

«Күншуақ» бөбекжай – бақшасы» МКҚК

БАЯНДАМА

Тақырыбы: «Жіті респираторлық
вирустық инфекция»
(ЖРВИ)

2022

Жіті респираторлық вирустық инфекция (ЖРВИ) - әлемдегі тұмауды біріктіретін аурулардың ең кең тараған тобы тұмау, парагрипп, респираторлық-синцитиалдық инфекция, риновирусты және аденовирусты инфекция, басқа жоғарғы тыныс алу жолдарының талаурамалы қабынбалары. Даму үдерісінде вирустық ауру бактериялық инфекцияға асқынуы мүмкін.

ЖРВИ- бұл төрт ортақ белгілерді біріктіретін аурулар тобы.

1. Олардың барлығы жұқпалы болып табылады. Олардың вирусын тудырады;
2. Ауру қоздырғыштары ағзаға ауа-тамшы жолдарымен – тыныс алу ағзалары арқылы келеді;
3. ЖРВИ кезінде бірінші кезекте тыныс алу ағзалары зардап шегеді. Ауруды тегіннен респираторлық, яғни «тыныс алуға қатысты» деп атаған жоқ;
4. ЖРВИ тез таралады және көпке созылмайды. Қоздырғыштар жөтелу, түшкіру, сөйлесу кезінде ауа арқылы науқас адаммен байланыс жасаған кезде жұғады.

ЖРВИ кезінде не болады?

Вирустар мен бактериялар тыныс алу жолдарына түседі, шырышты қабыққа түсіп, зиянды заттар уыттар бөліп шығарады, сосын олар қан арқылы барлық ағзаға таралады. ЖРВИ-мен балалар және иммундық жүйесі әлсіреген адамдар жиі ауырады. Иммунитет ауырғаннан кейін тұрақты емес, сондықтан әр адам жыл сайын 3-4 және одан да көп ауруы мүмкін.

ЖРВИ әдетте жіті, күтпеген жерден басталады. Жұқтыру мен ауру арасында орташа алғанда шамамен 2 күн өтеді. Ауырар алдында адамды мыналар мазалау мүмкін: шаршау сезімі, әлсіздік, ашуланшақтық. Бұдан әрі бұл белгілер көбейеді, бас ауырады, қатты әлсіздік, бұлшық еттер сырқырайды, дене қызуы жоғарлауы мүмкін, терлегіш болады. Тұмау, тамақтың ауруы, жөтел пайда болуы мүмкін. Кейбір жағдайларда тыныс алу жолдарының зақымдануымен конъюнктивит-көздің зақымдануы белгілері болуы мүмкін.

ЖРВИ немен қауіпті?

қатты ауырғандар және қатты асқынулар бойынша емдеуге жатқызуға мұқтаж.

Диагностика және емдеу.

ЖРВИ диагнозын терапевт қараған және науқастан сұраған кезде қояды. Сонымен бірге дәрігер несеп пен қан талдауын тағайындауы мүмкін.

ЖРВИ емдеу әдетте дәрігердің бақылауымен үй жағдайында жүргізіледі. Пациентті ауруханаға тек аса ауыр жағдаятта немесе шиеленген жағдайда жібереді.

Науқас міндетті түрде төсек тартып жатуды қадағалауы және барынша сұйық зат ішуі керек, жылы шай мен морс ішкені жақсы. Дене қызуы жоғары

болғанда қызу басатын дәрі-дәрмектерді, қажеттілігіне қарай тұмауға қарсы дәрілерді немесе жөтелге қарсы препараттарды қолдануы керек.

ЖРВИ кезінде тыныс алу гимнастикасы мен дәрумендер терапиясы жақсы әсер етеді. ЖРВИ кезінде антибиотиктер тиімді емес, сондықтан олар бактериялық инфекция немесе асқыну кезінде тек дәрігердің тағайындауымен қабылданады.

ЖРВИ мен тұмауды алдын алу:
Тұмауды алдын алудың 3 түрі бары белгілі:

- Екпелік алдын алу;
- Дәрімен алдын алу (вирусқа қарсы дәрілер);
- Жеке және қоғамдық гигиена (ақпараттандыру жолымен) ережесін қадағалау.

Екпелік алдын алу – тұмауды бақылаудың басты амалы. Екпе - кез келген тұмау эпидемиясы кезінде ең сенімді қорғаныс болып табылады. Екпе нәтижесінде пайда болған иммунитет аурудан сенімді қорғайды. Көптеген маңызды инфекция, атап айтқанда полиомиелит, дифтерия, қызылша жаппай екпе нәтижесінде толық жойылады. Маусымдық тұмауға қарсы жыл сайынғы екпе барлық жастағы топтарда ауру мен өлім-жітімді барынша азайтады. Осы мақсаттар А/Н1N1/2009 тұмау індеті даму кезеңінде қазір де көзделген.

Екпе мақсаты – инфекция ретінде тұмауды толық жою емес, тұмаудан өлім-жітімді және ауруларды, әсіресе оның асқынуларын, жүрек-қантамырлық, өкпе ауруларының, басқа да созылмалы патологиялардың асқынуын азайту. ДСҰ жыл сайын қатерлі топтарға тұмауға қарсы егуді ұсында: 65 жастан жоғары (созылмалы патология болған жағдайда –кез келген жаста), 6 айдан бастап 15 жасқа дейінгі балалар, медицина қызметкерлері және басқа да көптеген өндірістік байланыстағы адамдар.

Қауіп-қатердің ерекше тобы, яғни бөлек қарастыратындарды жүкті әйелдер, әсіресе екінші және үшінші триместрдегі жүкті әйелдер құрайды. Қазіргі замандағы жағдаятқа жасалған – дені сау жүкті әйелдердің көп бөлігі тұмау қатты ауырғандар және қатты асқынулар бойынша емдеуге жатқызуға мұқтаж.

Қазіргі таңда тіркелген жүкті әйелдер арасында А/Н1N1/2009 тұмаудан болған аурудың өліммен аяқталған жағдайы шамамен 5% расталды. Және де негізгі тұрғындардың ішінен жүкті әйелдер шамамен 1 пайызын құрайды. Сондықтан Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы мен Денсаулық сақтау министрлігі барлық жүкті әйелдерге екпе егуді, соның ішінде маусымдық тұмауға қарсы белсенділігі жойылған екпе егуді ұсынады.

Негізгі тұжырымдар:

- Тұмауға қарсы вакцина қауіпсіз;

- Екпе жасау егде адамдар мен қатерлі топтар арасында ауруларды, емдеуге жатқызу және өлім-жітімнің болу қауібін азайтады;
- Тұмауға қарсы екпе дені сау жастар, балалар мен ұйымдастырылған ұжымдар арасында ауру және асқыну қауібін азайтады;
- Егде адамдар мен қатерлі топтарға екпе міндетті түрде ұсынылады.

Ақапарттандыру жолымен алдын алу. Жеке және қоғамдық гигиена ережесін қадағалау.

ЖРВИ, H1N1/pdm2009 (ол ғана емес) тұмауы таралмау үшін алдын алу іс-шараларын қолдану қажет және де әр адамның қарапайым санитарлық-гигиеналық ережелерді қолдана отыра, аурудың және тұмаудың таралу қауібін азайта алады. Сондықтан әркім тап болатын жағдаяттарды қарастырайық және жағдаяттардың барлығына нақты қажетті алдын алу іс-шараларын тізіп шығайық.

Біріншіден:

Өзіңіздің ауырып қалмауыңыз және айналадағыларға жұқтырмау үшін не істеу керек:

- Науқас адамдармен байланыстан алшақ болу;
- Науқасқа 1 метрден жақын жақындамау;
- Науқас адамдармен байланыс жасаған кезде демперде кию;
- Инфекцияның таралуын алдын алу үшін қолды сабынмен немесе бактерияға қарсы (құрамында спирт бар) ерітіндімен жуу;
- Бір реттік қол орамалын қолдана отыра, жөтелген және түшкірген кезде мұрын мен ауызды жабу;
- Адам көп жиналған жерге (ойын-сауық шараларына, жиналыстарға, кездесулерге) бармау;
- Бөлмені жиі желдету;
- Кір қолмен көзді, мұрын мен ауызды түртпеу;
- Салауатты өмір салтын ұстану (толық қанды ұйқы, таза ауа, белсенді демалыс, дәрумендерге бай тағамдар), ол ағзаның кез келген инфекциямен күресуіне көмектеседі.

Екіншіден:

Егер Сіз ауырып қалсаңыз, басқа адамдармен байланысты барынша азайту және емдеу бойынша нұсқау алу үшін шұғыл дәрігерді үйге шақырыңыз. Жеке күнделікті гигиена шараларын ескере отыра және науқастанған күннен бастап 7 күн ішінде үйде қалыңыз.

Егер Сіз бәрібір ауырып қалсаңыз, онда:

- Басқа адамдарға қауіп төндірмеу және қауіпті асқынуды болдырмау үшін үйде қалыңыз;
- Төсек тартып жату режимін қадағалаңыз;
- Мүмкіндігінше өзіңізді басқа отбасы мүшелерінен оқшаулаңыз;

- Аурудың бірінші белгілері кезінде дәрігерді шақырыңыз;
- Бір реттік қол орамалын қолданыңыз, қолданған соң бірден оны лақтырыңыз;
- Дәруменді сұйық сусындарды, сонымен қатар қызу басатын қасиеті бар мұқжидек, итбүлдірген тұнбасын көп ішіңіз;
- Дәрігердің барлық тағайындамасын орындаңыз және препараттар қабылдаңыз, әсіресе вирусқа қарсы, қатаң кесте бойынша. Сіз жазылған сияқты болсаңыз да, препарат қабылдаудың толық курсың өтуіңіз қажет;
- Хал-жағдайыңыз нашарлап кеткен жағдайда дәрігерге уақытылы бару және қажетті ем алу үшін, өз хал-жағдайыңызды мұқият қадағалаңыз.

Үшіншіден:

Отбасының бір мүшесі ауырса болды, бір-бірден қалғандары да ауыратынын жиі білеміз. Науқасты бөлек бөлмеге оқшаулау, ауырған адамның отбасы мүшелері үшін дәке таңғыш қолдану, науқастың бөлмесін жиі желдету және ылғалды жуып-шаю осының барлығы алдын алу іс-шараларының ажырамас бөлігі. Тұмау ошағында – науқас жатқан бөлмедегі тұрмыстық заттарда, ауада ауру қоздырғыштарды зарарсыздандыру бойынша дезинфекциялық іс-шаралар өткізу міндетті. Ауада инфекциялық аэрозолдің (ұсақ дисперстік, шаң фазаларының) шоғырлануын азайтудың қарапайым тәсілі бөлмені жиі желдету болып табылады. Суық жыл мезгілінде күніне 3-4 рет 15-20 минуттан желдету ұсынылған. Сонымен бірге науқас бөлмесінің ауа температурасын бақылау керек. Ол 20°C төмен болмауы қажет.

Егер отбасында науқас пайда болса, онда келесі ережелерді қадағалау керек:

- Мүмкіндігінше науқас отбасының басқа мүшелерінен мүмкіндігінше бөлек орналастыру;
- Науқасқа бір адам күтім жасаса жақсы болады;
- Науқасқа жүкті әйел күтім жасамағаны дұрыс;
- Отбасының барлық мүшелері демпердені қолдану, қолды жиі жуу, зарарсыздандыру заттарымен қолды сүрту сияқты гигиеналық іс-шараларды қадағалауы тиіс;
- Отбасының басқа мүшелерінде тұмау белгілерінің пайда болуын бақылау;
- Науқастан кемінде 1 метр қашықтықта болуға тырысу керек;
- Науқасқа бөлек ыдыс-аяқ бөлу;
- Хал-жағдайы нашарлауы мүмкін кезде уақытында дәрігерге қаралу және қажетті ем алу үшін науқас жағдайын мұқият қадағалау.

Сіз бір реттік демперде қолдансаңыз, онда келесі талаптарды орындауға тырысыңыз:

- Ылғалды немесе дымқыл демпердені жаңа, құрғаққа ауыстыру;

- Науқасқа күтім жасағаннан кейін демпердені бірден шешіңіз, лақтырып тастаңыз және қолыңызды жуыңыз.

Бір демпердені екінші рет қолданудан алшақ болыңыз, себебі олар індет жұқтырудың көзі болуы мүмкін!

Адамнан адамға респираторлық вирустардың берілуін болдырмау үшін демперденің тиімділігін зерделеу бойынша жүргізілетін клиникалық зерттеу эпидемия кезінде демпердені дұрыс қолдану вирустық инфекцияны жұқтыру қауібін 60-80% төмендетеді.

Дәрімен алдын алу
Тұмауды алдын алу үшін препараттар барынша түрліше, оларды тек дәрігердің тағайындауымен қабылдау қажет. Кейбір дәрілік өсімдіктердің вирусқа қарсы қасиеті бар. Көне грек заманында да дәрігерлер тұмау кезінде лимон мен апельсин, бал мен қалампырды қолданған. Көптеген дәрілік өсімдіктердің ішінен тек кейбір түрлеріне ғана тоқталамыз:

- Пияз, сарымсақ- өсімдіктен шыққан микробқа қарсы заттар фитонцидтерден тұрады;
- Жалбыз, қарағай – вирусты жойғыштық әрекетке ие және ингаляция үшін қолданылады;
- Лимон, итмұрын, мүкжидек, итбүлдірген, шырғанақ – дәрумендер көзі, соның ішінде С (аскорбин қышқылы), оның негізінде дәрумендер сусыны дайындалады (шай, морс, тұнбалар).

