



ZARAZNE BOLESTI

Epidemiologija zaraznih bolesti

Epidemiologija se bavi praćenjem, proučavanjem, sprečavanjem i suzbijanjem pojave masovne bolesti ili njezinim potpunim iskorjenjivanjem. Zarazne bolesti još uvijek predstavljaju jedan od najznačajnijih izazova u epidemiologiji.

Zarazne bolesti su grupa oboljenja prouzrokovana mikroorganizmima ili njihovim toksinima, koji se izravnim ili neizravnim putem prenose s jedne osobe na drugu.

Mikroorganizmi (bakterije, virusi, gljivice, trakavice, gliste...) su okom nevidljivi i ima ih posvuda oko nas (voda, zrak, zemlja); svakog dana ih jedemo, pijemo, udišemo. Oni žive na našoj koži, ustima, dišnim putevima, crijevima i spolnim organima i zapravo rijetko kada izazivaju bolest. Kada i kako će doći do zaraze i razvoja bolesti, moraju biti ispunjeni ovi određeni uvjeti:

- Izvor zaraze (zaražen čovjek, kliconoša, zaražena životinja)
- Putevi prijenosa i širenja (kontakt, zrak, hrana, voda)
- Ulazno mjesto (respiratorni sustav, probavni sustav, koža, vidljive sluznice)
- Dostatna količina i jačina mikroorganizma da izazove bolest
- Osjetljivost domaćina na bolest (stanje imuniteta, oštećena koža i sluznica)

Obrana organizma od zarazne bolesti uključuje: prirodne zapreke (suze, koža, sluznica dišnog sustava, želučana kiselina, peristaltika crijeva), nespecifične mehanizme (upala na mjestu infekcije: jača prokrvljenost i pojačano prodiranje bijelih krvnih stanica), povišenu tjelesnu temperaturu ($>37^{\circ}\text{C}$) te specifične mehanizme kao što su lijekovi ili protutijela koja nastaju cijepljenjem ili nakon što se preboljela određena zarazna bolest.

Npr. prehlada. Zaraženo dijete prilikom govora, kašljanja ili kihanja izbacuje kapljice sline, sluzi koje sadrže mikroorganizme i oni se zadržavaju u zraku jedan period. Zdravo dijete udahe takav zrak jer su u neposrednom kontaktu kroz duže vrijeme. Zbog suhog zraka u zimskim mjesecima sluznica gornjeg dišnog sustava je isušena i ne može mikroorganizme izbaciti kašljanjem (sekretom) već se oni umnažaju i stvaraju upalu. Kako su djeca jasljičke dobi zbog odvojenosti i tuge smanjene otpornosti, sklonija su oboljevanju čak 8-12 puta godišnje.

Kada mikrororganizmi napadnu ljudski organizam, namnože se i stvore infekciju dogodi se jedan od tri scenarija. Prvi, mogu se namnožiti i nadvladati obrambene snage. Drugi, može se postići stanje ravnoteže stvarajući kroničnu infekciju. Treći, bolesnik bez ili uz pomoć

lijekova uništi uzročnika. Tim se postupkom uspostavlja zdravlje a često (trajni ili kratkotrajni) imunitet.

Imunitet se može proizvesti cijepljenjem. Cjepiva sadrže nezarazne dijelove ili cijele bakterije ili viruse koji su promijenjeni tako da ne mogu izazvati infekciju. Organizam odgovara stvaranjem imunološke obrane (protutijela) koja se aktivira kada osoba dođe u kontakt s uzročnikom bolesti protiv koje je osoba cijepljena. Djeca se cijepe rutinski, neka se cjepiva daju određenoj skupini ljudi (gripa) a neka se daju nakon izloženosti specifičnoj bolesti (bjesnoća). Cijepljenje je spasilo više života nego bilo koja medicinska intervencija u povijesti.

Neki lijekovi protiv virusa se moraju dati unutar dva dana od početka simptoma bolesti (gripa) inače nisu učinkoviti. Često se na njih razvija rezistencija a i uništavaju zdrave stanice pa se rijetko koriste.

Antibioticima se liječe bakterijske infekcije. Upotreba antibiotika treba biti ciljana i racionalna te provedena točno prema uputama liječnika. Otpornost na antibiotike je velika prijetnja javnom zdravstvu današnjice.

Epidemija je pojava neke zarazne bolesti koja prelazi očekivani broj slučajeva u istoj populaciji a kada se proširi na sve kontinente onda je nazivamo pandemijom. *Zakonom o zaštiti pučanstva od zaraznih bolesti* definirane su obvezne mjere za sprečavanje i suzbijanje od zaraznih bolesti koje mogu biti:

- Opće (zdravstvena ispravnost hrane i vode za piće i potrošnju, sanitarno-tehnički i higijenski uvjeti te provođenje postupaka dezinfekcije, dezinfekcije i deratizacije na površinama, u prostorijama ili objektima)
- Posebne (rano otkrivanje izvora i puteva prenošenja zaraze; laboratorijsko ispitivanje; prijavljivanje; prijevoz, izolacija i liječenje oboljelih; preventivne mjere dezinfekcije, dezinfekcije i deratizacije, zdravstveni nadzor nad kliconošama i zaposlenicima; zdravstveni odgoj; imunizacija, seroprofilaksa i kemoprofilaksa; informiranje)
- Sigurne (provođenje obveznih protuepidemijskih mjera dezinfekcije, dezinfekcije i deratizacije; osnivanje karantene; zabrane putovanja u državu u kojoj je proglašena epidemija, ograničavanje ili zabrana kretanja; zabrana uporabe objekata, opreme i prijevoznih sredstava, obvezno sudjelovanje svih pravnih i fizičkih osoba u provođenju protuepidemijskih mjera)
- Ostale (npr. mobilizaciju zdravstvenih radnika, privremena uporaba drugih objekata za pružanje zdravstvene zaštite, prijevoz i pogreb osobe umrle od zarazne bolesti...)

Dječji vrtić je ustanova pod sanitarnim nadzorom i obvezna je postupati sukladno mjerama propisanim ovim zakonom. Sukladno *Zakonu o predškolskom odgoju i naobrazbi* također se provodi *Program mjera zdravstvene zaštite, mjere higijene i mjere pravilne prehrane djece predškolske dobi*. *Zakon o hrani* definira preventivne mjere samokontrole kojima utječe na zaštitu od zaraznih bolesti.

Djeca u predškolskim ustanovama najviše oboljevaju od respiratornih zaraznih bolesti (>50%) koje karakteriziraju curenje nosa, kašalj, grlobolja, povišena tjelesna temperatura. Glavne mjere za njihovo suzbijanje su: higijena ruku i gornjih dišnih puteva, kihanje i kašljanje u rukav ili jednokratnu papirnatu maramicu, izbjegavanje dodirivanja usta, nosa i očiju, izbjegavanje grljenja, ljubljenja i rukovanja; ispiranje nosa i grla, vlaženje i grijanje zraka, često provjetravanje, boravak na zraku, kretanje, zdrava i raznolika prehrana, hidracija, izolacija djece i zaposlenika iz kolektiva sa simptomima bolesti do izlječenja, održavanje čišćenja i dezinfekcije prostorija, ploha, predmeta, posteljine, rublja i igračaka. Svako grupiranje bolesti prijavljuje se nadležnoj higijensko-epidemiološkoj službi te postupa po uputama. Često je u skupini izvor zaraze kliconoša koji zarazi osjetljiviju djecu, a sam ne razvije simptome bolesti pa se jedino može djelovati na puteve širenja.

Čovjek je ključan činitelj u kontinuiranom procesu smanjenju rizika od pojave zaraznih bolesti. Svatko svojim odgovornim ponašanjem čuva i štiti sebe i druge.

Pranje ruku je najstarija, najjeftinija, najdostupnija i najučinkovitija metoda za sprečavanje širenja infekcije!

Nikolina Vidović, dipl. med. techn.
Zdravstvena voditeljica

