***ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΚΕΦ.4 ΛΟΙΜΩΔΗ ΝΟΣΗΜΑΤΑ***

***4.5.1. ΝΟΣΗΜΑΤΑ ΜΕΤΑΔΙΔΟΜΕΝΑ ΜΕΣΩ ΤΟΥ ΠΕΠΤΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ***

 Η μετάδοση των νοσημάτων αυτών γίνεται διαμέσου της στοματοπρωκτικής οδού, με νερό, γάλα, τρόφιμα που έχουν μολυνθεί.

*Τα νοσήματα που μεταδίδονται με τον τρόπο αυτό είναι τα εξής:*

* **Σαλμονελλώσεις**
* **Χολέρα**
* **Σιγκέλλωση**
* **Ηπατίτιδα Α**
* **Αμοιβάδωση**
* **Οξυουρίαση**

***Μέτρα προφύλαξης***

1. Αποκλεισμός της οδού μετάδοσης
2. Απολύμανση του νερού
3. Παστερίωση του γάλακτος
4. Υγειονομικός έλεγχος των τροφίμων
5. Απομάκρυνση των μικροβιοφορέων από χώρους δουλειάς που έχουν σχέση με τρόφιμα και διακίνηση τροφίμων (μάγειρες, εστιάτορες)
6. Ατομική καθαριότητα, κυρίως των χεριών
7. Σχολαστικό πλύσιμο λαχανικών και φρούτων
8. Κατάλληλο σύστημα ύδρευσης, αποχέτευσης και διάθεσης απορριμμάτων
9. Καταπολέμηση εντόμων
10. Κατάλληλη αγωγή υγείας του πληθυσμού

***ΣΑΛΜΟΝΕΛΛΩΣΕΙΣ***

* Οι σαλμονέλλες είναι βακτήρια και προκαλούν νοσήματα που λέγονται σαλμονελλώσεις
* Μεταδίδονται με πρόσληψη του μικροβίου από το στόμα (μολυσμένη τροφή, νερό, ποτά) και μεταδίδονται από ζώα σε άνθρωπο, ή από άνθρωπο σε άνθρωπο.
* *Συνήθεις πηγές μόλυνσης για τον άνθρωπο είναι*:
* τα ακάθαρτα νερά που βρίσκονται κοντά σε υπονόμους
* τα θαλασσινά μύδια
* το κρέας πουλερικών και τα αυγά τους
* οι ασθενείς και οι μικροβιοφορείς

*Γαστρεντερίτιδα από σαλμονέλλα (η συχνότερη μορφή της ασθένειας)*

* Έχει χρόνο επώασης 8-48 ώρες από την στιγμή λήψης της μολυσμένης τροφής.
* Εκδηλώνεται με:
* ναυτία
* έμετο
* κοιλιακά άλγη
* διαρροϊκές κενώσεις (σε μερικές περιπτώσεις βλεννοαιματηρές)
* πυρετό

*Μέτρα προφύλαξης από σαλμονελλώσεις*

1. Το κρέας, τα αυγά και τα πουλερικά να μαγειρεύονται καλά.
2. Να μην χρησιμοποιούνται τα ίδια σκεύη για τα ωμά και τα ψημένα κρέατα.
3. Καλό πλύσιμο των χεριών.
4. Έλεγχος των εργαζομένων που ασχολούνται με τα τρόφιμα για την αναζήτηση υγιών μικροβιοφορέων.

***ΗΠΑΤΙΤΙΔΑ Α***

* Οφείλεται στον ιό της ηπατίτιδας Α
* Έχει χρόνο επώασης 4-6 εβδομάδες
* Η μεταδοτικότητα είναι στο τέλος του σταδίου επώασης και τις πρώτες 5-6 ημέρες μετά την εμφάνιση του ίκτερου
* Μεταδίδεται συχνότερα από άτομο σε άτομο μα τα κόπρανα (κόπρανα - άπλυτα χέρια - στόμα)
* Ο ιός ανευρίσκεται στα κόπρανα των ασθενών, από τα οποία μολύνονται νερό και τρόφιμα και έτσι μπορεί να μεταδοθεί σε ευαίσθητα άτομα, προκαλώντας μικρές ή μεγάλες επιδημίες.
* Τα παιδιά της προσχολικής ηλικίας προσβάλλονται πολύ συχνά και σε μεγάλο ποσοστό χωρίς κλινικά συμπτώματα, με αποτέλεσμα να αποκτούν αντισώματα. Αυτός είναι ο λόγος που το 50% του πληθυσμού έχει ανοσοποιηθεί.

*Μέτρα προφύλαξης Ηπατίτιδας Α*

1. Ανάπαυση του ασθενή
2. Τα προσωπικά του αντικείμενα θα πρέπει να μην χρησιμοποιούνται από άλλους. Αν χρησιμοποιηθούν ξανά, θα πρέπει να πλένονται στους 90ο C.
3. Καθαριότητα και απολύμανση κοινόχρηστων χώρων (τουαλέτες, καντίνες).
4. Καλή λειτουργία συστημάτων ύδρευσης και αποχέτευσης.
5. Αγωγή υγείας του κοινού και κυρίως των παιδιών για σχολαστικό πλύσιμο των χεριών μετά την τουαλέτα και πριν το φαγητό.
6. Κρατικός έλεγχος των οστρακοειδών.
7. Στα άτομα που πιθανόν να μολυνθούν χορηγείται γ-σφαιρίνη.
8. Τελευταία, το 1998, έχει παρασκευαστεί εμβόλιο για την ηπατίτιδα Α.

............................................................................................................................................................................................

***4.5.2. ΝΟΣΗΜΑΤΑ ΜΕΤΑΔΙΔΟΜΕΝΑ ΜΕ ΤΟΝ ΑΕΡΑ***

 Μεταδίδονται από άτομο σε άτομο με σταγονίδια και σκόνη (βήχας, φτάρνισμα, απλή εισπνοή).

 *Η νοσηρότητα από τα νοσήματα αυτά είναι αρκετά μεγάλη, ιδιαίτερα κατά τον χειμώνα και αυτό οφείλεται:*

* Στον συνωστισμό σε κλειστούς χώρους και στην έλλειψη αερισμού.
* Στην μείωση της άμυνας του οργανισμού, λόγω του ψύχους.

***Μέτρα προφύλαξης***

1. Αποφυγή συνωστισμού και καλός αερισμός σε κλειστούς χώρους
2. Να υπάρχει αρκετή απόσταση μεταξύ των κρεβατιών (στρατός, νοσοκομεία)
3. Χρήση μαντηλιού στο στόμα και στη μύτη για παρεμπόδιση της μετάδοσης των μικροοργανισμών μέσω των σταγονιδίων
4. Σχολαστική καθαριότητα για περιορισμό της σκόνης
5. Ανοσοποίηση του πληθυσμού (εμβολιασμός)
6. Απομόνωση του ασθενή

***ΓΡΙΠΗ***

* Οφείλεται στον ιό της γρίπης (τρία στελέχη, A,B,C). Η κλασική γρίπη είναι του Α στελέχους.
* Μεταδίδεται με τα σταγονίδια και έχουν μεγάλη ευαισθησία σε αυτήν τα παιδιά, οι υπερήλικες, οι καρδιοπαθείς και οι νεφροπαθείς.
* Έχει χρόνο επώασης 1-3 ημέρες.
* Η περίοδος μεταδοτικότητας είναι 2 ημέρες πριν την εμφάνιση της νόσου και μια εβδομάδα μετά.

*Συμπτώματα γρίπης (αρχίζει απότομα και με έντονα συμπτώματα)*

* Υψηλός πυρετός
* Ρίγη
* Κακουχία
* Μυικοί πόνοι
* Πόνοι στις αρθρώσεις
* Συμπτώματα από το αναπνευστικό σύστημα

*Μέτρα προφύλαξης γρίπης (ο εμβολιασμός είναι από τα σπουδαιότερα προληπτικά μέτρα)*

* Γίνεται το φθινόπωρο και διαρκεί ένα χρόνο
* Συνιστάται:
* σε άτομα της τρίτης ηλικίας (άνω των 65 ετών)
* σε ασθενείς που πάσχουν από νοσήματα του αναπνευστικού
* σε γιατρούς και νοσηλευτές που έρχονται σε συχνή επαφή με αρρώστους

............................................................................................................................................................................................

***4.5.3. ΝΟΣΗΜΑΤΑ ΜΕΤΑΔΙΔΟΜΕΝΑ ΜΕ ΞΕΝΙΣΤΕΣ Η ΦΟΡΕΙΣ***

 Μεταδίδονται στον άνθρωπο διαμέσου ξενιστών και φορέων, συνήθως εντόμων. Μεταβιβάζουν τη νόσο από ανθρώπους ή ζώα που πάσχουν, είτε παίρνοντας μέρος στον κύκλο ζωής του μικροβίου (ξενιστές) ή μεταφέροντας μηχανικά το μικρόβιο (φορείς).

 *Τα νοσήματα αυτά είναι τα εξής:*

* **Πανώλη** (από αρουραίους, ψύλλους, ανθρώπους)
* **Εξανθηματικός τύφος** (από ψείρα)
* **Ελονοσία** (από ανωφελές κουνούπι)
* **Κίτρινος πυρετός** (από την στεγόμυγα, που είναι είδος κουνουπιού)
* **Λεϊσμανίαση** (από σκνίπα)

***Μέτρα προφύλαξης***

1. Καταπολέμηση των εντόμων - ξενιστών με διάφορα εντομοκτόνα
2. Εξόντωση των τρωκτικών που μεταδίδουν νοσήματα
3. Τήρηση των κανόνων ατομικής υγιεινής και υγιεινής της κατοικίας
4. Χρήση εμβολίων (κίτρινος πυρετός, πανώλη) για τους ταξιδεύοντες σε χώρες όπου ενδημούν οι παραπάνω ασθένειες.

............................................................................................................................................................................................

***4.5.4. ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΩΣ ΜΕΤΑΔΙΔΟΜΕΝΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ***

 Τα σεξουαλικώς μεταδιδόμενα νοσήματα αποτελούν σημαντικό πρόβλημα δημόσιας υγείας σε όλο τον κόσμο, παρά την μεγάλη πρόοδο της Ιατρικής στον τομέα της πρόληψης και θεραπείας των λοιμωδών νοσημάτων. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας ανακοίνωσε ότι κάθε χρόνο δηλώνονται 40.000.000 νέες περιπτώσεις σύφιλης και 200.000.000 νέες περιπτώσεις βλεννόρροιας.

*Τα νοσήματα που ανήκουν στην κατηγορία αυτή είναι:*

* **Σύφιλη**
* **Βλεννόρροια**
* **Ηπατίτιδα Β**
* **Ηπατίτιδα C**
* **AIDS**
* **Έρπης γεννητικών οργάνων**
* **Χλαμύδια**

*Οι παράγοντες που επηρεάζουν την συχνότητα των σεξουαλικώς μεταδιδόμενων νοσημάτων είναι:*

1. Άτομα με ασυμπτωματική νόσο (βλεννόρροια)
2. Διάδοση της ομοφυλοφιλίας
3. Συχνή αλλαγή ερωτικών συντρόφων
4. Πρώιμη έναρξη της ερωτικής ζωής
5. Αντικατάσταση του ελαστικού προφυλακτικού από τα αντισυλληπτικά χάπια
6. Μετακίνηση πληθυσμών (τουρισμός, αστυφιλία, μετανάστευση)
7. Αποτυχία θεραπευτικής αγωγής
8. Άτομα που εκδίδονται και δεν ελέγχονται από το κράτος
9. Η νόσηση του ενός ερωτικού συντρόφου και η μετάδοση στον άλλον
10. Άγνοια

***ΣΥΦΙΛΗ***

* Οφείλεται στην ωχρά σπειροχαίτη
* Μεταδίδεται κυρίως με την σεξουαλική επαφή
* Διακρίνεται σε επίκτητη, όταν το άτομο μολυνθεί από κάποιο άλλο άτομο, και σε συγγενή όταν το έμβρυο μολυνθεί από την συφιλιδική μητέρα του μέσω του πλακούντα, μετά τον 4ο μήνα κύησης.
* Το συφιλιδικό έλκος αποτελεί το πρώτο στάδιο της νόσου
* Ασθενείς που δεν θεραπεύτηκαν συνεχίζουν να μεταδίδουν τη νόσο για πέντε περίπου χρόνια

*Μέτρα προφύλαξης*

1. Έγκαιρη διάγνωση και θεραπεία των πασχόντων και αναζήτηση των ερωτικών συντρόφων τους
2. Προφυλακτικό κατά την συνουσία
3. Αγωγή υγείας του κοινού
4. Θεραπεία της κυοφορούσας συφιλιδικής μητέρας για την προστασία του εμβρύου

***ΒΛΕΝΝΟΡΡΟΙΑ***

* Οφείλεται στο γονόκοκκο
* Έχει χρόνο επώασης 1-7 ημέρες
* Μεταδίδεται με την σεξουαλική επαφή
* Τα νεογνά μολύνονται κατά τον τοκετό
* Στους άνδρες το 15% των περιπτώσεων δεν εμφανίζουν συμπτώματα, ενώ το ποσοστό των γυναικών που είναι ασυμπτωματικές είναι ακόμα μεγαλύτερο
* Για την θεραπεία της νόσου χορηγείται πενικιλίνη

*Συμπτώματα:*

* Δυσουρία
* Αίσθημα καύσου κατά την ούρηση
* Πυώδης κιτρινοπράσινη έκκριση με δυσάρεστη οσμή

*Μέτρα προφύλαξης*

1. Έγκαιρη διάγνωση και θεραπεία των πασχόντων και αναζήτηση των ερωτικών συντρόφων τους
2. Ελαστικό προφυλακτικό κατά την σεξουαλική επαφή
3. Ενστάλαξη κολλυρίου νιτρικού αργύρου ή πενικιλίνης στα μάτια των νεογνών μόλις γεννηθούν, για προληπτικούς λόγους

***ΗΠΑΤΙΤΙΔΑ Β***

Οφείλεται σε ιό και μεταδίδεται:

* με το αίμα και τα παράγωγά του,
* με την σεξουαλική επαφή
* περιγεννητικά, από μητέρα - φορέα στο νεογνό

*Ομάδες υψηλού κινδύνου*

* Πολυμεταγγιζόμενα άτομα
* Άτομα που υποβάλλονται σε αιμοκάθαρση
* Άτομα που έχουν υποστεί μεταμόσχευση
* Παιδιά μητέρων - φορέων
* Χρήστες τοξικών ουσιών
* Ομοφυλόφιλοι
* Εργαζόμενοι στον τομέα υγείας (γιατροί, νοσηλευτικό προσωπικό, τεχνολόγοι εργαστηρίων)
* Μέλη οικογενειών φορέων ηπατίτιδας Β

*Μέτρα προφύλαξης*

1. Η πρόληψη της ηπατίτιδας Β γίνεται με εμβολιασμό. Επιβεβλημένος είναι ο εμβολιασμός των βρεφών ή παιδιών και των ατόμων υψηλού κινδύνου
2. Σχολαστικός έλεγχος του αίματος που προορίζεται για μετάγγιση
3. Χρησιμοποίηση βελονών και συρίγγων μιας χρήσης

***ΗΠΑΤΙΤΙΔΑ C***

* Οφείλεται σε ιό
* Έχει χρόνο επώασης 6-12 εβδομάδες
* Η μετάδοση της νόσου γίνεται με την μετάγγιση αίματος και παραγώγων του και με την σεξουαλική επαφή

*Μέτρα προφύλαξης*

1. Συστηματικός έλεγχος των αιμοδοτών για αντισώματα ηπατίτιδας C
2. Χρησιμοποίηση βελονών και συρίγγων μιας χρήσης

***ΣΥΝΔΡΟΜΟ ΕΠΙΚΤΗΤΗΣ ΑΝΟΣΟΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑΣ (AIDS)***

* Διαγνώσθηκε για πρώτη φορά σε ομοφυλόφιλους το 1981 στις ΗΠΑ.
* Γρήγορα διαπιστώθηκε ότι προσβάλλει και άλλα άτομα, όπως χρήστες τοξικών ουσιών και πολυμεταγγιζόμενους
* Ο HIV (ιός του AIDS) είναι ιός, ο οποίος προσβάλλει και καταστρέφει τα κύτταρα που είναι υπεύθυνα για την άμυνα του οργανισμού (λεμφοκύτταρα)
* Προσβάλλει επίσης και τα κύτταρα του Κεντρικού Νευρικού Συστήματος, προκαλώντας νευρολογικά συμπτώματα και άνοια.

***Τρόποι μετάδοσης***

*Ο ιός του AIDS έχει απομονωθεί:*

* στα λεμφοκύτταρα του αίματος
* στο σπέρμα
* στις κολπικές εκκρίσεις
* στο σάλιο
* στα δάκρυα
* στον ιδρώτα
* στο μητρικό γάλα
* στο εγκεφαλονωτιαίο υγρό
* σε άλλα βιολογικά υγρά

 Η συγκέντρωση του ιού είναι πολύ χαμηλή και η μεταδοτική του ικανότητα πολύ μικρή. Στο περιβάλλον δεν ζει. Ζει μόνο στον οργανισμό του ανθρώπου.

***Πως μπορεί να μεταδοθεί ο ιός του AIDS;***

1. *Με το αίμα ή τα παράγωγά του*
* Στην χώρα μας ελέγχεται το αίμα για αντισώματα και πρακτικά είναι ελάχιστη η πιθανότητα μετάδοσης
* Η μόνη περίπτωση να διαφύγει ο ιός είναι όταν έχει μολυνθεί ο αιμοδότης πρόσφατα και δεν έχει αναπτύξει ακόμα αντισώματα.
* Μπορεί επίσης να μεταδοθεί με σύριγγες ή βελόνες που έχουν χρησιμοποιηθεί από μολυσμένο άτομο (κοινή χρήση συρίγγων σε χρήστες τοξικών ουσιών)
1. *Με την σεξουαλική επαφή*
* Τόσο μεταξύ ατόμων του αντίθετου φύλου, όσο και μεταξύ ομοφυλοφίλων και αποτελεί την πρώτη πηγή εξάπλωσης του ιού
1. *Από τη μητέρα φορέα στο παιδί*
* κατά την ενδομήτριο ζωή
* κατά τον τοκετό
* με τον θηλασμό

***Εξέλιξη της νόσου***

* Ο χρόνος επώασης είναι 1-2 μήνες
* Παρουσιάζεται χαμηλός πυρετός, πονόλαιμος και διόγκωση λεμφαδένων που διαρκεί περίπου 20 ημέρες
* Τα συμπτώματα εμφανίζονται στο 1/5 των περιπτώσεων και μετά την υποχώρησή τους ο φορέας αισθάνεται υγιής.

*Πως* ***δεν*** *μεταδίδεται ο ιός του AIDS;*

1. με το κοινωνικό φιλί
2. με την χειραψία
3. με το αγκάλιασμα
4. με την χρησιμοποίηση βιβλίων
5. με τα σκεύη φαγητού
6. από την τουαλέτα
7. με τα κατοικίδια ζώα
8. με τα κουνούπια
9. όταν δίνεις αίμα
10. σε κοινόχρηστους χώρους
11. στην θάλασσα
12. στα κολυμβητήρια
13. στο σχολείο

***Φορέας της νόσου***

* Φορέας είναι αυτός που έχει προσβληθεί από τον ιό, δεν παρουσιάζει συμπτώματα και μεταδίδει τον ιό, χωρίς ο ίδιος πολλές φορές να το γνωρίζει
* Εάν το άτομο γνωρίζει ότι είναι φορέας και αρχίσει έγκαιρα θεραπεία και προσέχει, η εμφάνιση της νόσου καθυστερεί σημαντικά
* Ο φορέας πρέπει να τρέφεται σωστά, να μην καπνίζει, να μην πίνει ποτέ οινοπνευματώδη ποτά και να προφυλάσσεται από τις λοιμώξεις

***Μέτρα προφύλαξης***

1. *Προφύλαξη μόλυνσης από σεξουαλική επαφή*
* Η σεξουαλική επαφή κατέχει την πρώτη θέση στην μετάδοση του ιού. Γι' αυτό πρέπει να χρησιμοποιείται το ελαστικό προφυλακτικό
* Χρειάζεται να προσέχουν ιδιαίτερα οι ναυτικοί, οι ταξιδιώτες, οι κάτοικοι τουριστικών περιοχών και όσοι έχουν σεξουαλικές επαφές με άτομα που εκδίδονται και δεν ελέγχονται από το κράτος
* Πρέπει να αποφεύγεται η εγκυμοσύνη σε γυναίκες φορείς της νόσου, διότι υπάρχουν σοβαρές επιπτώσεις τόσο στην ίδια όσο και στο έμβρυο. Εάν υπάρξει εγκυμοσύνη, συνιστάται η διακοπή της
1. *Προφύλαξη μόλυνσης από το αίμα*
* Οι αιμοδότες και το αίμα τους ελέγχονται αυστηρότατα για το AIDS.
* Όμως υπάρχει ένα "ανοικτό παράθυρο", όπως λέγεται, όπου δεν ανευρίσκονται αντισώματα του ιού στο αίμα και τότε υπάρχει κίνδυνος μετάδοσης. Αυτό το διάστημα δεν είναι σταθερό. Κυμαίνεται από 20 ημέρες μέχρι 3 μήνες και κατ' άλλους μέχρι 6 μήνες.
* Στην αιμοδοσία χρησιμοποιούνται συσκευές μιας χρήσεως.
* Από το νοσηλευτικό και ιατρικό προσωπικό πρέπει να χρησιμοποιούνται γάντια, μάσκες, γυαλιά
1. *Η απολύμανση και αποστείρωση καταστρέφει τον ιό. Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται:*
* στις βελόνες για τρύπημα αυτιών
* στις βελόνες για τατουάζ
* στις βελόνες στην αισθητική
* στα ξυριστικά εργαλεία
* στις οδοντόβουρτσες