

Rotavirusne okužbe

mag. Jerneja Ahčan, dr. med. specialistka pediatrije, zasebna pediatrična ordinacija

Najpogostejši povzročitelji črevesnih okužb so rotavirusi, za katerimi običajno zbolijo več družinskih članov. Rotavirusi so majhni okrogli virusi, ki se hitro širijo, še posebej v vrtcih, in se pogosto pojavljajo v hladnejšem obdobju. Otroci, ki so okuženi z rotavirusom običajno zbolijo z vročino, bruhanje, imajo drisko, tožijo za bolečinami v trebuhu, odklanjajo hrano in pijačo, so utrujeni, poležavajo in manj urinirajo, kar pa je že lahko posledica prevelike izgube tekočin. Okužba z rotavirusi poteka ko se virusi preko onesnaženih rok prenesejo neposredno na druge osebe, pa tudi na predmete in površine v okolici, kjer lahko ostanejo več dni. Zato to črevesno okužbo imenujemo tudi bolezen umazanih rok. Najnevarnejša posledica rotavirusnih okužb je dehidracija, ki pogosto zahteva hospitalizacijo otroka. Po podatkih inštituta za varovanje zdravja je bilo v Sloveniji leta 2010 hospitaliziranih 196 otrok mlajših od enega leta in 543 otrok v starosti od enega do štirih let.

Zdravljenje rotavirusnih okužb

Zdravljenje rotavirusnih okužb poteka simptomatsko, kar pomeni, da je potrebno nadomeščati izgubljene tekočine in zniževati telesno temperaturo, kadar ta preseže 38.5 stopinj C. Dieta ni potrebna, ker poteka driske ne ublaži, niti ne skrajša. Prehrana mora biti lahko prebavljiva, nemastna in normalno sladkana. Priporočljive so rahlo slane mesne juhe, belo meso, zelenjava, kompoti in sadne kaše, še zlasti banane, ki so bogate s kalijem, probiotični izdelki in slane palčke. Dojenega otroka naj mati še pogosteje doji, pri otrocih, ki so hranjeni z mlečnimi mešanici pa z njimi nadaljujemo in jih ne zamenjujemo. Večji otroci naj popijejo vsaj toliko tekočine, kot so jo izgubili. Kadar je odvajanje obilno, se uporabi oralna rehidracijska tekočina, pripravek v obliki praška, ki ga kupimo v lekarni brez recepta. Odsvetujemo pa pitje gaziranih pijač, ker napenjajo.

Starši morajo biti še posebej pozorni na znake izsušenosti, ki se pojavijo ob preveliki izgubi tekočin (bruhanje in/ali driska), ki je otrok ni sposoben nadomestiti s pitjem. Izsušen otrok je žejen, ima razpokane in živo rdeče ustnice, manj vlažen, lepljiv in obložen jezik, ustna sluznica je suha, slina pa gosta. Oči so temno obrobljene in upadle, pri dojenčku je velika mečava ubočena. Koža je bleda, kožna guba se počasneje izravna. Otrok odvaja manj vode kot običajno (pleničke so manj mokre), urin je temnejši in gostejši. Izsušen otrok je manj živahen, več počiva, spi in izgublja na telesni teži.

Preprečevanje rotavirusnih okužb

V vrtcu otrok lahko pride v stik s številnimi novimi mikrobi, ki jih njegov imunski sistem še ne pozna in se zato slabše odzove na okužbo. Zato so pri otrocih, ki vstopijo v vrtec, možne številne okužbe dihal in prebavil. Imunski sistem otroka krepimo z redno in uravnoteženo prehrano z dovolj sadja in zelenjave, čim več gibanja na svežem zraku, skrbeti moramo za zadosten vnos tekočin in dovolj spanja. Psihični stres, ki ga doživlja otrok, ko začne obiskovati vrtec, dodatno oslabi imunski sistem, zato moramo biti v tem času do otroka še posebno strpni, prijazni in ljubeči.

Skrbeti moramo za redno umivanje rok, za brisanje nosu uporabljamo papirnate robčke, ki jih po uporabi vržemo v koš, učimo in opozarjamo otroke, da ne kihajo in kašljajo eden v drugega in ne dajejo igrač v usta. Poskrbimo za higiensko odstranjevanje rabljenih pleničk ter pogosto čistimo površine in predmete v otrokovi okolici. Dnevno je treba večkrat prezračiti prostor v katerem bivamo, ker se nekateri virusi prenašajo tudi po zraku. Pomembno je, da otrok, ki je zbolel za rotavirusnimi okužbami ostane v domači oskrbi.

▪ Zaščita s cepljenjem

Otroke je pred rotavirusnimi okužbami možno zaščititi s cepljenjem, ki pri nas ni uvrščeno med obvezna cepljenja otrok, vendar je zelo priporočljivo za vse dojenčke, še posebno za tiste, ki bodo vključeni v kolektivno varstvo, imajo sorojenca v kolektivnem varstvu, so pogosteje hospitalizirani ali ambulantno obravnavani ali pa nameravajo s starši potovati v prvih letih življenja.

Cepljenje se lahko začne po dopolnjenem šestem tednu starosti z dvema ali tremi odmerki cepiva, med katerimi mora biti vsaj štiritedenski interval. Cepljenje je po veljavnih priporočilih treba zaključiti do šestega meseca otrokove starosti. V Sloveniji sta na voljo dve cepivi proti rotavirusom v obliki tekočine, ki jo otrok popije, zato cepljenje ni neprijetno. Cepivo se lahko daje sočasno z vsemi ostalimi cepivi. Otroka je možno cepiti pri izbranem pediatru, cepljenje pa je samoplačniško.