

UŽKREČIAMŪJŲ LIGŲ PROFILAKTIKA

Užkrečiamosios ligos – tai užkrečiamųjų ligų sukėlėjų (virusų, bakterijų, pirmuonių) ir/ar jų toksinų sukeltos žmogaus ligos, kuriomis užsikrečiama nuo žmonių, gyvūnų ar vabzdžių arba per aplinkos veiksnius. Viena iš veiksmingiausių profilaktikos formų yra skiepai. Kitos veiksmingos priemonės – gera asmeninė higiena, aplinkos sanitarinės būklės gerinimas, vandens ir maisto produktų kokybės priežiūra ir kontrolė.

Dažniausiai infekcijų sukėlėjai perduodami per rankas. Dėl nepakankamos arba netinkamos rankų higienos didėja infekcinių susirgimų rizika. Rankų higiena – viena pagrindinių prevencinių priemonių, siekiant išvengti ligų, užkirsti kelią mikroorganizmų plitimui ir kryžminiam jų perdavimui. Net 80 proc. infekcinių susirgimų galima išvengti tinkamai plaunant rankas.

Rankų plovimui rekomenduojama naudoti skystą muilą be antimikrobinių priedų, neutralaus pH, dozatoriuose. Kietas muilas nerekomenduojamas viešose vietose. Plauti reikėtų vėsiu vandeniu, nes karštas vanduo nuriebalina, skatina odos pabrinkimą (patinimą), išsausėjimą



Vaikų darželiuose yra būtinas nuolatinis drėgnas įvairių žaislų valymas. Svarbu atkreipti dėmesį, jog darželiuose neturėtų būti minkštų žaislų, nes norint juos dezinfekuoti, reikėtų skalbti aukštoje temperatūroje, o tai padaryti ugdymo įstaigose yra gana sudėtinga.



Kasdien 2 kartus šviesiu paros metu vaikus rekomenduojama išvesti į lauką. Vaikų veikla lauke neorganizuojama, kai oro sąlygos kelia riziką vaikų sveikatai (dėl aplinkos oro užterštumo); kuomet oro temperatūra lauke žemesnė kaip -12°C arba oro temperatūra lauke žemesnė kaip -8°C , o vėjo greitis didesnis kaip 2 m/sec, taip pat kuomet oro temperatūra lauke yra 30°C ar aukštesnė bei esant kitoms sudėtingoms oro sąlygoms (pvz., esant labai smarkiam vėjui, labai smarkiam lietui, labai smarkiai pūgai, krušai ir pan.).



UŽKREČIAMŲJŲ LIGŲ PROFILAKTIKA

Vaikai yra labai jautrūs gryno oro trūkumui, jiems būnant netinkamai vėdinamoje arba visai nevėdinamoje patalpoje, gali atsirasti sveikatos sutrikimų (pvz.: galvos skausmai, irzlumas, vangumas, blogas miegas ar nemiga, apetito praradimas). Vienas svarbiausių principų – reguliarus, t. y. kelis kartus per dieną atliekamas, patalpų vėdinimas. Visose patalpose, kuriose vykdoma ikimokyklinio ir (ar) priešmokyklinio ugdymo programa, turi būti numatytas natūralus ir (ar) mechaninis vėdinimas. Rekomenduojama patalpas vėdinti trumpai, bet intensyviai, t. y. vos kelias minutes; šviežias srautas būtina turi tekėti iš išvėdintų patalpų į neišvėdintas; patalpas reikia vėdinti sukėlus skersvėjų vaikams nebūnant jose. Ypač tinkamas metas – vaikams esant lauke. Svarbu paminėti, jog patalpas reikia vėdinti ne tik vasarą, bet ir žiemą.

Draudžiama priimti sergančius ar (ir) turinčius užkrečiamųjų ligų požymių (karščiuoja ir yra išskyrų iš nosies, kosti, skundžiasi skausmu, viduriuoja, vemia, turi užkrečiamosioms ligoms būdingų bėrimo elementų ir kt.), taip pat turinčius utėlių ar glindų vaikus.



Nustačius ar įtarus užkrečiamosios ligos atvejį ar (ir) protrūkį, patalpos, įrenginiai, žaislai, inventorius valomi, dezinfekuojami pagal specialistų, vykdančių užkrečiamųjų ligų epidemiologinę priežiūrą ir kontrolę, nurodymus.



Vaikui sunegalavus ugdymo proceso metu, jis izoliuojamas, kol atvyks tėvai, o esant būtinumui nedelsiant kviečiama greitoji medicinos pagalba. Po ligos vaikas gali būti priimtas tik tėvams (globėjams) pateikus gydytojo pažymą.



Žiemą vaikų žaidimų kambario temperatūra turėtų būti 20–23 °C, o miegamojo patalpose keliais laipsniais mažesnė (18–22 °C). Šiltuoju metų laikotarpiu temperatūra privalo būti ne aukštesnė kaip 26 °C.



Draudžiama atlikti privalomąjį profilaktinį aplinkos kenksmingumo pašalinimą (dezinfekciją, dezinsekciją, deratizaciją) vaikams esant patalpose.