



VALSTS AĢENTŪRA

# LATVIJAS INFEKTOLOĢIJAS CENTRS

Linezera iela 3, Rīga, LV-1006, Latvija. Tālr. 67014500. Fakss 67014568  
Reģ. nr. 90001830776. E-pasts: lic@lic.gov.lv  
www.lic.gov.lv

## NOROVĪRUSU INFEKCIJA

Kā ik gadus, arī šajā ziemā vērojams saslimstības pieaugums ar norovīrusu (*Norwalk* vīrusu) izraisītām akūtām zarnu infekcijām, kas tautā sauktas arī par „vēdera gripu” vai “ziemas vemšanas slimību”. Janvāra pirmo 3 nedēļu laikā Latvijas infektoloģijas centra Mikrobioloģijas laboratorijā no 319 virusoloģiski pārbaudītām paraugiem slimniekiem ar zarnu infekcijas slimību simptomiem 185 (58%) pacientiem konstatēta norovīrusa klātbūtne.

Slimības raksturīgākās pazīmes ir slikta dūša, vemšana, caureja, sāpes vēderā, kā arī galvassāpes un neliela ķermeņa temperatūras paaugstināšanās. Bērniem biežāk ir sastopama vemšana, bet pieaugušajiem – caureja.

Slimības simptomi parasti parādās 24 – 48 stundu laikā pēc inficēšanās, lai gan infekcijas inkubācijas periods var svārstīties no 10 stundām līdz 4 dienām, bet pati slimība ilgst 2-3 dienas. Smagu slimības gaitu un komplikācijas novēro reti. Tomēr, ja saslimušais nespēj uzņemt tik daudz šķidruma, lai izvadītais un uzņemtais šķidruma daudzums būtu līdzsvarā, iespējama ķermeņa dehidratācija (atūdeņošanās). Dehidratācija parasti tiek novērota bērniem, vecāka gadagājuma cilvēkiem un cilvēkiem ar blakusslimībām un novājinātu organismu.

Norovīrusi izplatās tieša kontakta ceļā no personas uz personu vai ar piesārņotu priekšmetu starpniecību. Vīruss izdalās ar izkārnījumiem un atvemtām masām. Nereti inficēšanās notiek, lietojot ūdeni vai uzturu, kuru gatavošanas laikā inficējies slims pārtikas aprītē iesaistīts darbinieks (arī tāds, kuram slimība norit vieglā formā vai bez simptomiem). Ir dati, kas liecina par infekcijas izplatīšanos arī gaisa pilienu ceļā.

Pārslimojušais var izdalīt vīrusu ar izkārnījumiem vēl līdz 3 dienām pēc izveseļošanās. Norovīrusu daudzums, kas spēj inficēt cilvēku ir niecīgs, tāpēc slimība ļoti „lipīga”.

Norovīrusi ir salīdzinoši izturīgi, tiem piemīt spēja izdzīvot pie relatīvi augsta hlora līmeņa un dažādās temperatūrās (no sasaldēšanas līdz 60<sup>0</sup> C). Imunitāte pret norovīrusu infekciju nav ilgstoša un iespējama atkārtota inficēšanās. Bieži lieli norovīrusu izraisītās slimības uzliesmojumi tiek reģistrēti kruīzu kuģos, militārās struktūrvienībās, slimnīcās, izglītības iestādēs.

2009.gadā tika reģistrēti 1149 norovīrusu gastroenterīta gadījumi, un kopš šīs slimības reģistrācijas sākuma tas ir augstākais reģistrētais gadījumu skaits; 67% saslimušo bija bērni. Slimnīcās

ārstējās 1030 saslimušie. Tāpēc epidemioloģiskās statistikas dati liecina galvenokārt par vissmagākajiem norovīrusu infekcijas gadījumiem, kad ir nepieciešama ārstēšana stacionārā un reālā infekcijas izplatība ir daudz plašāka. Pēdējos gados saistībā ar norovīrusu aktivitāti reģistrēti arī vairāki grupveida saslimšanas gadījumi, 2007.gadā – 28, 2008.gadā – 55, un 2009.gadā – 62.

Lai nesaslimtu ar norovīrusu gastroenterītu, kā pieaugušajiem, tā bērniem jāievēro šādi profilakses pasākumi:

- bieži jāmazgā rokas – it īpaši pēc tualetes apmeklēšanas, bērnu autiņu maiņas, pirms un pēc ēdiena gatavošanas, pēc kontakta ar slimnieku, kam konstatēta infekcijas slimība;
- nedrīkst ļaut slimam cilvēkam gatavot ēdienus pārējiem ģimenes locekļiem, slimības simptomu laikā strādāt pārtikas uzņēmumā vai bērnu izglītības iestādē;
- slimi bērni nedrīkst apmeklēt bērnu kolektīvus;
- uzturā lietoto krāna ūdeni pirms lietošanas ieteicams uzvārīt;
- nedrīkst lietot uzturā nezināmas izcelsmes ledu;
- nedrīkst lietot uzturā nemazgātus augļus un dārzeņus;
- uzturā jālieto tikai termiski pietiekami apstrādātu gaļu un tās produkciju, kā arī vēžveidīgos;
- ja mājās ir norovīrusu infekcijas slimnieks, tā radniekiem un citiem aprūpētājiem nepieciešams mazgāt rokas pēc katra kontakta ar slimo cilvēku, viņu drēbēm vai gultas veļu, un ar slimnieka istabas aprīkojumu. Slimniekam jāizmanto individuālie uzkopšanas līdzekļi un trauki, nevis jālieto kopējie. Īpaša vērība jāveltī telpu, īpaši tualetes, uzkopšanai un dezinfekcijai. Tualetu sēdvietas, skalošanas ierīču rokturus, roku mazgāšanas izlietņu krānus, virsmas un tualetes durvju rokturus nepieciešams tīrīt un dezinficēt reizi dienā vai biežāk. Šim mērķim var izmantot karstu ūdeni un tirdzniecībā pieejamus mazgāšanas vai dezinfekcijas līdzekļus atbilstoši to instrukcijās norādītajam lietošanas veidam.

## **UZMANĪBU!**

Katram jāzina, ka ar biežu caureju un vemšanu cilvēks zaudē daudz šķidruma un var notikt organismam bīstama atūdeņošanās, kas ārstējama tikai slimnīcā. Īpaši ātri atūdeņošanās iestājas bērniem!

Lai no tā izvairītos, pēc iespējas ātrāk jāuzsāk zaudētā šķidruma atjaunošana. Šķidrumu rehidratācijai var vienkārši pagatavot mājās. Vienam litram vārīta ūdens pievieno nepilnu tējkaroti sāls un 3 līdzenas ēdamkarotes cukura vai 20 gramus glikozes – kā cukurs, tā glikoze veicina šķidruma uzsūkšanos.