



Довідник

з інфекційних хвороб



ЗМІСТ

1.	Вступ	3
2.	Коронавірус	4
3.	Інструкція миття рук.....	5
4.	ГРИП.....	6
5.	ЗАХИСНА ВАКЦИНАЦІЯ.....	7
6.	ГРИП.....	8
7.	Гепатит А	9
8.	Гепатит В.....	10
9.	Гепатит С.....	12
10.	Програма обов'язкових профілактичних щеплен	13
11.	Туберкульоз.....	14
12.	ВІЛ /СНІД.....	15
13.	Санітарно-епідеміологічні обстеження	18

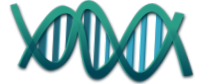
ВСТУП

Пані та панове,

Передаємо Вам доповнений Довідник з вибраних інфекційних хвороб, які зустрічаються в Польщі. В підручнику стисло висвітлене знання про інфекційні захворювання в нашій країні. У зв'язку з епідемічною ситуацією до нього включено інформацію про коронавірус і захворювання COVID-19. Інформації, які містить у собі цей довідник, подано в прозорій, сучасній формі, що сприяє засвоєнню матеріалу. Автори окремих частин довідника – працівники Відділу з питань здравотної освіти і промоції здоров'я та Епідеміологічного відділу Воєводської санітарно-епідеміологічної станції в Щеціні.

КОРОНАВІРУС

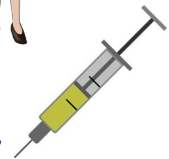
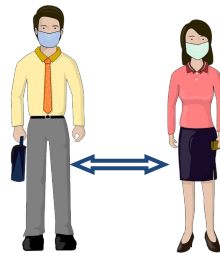
Коронавіруси є РНК-вірусами, відповідальними за приблизно 10-20 відсотків застуди, а також епідемії респіраторних захворювань.



Новий коронавірус SARS-CoV-2 викликає захворювання під назвою COVID-19. Найбільш поширеними симптомами захворювання є лихоманка, кашель, задишка, утруднене дихання, раптова втрата або порушення нюху, раптова втрата або порушення смаку. Захворювання може супроводжуватися болями в м'язах і втомою.



Для підтвердження інфекції використовується діагностичний тест на SARS COV-2.



Основні профілактичні заходи:

- Захисні щеплення, рекомендовані з 5 років,
- Часте миття рук з милом протягом приблизно 30 секунд,
- Дезінфекція рук антисептичними засобами із вмістом спирту не менше 60%,
- Дотримуйтеся дистанції 1,5 метра від інших людей,
- Прикривати рот і ніс у місцях, де неможливо триматися на належній відстані від інших людей,
- Систематична дезінфекція поверхонь, яких часто торкаються (наприклад, стільниці, дверні ручки, телефони),
- Підтримка імунітету організму шляхом ведення здорового способу життя.

Інструкція миття рук

Брудні руки є причиною багатьох захворювань і навіть смерті в деяких регіонах світу. Досить інстинктивно доторкнутися немитими руками до області навколо очей, носа чи рота, і ми піддаємося величезному ризику зараження.

Як ефективно мити руки?



1 Намочіть руки теплою водою. Нанесіть рідке мило до центру долоні.



2 Намилуйте обидві внутрішні поверхні долоні.



3 Потріть руки долоня об долоню із переплетенням пальців.



4 Ретельно вимийте великі пальці кожної руки.



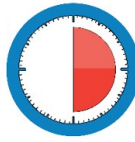
5 Помийте милом тильні сторони руки.



6 Вимийте також зап'ястя.



7 Змийте мило водою. Ретельно висушіть руки.

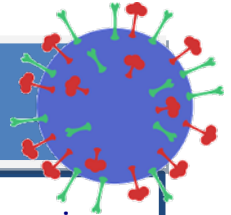


тривалість процедури: 30 секунд

Не забудьте вмити ці ділянки рук:



KIP



KIP - важке інфекційне захворювання дитячого віку, спричинене вірусом, що легко вражає дітей та дорослих без імунітету проти нього. Спалахи кору загрожують епідемією.

Кір - надзвичайно заразне захворювання. Одна людина може заразити навіть 18 осіб з найближчого оточення!

Як відбувається зараження кором?



Джерелом інфекції є виключно хвора людина. Вірус кору розповсюджується крапельним шляхом (нежить, кашель) та повітряно-пиловим шляхом або через безпосередній контакт з хворим в заразному періоді, тобто за 4 дні до та 4 дні після появи у нього висипу.



Які симптоми хвороби?

- Значне підвищення температури (триває від 1 до 7 днів), яке супроводжується одним з наступних симптомів: кашель, нежить, кон'юнктивіт.
- Плямисто-папульозний висип (спочатку на обличчі та шиї, далі висип переходить з голови на тулуб).
- Дрібні білі плями на внутрішній поверхні щік.



Як запобігти кору?

Єдиний надійний спосіб запобігти кору – вакцинація. Щеплення від кору належить до обов'язкових (безкоштовних) в Польщі. Його проводять в 13-15 місяці життя. Від 2019 року 2-ге щеплення (ревакцинація) проводиться вже в 6 років.

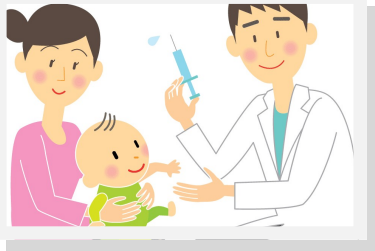


Додаткові методи профілактики:

- Дотримання основних правил гігієни (часте миття та дезінфекція рук).



ЗАХИСНА ВАКЦИНАЦІЯ



В Польщі застосовується комбінована вакцина для профілактики одразу від трьох хвороб - КОРУ, ЕПІДЕМІЧНОГО ПАРОТИТУ та КРАСНУХИ.

ЕПІДЕМІЧНИЙ ПАРОТИТ (запалення привушних слинних залоз, „свинка”) - гостре інфекційне вірусне захворювання. Джерелом зараження є хвора людина. Інфекція розповсюджується крапельним шляхом або через контакт з предметами інфікованими виділенням з горла хворого. Симптоми хвороби як правило проявляються через 17-18 днів після зараження. З'являються: підвищення температури, загальне нездужання, припухлість і болючість однієї або обох слинних залоз близько вух. Ускладнення епідемічного паротиту частіше виступають у хлопчиків. Хвороба може викликати серйозні наслідки (м.ін. призвести до безплідності, глухоти).



КРАСНУХА (червоничка, багрянця) – гостре вірусне захворювання, викликане вірусом краснухи, який дуже заразливий. Джерелом збудника є виключно хвора людина. Інфекція передається крапельним шляхом, через контактування з хворим, а у випадку вродженої краснухи віруси проникають від вагітної до плоду через плаценту. Найбільше випадків захворювання фіксується в кінці зими та ранньою весною.

Краснуха у дітей протікає в більш полегшеній формі, ніж у дорослих, часто безсимптомно. У дорослих характеризується течією в більш вираженою і гострій формі, а особливу небезпеку становить краснуха під час вагітності. У вагітних без імунітету вірус краснухи може призвести до зараження плоду, викидня або багатьох вроджених вад розвитку.

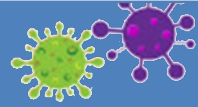


До основних симптомів прояву краснухи можна віднести: запалення верхніх дихальних шляхів (почервоніння горла, кашель, нежить), підвищену температуру, значне збільшення лімфатичних вузлів на потилиці і шиї, висип (спочатку на обличчі, слідом поширюється по всій поверхні тіла).



Поствакцинальний і постінфекційний імунітет зберігається протягом усього життя

ГРИП



ГРИП - гостра вірусна інфекційна хвороба, викликана трьома типами вірусів грипу. На грип можна захворіти протягом цілого року, але сезон посиленої захворюваності на грип зазвичай триває з жовтня до квітня наступного року. Пік захворюваності припадає на період між січнем і березнем.

Вірус грипу поширюється крапельним шляхом через кашель, чхання або близький контакт.

Які симптоми грипу?

- Висока температура (білше 38°C), лихоманка;
- Головний біль;
- Ломота у м'язах і суглобах;
- Сухий, виснажливий кашель, біль у грудній клітці;
- Загальна слабкість, втома;
- Рідше: нежить, біль у горлі.



Профілактика грипу:

- Вакцинуйтесь від грипу (повторюйте щеплення перед кожним сезоном грипу!);
- Якщо у вас з'явились симптоми грипу – візьміть лікарняний і сидіть вдома, тримайте дистанцію з іншими людьми, щоб вберегти їх від хвороби, зверніться до лікаря;
- Часто мийте руки;
- Уникайте натовпу, де вірус легко передається від людини до людини;
- Слідкуйте за своїм харчуванням, харчуйтеся поживною їжею і будьте фізично активними.



Нелікований грип може призвести до важких ускладнень:

- | | | |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Пневмонії і дихальної недостатності, • Бронхіту, • Міокардиту, | | <ul style="list-style-type: none"> • Загострення хронічних захворювань, напр. бронхіальної астми, • Підвищеного ризику викидня і передчасних пологів. |
|--|--|---|

Гепатит А

Гепатит А (хвороба Боткіна, „жовтуха“, „хвороба брудних рук“) - це гостра інфекційна хвороба печінки, спричинена вірусом HAV. У дорослих симптоми захворювання проявляються у більш складній формі, аніж у дітей. У дітей гепатит А більш ніж у 90% випадків протікає безсимптомно або в легкій формі. Час між інфікуванням та появою перших симптомів може складати від 15 до 50 днів (в середньому 30 днів). Інфікована людина виділяє з калом величезну кількість вірусу, навіть протягом кількох тижнів, причому виділення вірусу починається за 2-3 тижні до появи симптомів. Як правило хвороба має раптовий початок і тяжкий перебіг, вимагає госпіталізації. Гепатит А головним чином передається через брудні руки, немиті овочі та фрукти а також статевим шляхом.

Зараження може відбутися:

- під час споживання забрудненої їжі або води (льоду),
- при тісному фізичному контакті з інфікованою людиною,
- через незахищений (без презерватива) статевий контакт з інфікованою людиною,
- при порушенні безперервності тканин (через кров).



Які симптоми гепатиту А?











- пожовтіння білків очей,
- пожовтіння слизової оболонки порожнини рота,
- у початковому періоді - грипopodobні симптоми,
- неприємні відчуття в животі (нудота, блювота, відсутність апетиту),
- сеча стає темнішою,
- характерне пожовтіння шкіри.

Найефективнішим способом попередження гепатиту А є вакцинація, яка забезпечує тривалий захист від хвороби - слід прийняти 2 дози вакцини з інтервалом 6-12 місяців.



















В Польщі в 2017 року захворюваність на гепатит А помітно зросла. На світі найбільш високий рівень захворюваності спостерігається в районах з поганими санітарними умовами, серед населення, яке не дотримує правил особистої гігієни.

Програма обов'язкових

10

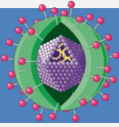
Рік народження		туберку льоз	Ротавірус ¹	гепатит В
  	2022			
	1 доба (перед виходом з відділення)			
	2 місяць життя (після закінчення 6 тижня життя)			
	4 місяць життя		через 4 тижні після попередньої дози	
	5-6 місяців		через 4 тижні після попередньої дози	
	7 місяць життя			
	2021			
	13 - 15 місяць життя			
	16 - 18 місяць життя			
	2017 (після закінчення 5 року життя)			
	2013 (після закінчення 9 року життя)	Вакцинація для дітей 2013 р.н. і раніше, які не отримали 2 дози вакцини.		
	КІР, ЕПІДЕМІЧНИЙ ПАРОТИТ, КРАСНУХА			
	2009 (після закінчення 13 року життя)			
	2004 (після закінчення 18 року життя)			

¹ Рекомендується завершити повну схему вакцинації до досягнення 22-тижневого віку
 Джерело: Офіційний вісник Міністерства охорони здоров'я Польщі від 2021 року, N 85

Дифтерія, правець, кашлюк	Дифтерія, правець	ХІВ – інфекція **	Поліомієліт ***	Пневмококова інфекція	Кір, паротит, раснуха
					
після закінчення 14 т. ж. - через 8 тижнів після попередньої					
через 8 тижнів після попередньої дозы					
					
					
					
Вакцинація для дітей 2013 р.н. і раніше, які не отримали 2 дози вакцини.					
					
					

** гемофільна інфекція типу В позначає інвазійне зараження *Haemophilus influenzae* типу b

*** позначає дитячий спинальний параліч



Гепатит В

Гепатит В - це інфекційна хвороба печінки, спричинена вірусом HBV, що може перебігати як в гострій, так і в хронічній формі. У 50% випадків початковий період хвороби протікає безсимптомно. Інкубаційний період вірусу гепатиту В становить від 6 тижнів до 6 місяців (найчастіше 3-4 місяці). Вірус гепатиту В заразніший за ВІЛ у 100 разів. Водночас вірусу HBV властива вища стійкість до несприятливих факторів навколишнього середовища та хімічних засобів.

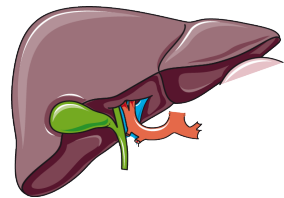
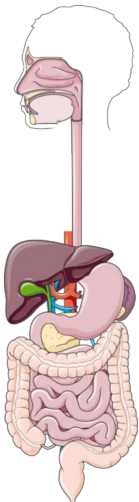
Зараження може відбутися:

- під час контакту з кров'ю, слиною, вагінальними виділеннями і сім'яною рідиною інфікованої людини - через поранення на шкірі або слизових оболонках,
- через контакт з інфікованою кров'ю,
- при статевому контакті з хворою людиною,
- під час медичних процедур, у результаті використання інфікованих голук і хірургічних інструментів,
- від матері до дитини в утробі через плаценту та під час пологів,
- під час нанесення татуювань, косметичних процедур, стоматологічного лікування.



Які симптоми гепатиту В?

- загальна слабкість,
- зниження апетиту,
- пожовтіння шкіри і очей,
- потемніння сечі,
- розлади з боку травно ї системи.

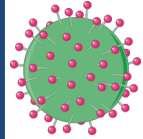


Пам'ятайте!

Кожна особа без імунітету повинна пройти вакцинацію, зокрема студенти медфаку, працівники сфери охорони здоров'я та інші, що належать до групи ризику інфікування вірусним гепатитом В. В Польщі щеплення проти гепатиту В надається безкоштовно для дітей. Вакцина вводиться тричі,

Гепатит С

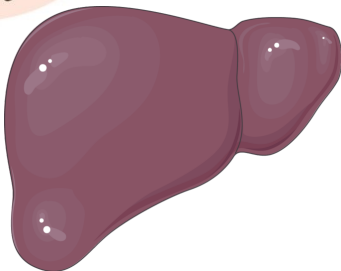
Гепатит С - це інфекційна хвороба печінки, спричинена вірусом HCV. Симптоми захворювання гепатитом С практично не помітні 80% інфікованих людей. Час між інфікуванням та появою симптомів складає від 2 тижнів навіть до 30 років. Гепатит С – виліковний, ефективність терапії складає 100%. Вакцини від гепатиту С не існують.



Які можуть бути симптоми хвороби?

Гепатит С не має явно виражених ознак, тому довгий час може залишатися нерозпізнаним. Серед симптомів:

- загальна слабкість,
- надмірна сонливість,
- грипоподібні симптоми (болі у м'язах і суглобах, підвищення температури)
- нудота,
- блювота,
- збільшення печінки, селезінки,
- пожовтіння шкіри і очей.



Вірус HCV міститься в крові та інших тканинах інфікованої людини.

Зараження відбувається від прямого попадання вірусу з крові у кров, при порушенні безперервності шкіри або слизових оболонок (шляхом ін'єкції, при пункції або розрізі, внаслідок пошкодження тіла - ран, порізів).

Туберкульоз

Туберкульоз – інфекційне і заразне захворювання, яке викликається мікобактеріями туберкульозу (бацили туберкульозу). Туберкульоз переважно вражає органи дихальної системи людини (bronхи і легені), але можливо і ураження інших органів. Найчастіше зараження відбувається повітряно-пилоним шляхом. Хворий виділяє паличку Коха у повітря разом з крапельками мокротиння або слини під час говоріння, кашлю, сміху тощо.

Як заражаються туберкульозом?



Найчастіше джерелом туберкульозної інфекції є доросла хвора людина, яка виділяє мікобактерії. Найбільший ризик захворіти мають члени сім'ї хворого та люди, які знаходяться у постійному контакті з хворим.

Хто має найвищий ризик зараження?



До групи високого ризику інфікування на туберкульоз входять діти, люди похилого віку та люди, які страждають на хронічні захворювання. Факторами ризику є також зловживання алкоголем, надмірне навантаження у праці, стрес, подорожі - все це може призводити до послаблення імунітету і збільшити ризик інфікування.

Яка профілактика туберкульозу?



Основним способом запобігання туберкульозу є щеплення, яке в Польщі належить до обов'язкових. Вакцину вводять новонародженим дітям на 1 добу життя. Батьки нещеплених дітей можуть безкоштовно провакцинувати дітей проти туберкульозу до 15 року життя.

Додаткові методи профілактики:



- Збалансоване харчування;
- Дотримання елементарних правил гігієни;
- Дотримання режиму праці та відпочинку;
- Уникнення великих скупчень людей.

ВІЛ /СНІД

ВІЛ - вірус імунodefіциту людини (англ. Human Immunodeficiency Virus, HIV), вірус що призводить до захворювання людини на ВІЛ-інфекцію. Він атакує імунну систему людини, яка захищає організм від інфекцій і хвороб. Ранній період інфекції зазвичай протікає безсимптомно. Коли вірус ослабить імунну систему або повністю знищить її, інфікована ВІЛ-ом людина починає хворіти на різні захворювання, які загрожують її життю.

СНІД – це подальший етап ВІЛ-інфекції, коли пошкоджена імунна система не може захищати інфікованої людини від патогенів. СНІД зазвичай виникає через кілька років після зараження ВІЛ, якщо його не лікувати. СНІД - це хронічне невиліковне захворювання. Однак нині існують противірусні ліки, які ефективно гальмують розвиток ВІЛ-інфекції.

ВІЛ передається тільки від людини до людини. Заразитися вірусом імунodefіциту можна:



через контакт з кров'ю ВІЛ-інфікованого, наприклад використання шприців, голки та іншого ін'єкційного обладнання або іншими біологічними рідинами з додатком крові;



через незахищений (без презерватива) проникаючий статевий акт (сперма, в тому еякулят та виділення з піхви містять ВІЛ);



під час вагітності, пологів і при годуванні груддю - передача вірусу від ВІЛ-позитивної матері дитині.

Пам'ятайте! Від моменту зараження ВІЛом до вираження симптомів інфекції може пройти багато років, на початкових стадіях хвороба протікає безсимптомно. Виявити проблему може лише спеціальний аналіз крові на ВІЛ.

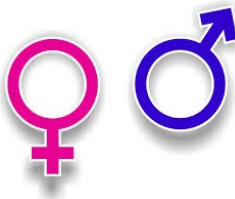
ВІЛ-інфекції сприяють ризиковані ситуації, під час яких на пошкоджену шкіру або слизові оболонки потрапляє інфікована кров чи інші рідини організму, які містять ВІЛ. Тому пам'ятайте:



- Будьте обережні з порізами – використовуйте одноразові рукавички або попросить надати допомогу когось, хто підготовлений до того;
- Косметичні маніпуляції чи татуювання виконуйте тільки в спеціалізованих закладах, які дотримуються санітарних правил. Не соромтесь питати чи інструменти стерильні. Якщо ні - процедуру краще не робити!
- Не користуйтеся чужими бритвами, зубними щітками, іншими предметами догляду та гігієни й не позичайте їх нікому.

ПАМ'ЯТАЙТЕ!

Вакцини від ВІЛ не існує. Єдиний надійний спосіб запобігти ВІЛ-інфекції - виключення ризикованих ситуацій та використання під час статевого акту запобіжних засобів, одним з найбезпечніших серед яких є презервативи. Протизаплідна таблетка не забезпечує захист від ВІЛ та хвороб, що передаються статевим шляхом.



**Диспансер набутих імунодефіцитів
СПВСЗ (Воєводська лікарня)**

вул. Арконьська 4

В зв'язку з епідемічною ситуацією щодо поширення коронавірусної інфекції, кожна особа, яка з'являється на обстеження, зобов'язана одягнути маску. В пункті необхідні також дезінфекція рук і вимірювання температури. Будь ласка ознайомтесь на місці з впровадженими протиепідемічними заходами.

Будь ласка, відкладіть візит, якщо маєте підвищену температуру або інші симптоми коронавірусу

Графік роботи:

Понеділок 15:00-18:00

Вівторок 15:00-18:00

Четверг 15:00-18:00



УВАГА!!! ОСТАНЬОГО КЛІЄНТА ПРИЙМАЄМО ПІВГОДИНИ ДО ЗАКРИТТЯ ПУНКТУ



Санітарно-епідеміологічні обстеження

ХТО ПІДЛЯГАЄ ОБОВ'ЯЗКОВОМУ САНІТАРНО-ЕПІДЕМІОЛОГІЧНОМУ ОБСТЕЖЕННЮ?

На підставі ст. 6 абз. 1 Закону від 5 грудня 2008 року про запобігання інфекціям та інфекційним захворюванням людей та боротьбу з ними (Законодавчий вісник Польщі від 2020 року, поз. 1845 із змінами)

Категорії осіб, які зобов'язані проходити санітарно-епідеміологічні обстеження:

- учні, студенти, аспіранти, що підготовлюються до робіт при яких існує ризик передачі інфекції або заразної хвороби іншим людям, а також
- при прийнятті на роботу та протягом трудової діяльності працівників, що виконують роботи при яких існує ризик передачі інфекції або заразної хвороби іншим особам, зокрема працівники підприємств харчової промисловості й громадського харчування.

На підставі обстежень лікар видає медичну довідку про придатність до роботи або про медичні протипоказання допуску до виконання робіт.

КИМ ЗДІЙСНЮЄТЬСЯ ПРОВЕДЕННЯ САНІТАРНО-ЕПІДЕМІОЛОГІЧНИХ ОБСТЕЖЕНЬ?

Санітарно-епідеміологічні обстеження здійснюються терапевтом або лікарем, який має підготовку з професійної патології.

(Офіційний вісник від 2018 року, N 151 із змінами)

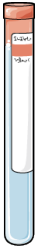
ЩО ВХОДИТЬ В МЕДИЧНИЙ ОГЛЯД?

Порядок проведення медогляду визначається лікарем або особою, яка спрямовує на проведення його.

Санітарно-епідеміологічні обстеження, це обстеження, яке включає в себе:

- медичний огляд,
- лабораторні дослідження, а також
- додаткові обстеження і обстеження спеціалістами, яких проводять в рамках епідеміологічного нагляду, для виявлення біологічних патогенів або підтвердження ознак інфекційного захворювання.

Лабораторні дослідження найчастіше включають в себе триразовий аналіз калу на черевнотифозні палички, паратифи А, В та С, інші палички роду Сальмонела (Salmonella) та Шигела (Shigella). В разі позитивності тесту хоча б в одному зразку калу, особу вважається інфікованою відповідним патогеном.



**Довідник підготовлено працівниками
Відділу з питань здравотної освіти і промоції здоров'я та
Епідеміологічного відділу Воеводської санітарно-епідеміологічної
станції в Щеціні.**



- **Детальна інформації про інфекційні хвороби і профілактику:**
- **закон про запобігання та протидію зараженням і інфекційним хворобам у людей (Законодавчий вісник Польщі від 2020 року, поз. 1845 із змінами)**
- **а також на сайті: www.pzh.gov.pl, www.gis.gov.pl, www.szczepienia.info**

**Воєводська санітарно-епідеміологічна станція в
Щеціні**

вул. Спедиторска 6/7

70-632 Щецин

e-mail: wsse.szczecin@pis.gov.pl

e-mail: kancelaria@wsse.szczecin.pl

Контактний центр : +48 222 500 115

