodaj jeseni.

Povzročitelj: različni virusi. Najpogostejši povzročitelji so coxackievirusi, ki spadajo v skupino enterovirusov.

Način prenosa: povzročitelj se prenaša med ljudmi ob neposrednem kontaktu **z izločki nosu in žrela ali z blatom** okužene osebe. **Bolnik je najbolj kužen v prvem tednu bolezn.** Rekonvalescent po preboleli bolezn lahko izloča povzročitelja bolezn z blatom še več tednov do mesecev.

Inkubacijska doba: običajno 3 do 6 dni. Vročina je najpogosteje prvi simptom bolezn.

Potek: Bolezn se prične s povišano temperaturo, slabšim apetitom, utrujenostjo; bolnik pogosto navaja bolečine v žrelu. 1 dan ali 2 dan se pojavijo rdeče pege na sluznici v ustni votlini. Iz peg se kasneje razvijejo mehurčki, ki počijo. Še kasneje se tudi na koži pojavi izpuščaj, ki ne srbi. Mehurčast izpuščaj je najpogostejši na dlaneh in podplatih. Bolezn običajno traja 7 do 10 dni in ne potrebuje zdravljenja. Zelo redko je bolezn povezana z razvojem virusnega meningitisa.

Preprečevanje: izvajamo vse ukrepe za preprečevanje kapljičnih in črevesnih nalezljivih bolezn. Pogosto zračimo, poostriamo nadzor nad brisanjem nosov, odstranjevanjem uporabljenih robčkov in pleníc, ter **umivanjem rok**. Pozorni moramo biti, ko se otrok vrne v kolektiv, saj se povzročitelj izloča z blatom. Pazimo na higiensko previjanje, odstranjevanje pleníc, brisanje ritke in umivanje lastnih in otrokovih rok.

Čeprav so otroci v prvih dneh bolezn pogosto izključeni iz kolektiva, lahko z navedenimi ukrepi le delno preprečimo širjenje povzročitelja.

Organizator ZHR in prehrane
Meta Sebal, san.ing



Mestna občina
Ljubljana

