

Najpogostejše okužbe malčkov v vrtcih

prim. mag. dr. Breda Zakotnik, dr. med., specialistka pediatrije, Klinika za infekcijske bolezni in vročinska stanja UKC Ljubljana.

Otroci, ki so vključeni v kolektiv, večkrat zbolijo z nalezljivimi boleznimi, ki se širijo s stiki med ljudmi. Najbolj pogoste so virusne okužbe zgornjih dihal, zlasti navadni prehlad in črevesne virusne okužbe, predvsem rotavirusna driska.

Najbolj pogosta in najbolj poznana **virusna okužba zgornjih dihal** je navadni **prehlad**. Malčki, mlajši od 3 let, povprečno prebolijo 6 do 8, malčki vključeni v kolektivno varstvo pa 8 do 10 prehladov letno. S starostjo otroka se število prehladov manjša. Okužbe so pogostejše v hladnejšem delu leta, med septembrom in marcem. Prehlad povzročajo različni virusi. Značilni bolezenski znaki so pekoč občutek v nosu, bister izcedek iz nosu, pekoča bolečina v žrelu, pri malčkih je zvišana tudi telesna temperatura. Težave trajajo povprečno teden do deset dni. **Gripa** pri malčkih poteka enako kot okužbe dihal povzročene z drugimi virusi. Ker bolezen spremlja zelo visoka temperatura so možni vročinski krči.

Znana zapleta virusnih okužb dihal sta predvsem bakterijsko vnetje ušes in pljučnica.

Vnetje srednjega ušesa prebolevajo mlajši otroci vključeni v vrtce pogosteje od vrstnikov, ki so v domačem varstvu. Povprečno prebolijo več kot tri epizode letno. Bolezen se lahko pojavi kot zaplet prehlada ali pa tudi samostojno. Poleg različnih virusov so možni povzročitelji tudi bakterije, zlasti pnevmokoki. Otroci, ki obiskujejo vrtce so pogosteje nosilci pnevmokokov v nosnožrelnem prostoru. Za bolezen je značilna močna bolečina v ušesu. Pri izlivnih vnetjih iz sluhovoda izteče bistra ali gnojna tekočina. Ponavadi bolezen spremlja povišana telesna temperatura.

Okužbe spodnjih dihal so precej manj pogoste. Glavna značilnost je kašelj.

Vnetje drobnih sapnic ali bronhiolitis je bolj značilno za otroke, mlajše od 2 let. Povzročitelji so respiratorni virusi. Bolezen začne z nahodom, ki mu sledi dražec kašelj, dihanje postaja vse bolj pospešeno, piskajoče, otrok diha z velikim naporom. Telesna temperatura je praviloma visoka, ponavadi je potrebno zdravljenje v bolnišnici. **Pljučnica** pri malčkih ni pogosta. Povzročitelji so lahko virusi ali bakterije. Večina bolnikov ima povišano telesno temperaturo in so bolj ali manj splošno prizadeti, kašljajo, opazno je dihanje z naporom. Trajanje in zdravljenje bolezni je odvisno od povzročitelja.

Vnetje nebnic ali angino večinoma povzroča bakterija streptokok. Za bolezen so poleg bolečine pri požiranju in povišane temperature, značilne še povečane in boleče bezgavke na vratu.

Črevesne virusne okužbe so pri malčkih, ki obiskujejo vrtce, po pogostosti na drugem mestu, takoj za virusnimi okužbami zgornjih dihal. **Rotavirus** je pri malčkih, posebno maljših od 3 let, najpogostejši povzročitelj drisk. Okužbe se pojavljajo preko celega leta, vendar pa jih je kar 80% v hladnejšem delu leta. Bolezen se začne navadno z bruhanjem in visoko temperaturo, ki jima sledi driska. Posledica bruhanja in pogostih odvajanj vodenega blata je izsušitev. Izsušitev je hujša in nastopi hitreje pri otrocih, mlajših od 2

let. Rotavirusna driska traja povprečno 5 do 7 dni. Bolezen je zelo nalezljiva, zbolijo lahko tudi večji otroci in občasno odrasli, vendar pri njih poteka v blažji obliki. Drugi povzročitelji črevesnih okužb so manj pogosti, bolezenska slika pa je ne glede na povzročitelja podobna.

Od **izpuščajnih otroških boleznih** med vrtčevskimi otroci najbolj pogosto srečamo **norice**. Značilen je mehurčast izpuščaj, ki je sprva izpolnjen z bistro tekočino, ki se kasneje zamotni. Mehurčki se posušijo v hraste. Bolezen navadno spremlja visoka vročina. Ker so bolniki kužni že 24 ur pred pojavom izpuščaja in ker prvih izpuščajev ne opazimo dovolj zgodaj se bolezen v kolektivih hitro širi. Prenos je po zraku.

Škrlatinko povzroča isti povzročitelj kot angino. Bolezen začne z visoko vročino, bruhanjem, glavobolom, mrznenjem in bolečinami v žrelu. Značilen drobno zrnat rdeč izpuščaj se pojavi drugi dan boleznih v pazduhah in dimljah ter se nato širi po vsem telesu. Ob koncu boleznih se prične luščiti koža.

Peto bolezen povzroča parvovirus B 19. Izpuščaj je prepoznaven, lička so izrazito rdeča kot bi otroka nekdo oklofotal, v naslednjih dneh pa se pojavi mrežast izpuščaj še po udih in telesu. Jakost izpuščaja se spreminja od močno do komaj opaznega. Izpuščaj je viden 1 do 3 tedne.

Zdravljenje in preprečevanje

Ob prebolevanju katerekoli okužbe potrebuje otrok počitek doma. S tem omogočimo hitrejše in boljše zdravljenje pa tudi preprečimo širjenje boleznih na druge otroke. Vročino znižujemo s sredstvi za zniževanje telesne temperature in skrbimo, da otrok uživa zadostne količine tekočin.

Pri zdravljenju virusnih okužb dihal skrbimo za redno čiščenje nosu, pri izrazitem kašlju pomagajo tudi vlažne inhalacije.

V primeru zapletov in bakterijskih okužb je navadno potrebno antibiotično zdravljenje. Ker je glede na vrsto okužbe treba izbrati ustrezen antibiotik, jih vedno dajemo le po nasvetu zdravnika.

Pri zdravljenju črevesnih okužb je še posebno pomembno poskrbeti za zadosten vnos tekočin in mineralov. Dieta ni potrebna, saj je znano, da poteka boleznih ne ublaži in ne skrajša, če je dolgotrajna je lahko celo škodljiva, ker otroka še dodatno izčrpa. Otroci naj prejema lahko prebavljivo, starosti primerno hrano.

Starši lahko pripomorejo, da bodo otroci v vrtcih manj bolni s tem, da jih čimprej naučijo dobrih higienskih navad, zlasti umivanja rok, higiene kašlja ter poskrbijo, da otroci opravi vsa priporočena cepljenja. Prav zaradi dobre precepljenosti otroci so nekdanje pogoste otroške boleznih kot ošpice, rdečke in mumps postale prava redkost.

Z dodatnimi cepljenji je možno preprečiti tudi nekatere od boleznih, s katerimi se otroci v vrtcih pogosto srečujejo. Na razpolago so cepiva proti rotavirusni driski, pnevmokoknim okužbam, gripi in noricam.