



İnsanlarda hastalığa sebep olan patojenlere ilişkin bilgiler – Aşı ve hijyen korur!

Rota virüsü nedir?

Rota virüsleri küçük çocuklarda görülen mide bağırsak hastalıklarının en yaygın sebebidir. Bu virüsler oldukça bulaşıcıdır bu sebeple neredeyse tüm çocuklar 5 yaşına kadar bu enfeksiyonu geçirirler. Patojenlere karşı koruma ancak yaşamın ilk yıllarında oluşur fakat bu koruma ömür boyu kalıcı değildir. Bu sebeple bulaşma birçok defa gerçekleşebilir. Özellikle Şubat ve Nisan ayları arasında hastalık vakalarında artış gözlemlenir.

Rota virüsleri nasıl bulaşır? *İnsandan insana*

Hastalık genellikle temas enfeksiyonu ile yayılır. Hastalar dışkıyla birlikte çok miktarda mikrop atarlar. Bu sırada rota virüsleri ellerde kalan en küçük dışkı zerreleri ile diğer kişilere aktarılabilir. Virüsler ellerden ağza ve daha sonra da sindirim sistemine ulaşır.

Kirlenmiş nesnelere ve gıda maddeleri aracılığıyla

Tuvaletler, tutamaklar, müşterek kullanılan havlular, armatürler veya tırabzanlar gibi kirlenmiş nesnelere aracılığıyla da bulaşma gerçekleşebilir, zira patojenler çevrede oldukça dirençlidir. Virüsler ellerden ağza ve daha sonra da sindirim sistemine ulaşır. Nadir durumlarda üzerinde patojen bulunan kirlenmiş su veya gıda maddeleri ile bulaşma da gerçekleşebilir.

Rota virüsleri bulaşıcılıklarını kurumuş dışkı üzerinde günlerce sürdürürler. Hatta suyun içinde haftalarca canlı kalırlar.

Hastalarda ne gibi hastalık belirtileri görülür?

Aniden başlayan sulu ishal, kusma ve karn ağrısı rota virüs hastalıklarının yaygın belirtileridir. Bazı durumlarda dışkı mukus da içerebilir. Sıklıkla hafif ateş, öksürük ve nezle de görülür. Diğer mide bağırsak hastalıklarına göre Rota virüslerinin yol açtığı mide bağırsak hastalıkları bebeklerde ve küçük çocuklarda genellikle daha ağır seyreder. Şikayetler en az 2 ila 6 gün sürer ve daha sonra kendiliğinden ortadan kaybolur. Ağır seyirli durumlarda hastalar kusma ve ishal sebebiyle hızlı bir şekilde vücut sıvısı kaybederler. Bunun sonucunda baş dönmesi ve dolaşım sistemi sorunları ortaya çıkabilir. Sıvı kaybı dengelenemezse bu durum hayati bir tehlikeye de yol açabilir.

Bunun aksine hastalığın hafif seyrettiği vakalar da görülebilir, ancak hastalık hafif seyrete de hastalar patojen yayarlar.

Hastalığın kuluçka süresi ne kadardır ve bulaşıcılık ne kadar sürer?

Hastalık genellikle bulaşmanın gerçekleşmesinden 1 ila 3 gün sonra ortaya çıkar. Virüslerin dışkıyla dışarı atılması şikayetler geçtikten sonra sekiz güne kadar devam edebilir. Bu süre içinde bulaşmaya yol açabilirler. Bazı durumlarda erken doğan bebeklerin ve savunma sistemi zayıf olan kişilerin bulaştırıcılık süreleri çok daha uzundur.

En fazla risk altında bulunan kişiler kimlerdir?

Genellikle bebekler ve iki yaşına kadar küçük çocuklar hastalanırlar. Bu kişilerde hastalığın ağır seyrettiği vakalara daha sık rastlanır. Ayrıca bu kişiler sıvı ve tuz kaybına karşı da oldukça hassastırlar. Bu sebeple bebekler genellikle tedavi için hastaneye sevk edilirler.

Yaşlılar ve bağışıklık sistemi zayıf olan kişiler de daha yüksek risk altındadır. Prensip olarak rota virüs enfeksiyonu herkeste görülebilir. Fakat yetişkinler hastalığı daha hafif geçirirler, hatta bu kişilerde hastalık hiçbir belirti göstermeksizin seyredebilir.

Hastalık durumunda nelere dikkat etmeliyiz?

- ▶ Akut hastalık evresinde yatak istirahati uygulayınız ve mümkünse diğer insanlarla olan temasınızı kısıtlayınız.
- ▶ İshal hastalığında fazla miktarda sıvı tüketmek çok önemlidir! Ağır seyreden vakalarda serum verilmesi gerekebilir.
- ▶ Özellikle bebeklerde ve küçük çocuklarda yeterli sıvı alınmasına da dikkat ediniz, bunun için en uygunu sıvıyı küçük porsiyonlarla vermektir. Örneğin seyreltilmiş bitki çayları bunun için çok uygundur. Su kaybının çok fazla olduğu durumlarda çocukların hastanede tedavi edilmeleri gereklidir. Emzirilen bebekler emzirmeye devam edilebilir.
- ▶ Tuz kaybını dengelemek için eczanelerden temin edilebilen elektrolit çözeltilerinin kullanılması faydalı olabilir.
- ▶ Yeterli tuz alınmasına ve sindirimi kolay besin tüketimine dikkat ediniz.
- ▶ Rota virüslerine karşı hedefe yönelik bir tedavi mevcut değildir, bu sebeple sadece şikayetler hafifletilir. Antibiyotikler virüslerin yol açtığı hastalıklara karşı etkisizdirler. İshale karşı durdurucu ilaçların kullanılması da önerilmemektedir. Bunlar hastalık seyrinin uzamasına bile sebep olabilirler.
- ▶ Özellikle ishal ve kusma durumunun 2 ila 3 günden uzun sürmesi ve ek olarak ateşin yükselmesi halinde küçük çocuklar, gebeler, zayıf bünyeli veya yaşlı kişiler tıbbi yardım almalıdırlar.
- ▶ Eğer kendiniz hastaysanız, mümkünse yakınlarınızın öğünlerini siz hazırlamayınız.



İnsanlarda hastalığa sebep olan patojenlere ilişkin bilgiler – Aşı ve hijyen korur!

- ▶ Rota virüsü vakalarında Enfeksiyon Koruma Yasası düzenlemeleri geçerlidir. Bulaşıcı kusma ve/veya ishal hastalığı teşhisinin veya böyle bir şüphenin mevcut olduğu durumlarda 6 yaşından küçük çocuklar okullar ve kreşler gibi toplum kuruluşlarını geçici olarak ziyaret edemezler. Bu kurumlar en erken şikayetlerin sona ermesinden 2 gün sonra tekrar ziyaret edilebilir. Genellikle doktor raporuna gerek görülmemektedir.
- ▶ Meslek icabı gıda maddeleri ile çalışan kişiler faaliyetlerine en erken hastalık belirtileri ortadan kalktıktan 2 gün sonra tekrar devam edebilirler. Çalışmaya başlanıp başlanamayacağına ve ne zaman işbaşı yapılacağına yetkili Sağlık Müdürlüğü' nün tedaviyi yürüten doktoru karar verir.
- ▶ Patojenlerin dışıyla dışarı atılması hastalık belirtileri geçtikten sonra birkaç gün daha devam edebilir. Bu sebeple bu dönemde de prensip olarak özenli el ve sıhhi alan temizliğine daima dikkat ediniz!

Kendimi nasıl koruyabilirim?

Aşı

- ▶ Daimi Aşı Komisyonu (STIKO) bebeklerin ağız aşısı ile Rota virüsüne karşı aşılanmasını önermektedir. İlk aşı çocuk 6. haftayı doldurduktan sonra ve en geç çocuk 12 haftalık olana kadar uygulanmalıdır. Bunun için aşı maddesine bağlı olarak 2 veya 3 aşamalı bir aşı uygulaması gereklidir. Kullanılan aşı maddesine bağlı olarak en az 4 haftalık ara ile 2 veya 3 doz aşı yapılması gereklidir. Aşı serisi aşı maddesine bağlı olarak çocuk 16 haftalık veya 22 haftalık olana kadar tamamlanmalıdır, ancak en geç 24 veya 32 haftalık olduğunda bitmiş olmalıdır. İlk aşı dozundan sonra düşük bir ihtimalle bağırsağın bir bölümünün diğer bir bölümün içine geçmesi riski mevcuttur.
- ▶ Bağırsaktaki bu iç içe geçme durumuna invaginasyon denir. Güncel bilgilere göre 100.000 aşılanmış çocuklarda 1 ila 2 ek invaginasyon ortaya çıkabilir. Bebeklerde invaginasyon riski genel olarak yaşın ilerlediği aylarla birlikte arttığı için aşı serisine mümkün olduğunca erken başlanması ve zamanında tamamlanması önerilmektedir. Aşı sonrasında çocukta karın ağrısı, kusma, kanlı dışkı veya bacaklarını çekerek çığlık atarak ağlama gibi bağırsak iç içe geçmesini işaret edebilecek hastalık belirtileri görülmesi halinde ebeveynler derhal çocuk doktoruna başvurmalıdır

El hijyeni

Ellerinizi su ve sabunla titizlikle yıkayınız. Tuvalet ihtiyacı giderildikten sonra, yiyecekleri hazırlamadan önce, yemekten önce ve hasta olan çocukların bezleri değiştirildikten sonra ellerin yıkanması büyük önem taşımaktadır.

Alınacak diğer hijyen önlemleri

- ▶ Sadece kendinize ait bakım ürünleri ve havlular kullanınız. Bunları diğer havlulardan ve kıyafet parçalarından uzağa asınız.
- ▶ Yatak nevresimlerini, havluları ve banyo liflerini sık sık değiştiriniz ve bunları en düşük 60°C de yıkayınız.
- ▶ Hasta bir kişinin temas ettiği tüm yüzeyleri titizlikle temizleyiniz. Bu virüs oldukça dayanıklıdır ve yerleştiği yüzey ve nesnelerin üzerinde uzun süre canlı kalır.

Gıda maddeleri ile ilgili doğru uygulamalar

Rota virüsleri ısıya karşı hassastır. Bu virüsler en az 70°C'de iyice ısıtıldıklarında ölürler. Bakterilerin aksine virüsler gıda maddelerinin içinde çoğalmazlar.

Nerelerden bilgi edinebilirim?

Daha geniş bilgi için yerel Sağlık Müdürlüğü hizmetinizdedir. Bulaşıcı ishal hastalıklarında Enfeksiyon Önleme Yasası hükümleri geçerli olduğu için burada güncel duruma ve enfeksiyonla ilgili konulara ilişkin kapsamlı bilgiler mevcuttur.

Hastalık tablosuna ilişkin daha fazla teknik bilgi edinmek için Robert Koch Enstitüsü'nün sayfasını da (www.rki.de/rotaviren) ziyaret edebilirsiniz.

Aşı ve hijyen konusuna ilişkin daha fazla bilgiye Sağlık Eğitimi Federal Merkezi'nin sayfasından (www.infektionsschutz.de, www.impfen-info.de) ulaşabilirsiniz.



STEMPEL

Yayıncı:

Federal Sağlık Eğitimi Merkezi, Köln.
Tüm hakları saklıdır.

Bundesverband der Ärztinnen und Ärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes (Kamu Sağlık Hizmetleri Federal Hekimler Birliği e.V.) ile işbirliği iş birliği ve Robert Koch Enstitüsü'nün onayı ile hazırlanmıştır.

Bu kamu bilgilendirme broşürü www.infektionsschutz.de adresindeki ana sayfadan ücretsiz olarak indirilebilir.

