**Małe dzieci często chorują na powszechne choroby zakaźne wieku dziecięcego. Dla rodzica, opiekuna, pracownika żłobka czy przedszkola istotna jest wiedza o drogach przenoszenia tych chorób, okresie wylęgania każdej z nich oraz metodach, którymi można zapobiegać rozprzestrzenianiu się choroby.**

**Ospa wietrzna**

[Ospa wietrzna](https://www.edziecko.pl/male_dziecko/1,79315,18997165,ospa-wietrzna-objawy-leczenie-powiklania.html) jest bez wątpienia chorobą, z którą spotyka się wiele dzieci. Najczęściej spotyka noworodki i dzieci na początku ich drogi edukacji. Należy do grupy chorób zakaźnych z wysypką.

**Przyczyny**: Ospę wywołuje wirus varicella zoster, który przenosi się poprzez bezpośredni kontakt z osobą chorą na ospę wietrzną.

**Objawy**: Typowy objawy ospy wietrznej to swędząca, nieregularna wysypka, która z czasem pokrywa się strupkami. Wysypka najczęściej umieszczona jest w okolicach głowy i tułowia, w mniejszym stopniu atakuje kończyny i błony śluzowe. Pojawić się też może bardzo wysoka gorączka, brak apetytu, biegunka, uczucie rozbicia.

**Leczenie**: Ospa wietrzna, wbrew temu, co myśli większość rodziców, jest bardzo groźną chorobą. Może doprowadzić do bakteryjnego zakażenia skóry, zapalenia mózgu, [zapalenia opon mózgowo-rdzeniowych](https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/7,101580,20021645,wirusowe-zapalenie-opon-mozgowych-ndash-jakich-objawow-nie.html), zapalenia stawów, [zapalenia nerek](https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/7,101580,22919636,zapalenie-nerek-przyczyny-przebieg-i-leczenie.html) czy jąder. Leczenie jest głównie objawowe, dziecko powinno unikać kontaktu z rówieśnikami i dorosłymi (którzy z reguły bardzo ciężko przechodzą chorobę). Zaleca się prysznice w letniej wodzie, czasami podawane są leki przeciwwirusowe.

**Odra**

[Odra](https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/7,101580,21629966,odra-grozna-choroba-zakazna-objawy-leczenie-powiklania.html), podobnie jak ospa, jest chorobą wysypkową. Najczęściej pojawia się w wieku do 15 lat, najbardziej narażona na nią jest grupa dzieci w wieku od 2 do 5 lat.

**Przyczyny**: Odra jest chorobą wirusową, która przenosi się poprzez kontakt z chorym. Chory zakaża do około piątego dnia wysypki.

**Objawy**: Początkowo pojawia się tzw. okres zwiastunowy, który objawia się gorączką, wodnistym katarem, suchym kaszlem, biegunką. Na 2-3 dni przed pojawieniem się wysypki na ciele, na policzkach chorego można zaobserwować białe plamki na czerwonym tle charakterystyczne tylko dla odry. Wysypka na ciele początkowo pojawia się na twarzy, za uszami i stopniowo pojawia się na coraz większym obszarze. Wysypka odrowa jest ciemna, a krostki występują w skupiskach.

**Leczenie**: Odrę leczy się objawowo, w razie wystąpienia powikłań podaje się antybiotyki. Odra może powodować szereg powikłań, m.in.: [zapalenie krtani](https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/7,101580,23079589,zapalenie-krtani-objawy-diagnoza-leczenie.html), [zapalenia płuc](https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/7,101580,23079719,zapalenie-pluc-najczestsze-objawy-leczenie-powiklania.html), [zapalenia ucha środkowego](https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/1,101580,13469394,Zapalenie_ucha_srodkowego___wcale_nie_musi_bolec.html). Od 12 miesięcy aż do 18 lat po przebyciu odry pojawić może się podostre stwardniające zapalenie mózgu, które niestety jest chorobą śmiertelną.

**Różyczka**

Różyczka ma długi okres wylęgania, wynoszący nawet do 21 dni. Z reguły pojawia się w wieku wczesnoszkolnym i przedszkolnym. Obowiązkowe szczepienia sprawiają, że jest to choroba bardzo rzadko występująca.

**Przyczyny:** Wirus różyczki przenosi się drogą kropelkową.

**Objawy:** Około dwa dni przed wystąpieniem wysypki pojawiać może się [złe samopoczucie](https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/7,101580,23930371,zle-samopoczucie-co-moze-oznaczac-i-jak-sobie-z-nim-poradzic.html), gorączka, ból głowy i objawy podobne do grypowych. Zdarza się, że objawy zwiastunowe się nie pojawiają, a chory przechodzi różyczkę bezobjawowo. Zazwyczaj jednak pojawia się wysypka grudkowa, o średnim rozmiarze wykwitów, mają one bladoróżowy kolor. Wysypka zaczyna się na twarzy i szybko pojawia na tułowiu. Podczas różyczki powiększone są także węzły chłonne potyliczne i szyjne.

**Leczenie:** Leczenie różyczki jest objawowe, a powikłania u dzieci nie są zbyt częste, może jednak wystąpić [skaza krwotoczna](https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/7,101580,23907723,skaza-krwotoczna-co-to-za-schorzenie-co-moze-ja-wywolac-i.html), zapalenie płuc, mózgu lub stawów. Różyczka jest bardzo niebezpieczna dla kobiet w ciąży, więc jeśli ciężarna kobieta miała kontakt z zakażonym różyczką, powinny zostać podać jej leki przeciwwirusowe. Różyczka doprowadza bowiem do poważnych uszkodzeń płodu.

**Mononukleoza**

Mononukleoza jest ostrą chorobą wirusową, która w przeciwieństwie do wcześniej wymienionych występuje najczęściej bez wysypki. Najczęściej chorują dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym, narażone są na nią także nastolatki po 15. roku życia. Choroba może przebiegać bez objawów.

**Przyczyny**: Choroba powodowana jest przez wirusa Epstein-Barr. Przenosi się poprzez drogę kropelkową (najczęściej kontakt ze śliną chorego) i przez transfuzję krwi. Ma długi okres wylęgania, który wynosi od 20 do 50 dni, często więc chory początkowo nie łączy objawów z mononukleozą.

**Objawy**: Charakterystyczny dla mononukleozy jest długi okres zwiastunowy, która trwa do dwóch tygodni. Objawy w tym okresie są podobne do grypowych, pojawia się gorączka, bóle mięśni, katar, często też pojawia się nalot na migdałkach i powiększenie węzłów chłonnych. Często pojawia się obrzęk nasady nosa, powiek, brwi. Wysypka może występować, ale jest to raczej rzadkie. U połowy chorych śledziona jest powiększona.

**Leczenie:** Leczenie mononukleozy jest objawowe i bardzo długie. Często przy chorobie pojawiają się nadkażenia bakteryjne, które leczy się antybiotykami. Powrót do zdrowia jest długi, chory przez bardzo długi czas czuje się przewlekle zmęczony.

**Świnka**

[Nagminne zapalenie ślinianek przyusznych](https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/1,101580,9348131,Spokojnie__to_tylko_swinka_.html) to choroba, która popularnie nazywana jest świnką. Najczęściej pojawia się u dzieci w starszym wieku, rzadko występuje u niemowląt i przedszkolaków.

**Przyczyny:** Świnka jest wirusową chorobą zakaźną, którą zarazić się można przez kontakt z chorym. Przechorowanie świnki w dzieciństwie zapewnia większości osób odporność na całe życie, więc bardzo rzadko atakuje ona dorosłych.

**Objawy:** Choroba u prawie 40% osób przebiega bezobjawowo. Kiedy pojawiają się objawy, to trudno pomylić je z objawami innej choroby. Najpierw pojawia się gorączka, objawy podobne do grupy, a po dniu lub dwóch powiększają się ślinianki przyuszne (najczęściej pierwsza powiększa się lewa ślinianka). Przez to żucie i przełykanie mogą być bolesne, a chory może cierpieć na ból ucha.

**Leczenie:** Powikłania po śwince są bardzo poważne, mogą prowadzić do bezpłodności (zapalenie jąder), możliwe powikłania to [zapalenia trzustki](https://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/7,101580,22916239,ostre-zapalenie-trzustki-przyczyny-czeste-objawy-metody.html), opon mózgowo-rdzeniowych, mózgu, zapalenia spojówek, płuc, nerek, serca. Leczenie jest objawowe. Ze względu na ciężki przebieg choroby i liczne powikłania, zaleca się szczepienia ochronne.

**Grypa jelitowa**

Grypa jelitowa (nazywana też żołądkową), często występuje w przedszkolach i szkołach, szybko atakując duże grupy dzieci. Dorośli są na nią bardziej odporni.

**Przyczyny:** Grypa jelitowa najczęściej jest powodowana przez rotawirusy, na które dorośli są z reguły odporni. Choroba przenosi się przez kontakt z kałem osoby zarażonej.

**Objawy**: Typowym objawem jest wodnista biegunka, pojawiają się także gorączka, bóle brzucha, wymioty i nudności, osłabienie. Choroba trwa do 9 dni.

**Leczenie:** Leczenie jest głównie objawowe, małe dzieci ze względu na biegunkę mogą wymagać hospitalizacji z odwodnienia. Leczenie polega na zapewnieniu lekkostrawnej diety i dużej ilości płynów. Należy zachować wysoką higienę i dokładnie wyczyścić powierzchnie, z którymi chorymi miał do czynienia.

**Gorączka trzydniowa (rumień nagły)**

Gorączka jelitowa jest to dość powszechna choroba wirusowa (HHV 6, HHV 7) małych dzieci, od 6. miesiąca życia do 2-3. roku życia.

**Przyczyny:** do zakażenia dochodzi drogą kropelkową od chorego osobnika. Okres wylęgania to kilka dni. Zakaźność jest duża.

**Objawy:** głównym jest nagła, wysoka gorączka bez innych objawów towarzyszących. Obserwuje się gorsze samopoczucie dziecka, niekiedy zaczerwienione gardło, biegunkę. Po 3-4. dniach dziecko przestaje gorączkować, a na skórze klatki piersiowej i twarzy pojawia się bladoróżowa, drobnoplamista wysypka, nieswędząca.

**Leczenie:** choroba sama ustępuje, a leczenie jest jedynie objawowe, polegające na zwalczaniu gorączki, odpowiednim nawodnieniu i odpoczynku. Nie ma szczepionki.

**Odkleszczowe zapalenie mózgu**

Odkleszczowe zapalenie mózgu jest chorobą ośrodkowego układu nerwowego wywoływaną przez wirusy z rodziny Flaviviridae.

**Przyczyny:** Zakażenie przenoszone jest podczas ukłucia przez kleszcze *Ixodes*.

**Objawy**: Choroba ujawnia się zwykle 7-14 dni po kontakcie z zakażonym kleszczem; chorzy skarżą się na [zawroty głowy](https://www.mp.pl/pacjent/otolaryngologia/objawy/105618,zawroty-glowy), [nudności i wymioty](https://www.mp.pl/pacjent/gastrologia/objawy/134362,nudnosci-i-wymioty).

**Leczenie:** Polega na ochronie ciała przed kleszczami, stosowaniu repelentów, mechanicznym usuwaniu kleszczy oraz na szczepieniu. Nie zaleca się stosowania surowic odpornościowych.

**Ze względu na specyfikę chorób zakaźnych najważniejsza jest wiedza dotycząca okresu wylęgania choroby, drogi zakażenia oraz możliwości zabezpieczenia dziecka. Jeśli dostępne są szczepionki na daną chorobę i nie istnieją przeciwskazania do ich podania, należy zastosować tę formę profilaktyki (również poekspozycyjnej w wybranych chorobach). Równie ważne w przerwaniu transmisji zakażeń, szczególnie w chorobach bez dostępnych szczepionek, jest przestrzeganie podstawowych zasad higieny.**