



**ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ &
ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕΕΛΠΝΟ)**

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

Τμήμα Επιδημιολογικής Επιτήρησης και Παρέμβασης

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΗΣ ΙΟΓΕΝΟΥΣ ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΙΤΙΔΑΣ

1. Γενικές πληροφορίες για την ιογενή γαστρεντερίτιδα

Η ιογενής γαστρεντερίτιδα είναι μια εντερική λοίμωξη που οφείλεται σε διάφορους ιούς. Οι συχνότεροι από αυτούς είναι οι νοροϊοί, οι ροταϊοί και οι αδενοϊοί (τύποι 40 και 41).

Τα κύρια συμπτώματα της ιογενούς γαστρεντερίτιδας είναι οι διάρροιες (συνήθως υδαρείς) και οι έμετοι. Οι ασθενείς μπορεί επίσης να παρουσιάσουν ναυτία, πόνο και κράμπες στην κοιλιά, πονοκέφαλο, μυϊκούς πόνους, κόπωση, ρίγη και σπανιότερα πυρετό. Ο πυρετός είναι κατά κανόνα χαμηλός. Στην πλειονότητα των ατόμων τα συμπτώματα είναι ήπια και υποχωρούν χωρίς να απαιτείται η επίσκεψη στο γιατρό.

<http://www.keelpno.gr/Portals/0/Αρχεία/Τροφιμογενή/Γαστρεντερίτιδες/FAQιογενής γαστρεντερίτιδα.pdf>

2. Αύξηση της συχνότητας εμφάνισης γαστρεντερίτιδας από νοροϊό τη χειμερινή περίοδο 2012-2013

Σύμφωνα με πρόσφατα επιδημιολογικά δεδομένα, υπάρχουν ενδείξεις για αύξηση της επίπτωσης των σποραδικών κρουσμάτων και επιδημιών από νοροϊό τους τελευταίους μήνες συγκριτικά με τα προηγούμενα έτη σε παγκόσμιο επίπεδο. Με δεδομένη την περιορισμένη επιτήρηση των γαστρεντεριτίδων από νοροϊό στις περισσότερες χώρες, είναι δύσκολο να προκύψει ασφαλές συμπέρασμα αν η αύξηση αυτή είναι πραγματική ή υποδηλώνει πρόωπη εποχική δραστηριότητα.

Ωστόσο, οι υπηρεσίες υγείας θα πρέπει να είναι προετοιμασμένες για αυξημένο αριθμό κρουσμάτων το επόμενο διάστημα.

3. Τι μπορούμε να κάνουμε για να προφυλαχθούμε από την ιογενή γαστρεντερίτιδα;

Για να μειώσουμε την πιθανότητα νόσησης από ιογενή γαστρεντερίτιδα θα πρέπει:

A) Να τηρούμε τους βασικούς κανόνες υγιεινής:

- ✓ Πλένουμε συχνά τα χέρια μας με σαπούνι και νερό ειδικά:

<u>Πριν</u>	<u>Μετά</u>
την κατανάλωση φαγητού	τη χρήση της τουαλέτας/ αλλαγή πάνας
την προετοιμασία φαγητού	το χειρισμό μολυσματικού υλικού (εμέσματα ή κόπρανα)
το χειρισμό τροφίμων	το χειρισμό μολυσμένων, με εμέσματα ή διαρροϊκά κόπρανα, κλινοσκεπασμάτων, ρούχων, εσωρούχων, πετσετών
	την επαφή με κάποιον που έχει συμπτώματα γαστρεντερίτιδας
	το χειρισμό τροφίμων

Σημειώνεται ότι οι γονείς θα πρέπει να φροντίζουν ώστε και τα παιδιά της οικογένειας να κάνουν το ίδιο.

- ✓ Καθαρίζουμε σχολαστικά τις επιφάνειες που χρησιμοποιούνται κατά την προετοιμασία των τροφίμων καθώς και τα οικιακά σκεύη με σαπούνι και νερό πριν, κατά τη διάρκεια και μετά την προετοιμασία του φαγητού
- ✓ Χρησιμοποιούμε οικιακή χλωρίνη για το καθαρίσμα της κουζίνας και της τουαλέτας του σπιτιού
- ✓ Αποφεύγουμε τη χρήση σκευών (ποτήρια, πιάτα, κ.ά.) και άλλων προσωπικών αντικειμένων από κοινού με άλλα άτομα

B) Να καταναλώνουμε όσο το δυνατόν ασφαλή τρόφιμα και νερό (δεν θα πρέπει να ξεχνάμε ότι τα μολυσμένα τρόφιμα μπορεί να έχουν φυσιολογική όψη και οσμή):

- ✓ Καλό πλύσιμο των τροφίμων, πριν την κατανάλωσή τους και πριν το μαγείρεμα
- ✓ Χρήση ασφαλούς νερού (γνωστής προέλευσης) για πόση και για μαγείρεμα
- ✓ Μαγείρεμα των οστρακοειδών πριν την κατανάλωσή τους

Γ) Διαθέσιμο εμβόλιο έναντι του ροταϊού που προκαλεί ιογενή γαστρεντερίτιδα κυρίως σε βρέφη και μικρά παιδιά.

Ο εμβολιασμός συμπεριλαμβάνεται στο ισχύον εθνικό πρόγραμμα εμβολιασμών παιδιών και εφήβων και πρέπει να ολοκληρώνεται έως την ηλικία των 6 μηνών το αργότερο. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το συγκεκριμένο θέμα επικοινωνήστε με τον παιδίατρό σας.

Σημειώνεται ότι δεν υπάρχει διαθέσιμο εμβόλιο έναντι των υπολοίπων ιών που προκαλούν γαστρεντερίτιδα.

4. Τι μπορεί να κάνει κανείς όταν νοσεί από ιογενή γαστρεντερίτιδα για να μην μεταδώσει το νόσημα στα άτομα του περιβάλλοντός του;

Όταν κάποιος νοσεί από ιογενή γαστρεντερίτιδα, θα πρέπει για όσο διαρκούν τα συμπτώματά του και για διάστημα 48 ωρών μετά την υποχώρησή τους:

- ✓ Να μην συμμετέχει στην προετοιμασία του φαγητού ή στην παροχή φροντίδας υγείας σε άλλα άτομα και να περιορίσει την άμεση επαφή με τους οικείους του
- ✓ Να απέχει από τον παιδικό σταθμό ή το σχολείο (είτε είναι μαθητής, είτε εργάζεται εκεί)
- ✓ Να αποφεύγει την επίσκεψη σε χώρους όπως νοσοκομεία, γηροκομεία ή άλλα ιδρύματα, όπου φιλοξενούνται άτομα που ανήκουν σε ευπαθείς πληθυσμιακές ομάδες
- ✓ Να μην συμμετέχει σε δραστηριότητες, όπως κολύμβηση σε πισίνα, επίσκεψη σε σπα, ομαδικά αθλήματα.

5. Τι μπορεί να κάνει κανείς σε περίπτωση που τα συμπτώματα της γαστρεντερίτιδας δεν υποχωρούν ή είναι σοβαρά (π.χ. μεγάλος αριθμός διαρροιών ή εμέτων);

Καθώς ο κίνδυνος αφυδάτωσης είναι μεγάλος, πρέπει να σημειωθεί ότι παρόμοια συμπτώματα με αυτά της ιογενούς γαστρεντερίτιδας (διάρροια και εμετούς) προκαλούνται επίσης και από αρκετές βακτηριακές λοιμώξεις, από την κατανάλωση φαρμάκων, ή από άλλα νοσήματα. Είναι πιθανό σε κάποιες περιπτώσεις να χρειαστεί καλλιέργεια κοπράνων για να αποκλειστεί η πιθανότητα γαστρεντερίτιδας από βακτήρια.

6. Μέτρα πρόληψης και ελέγχου γαστρεντερίτιδας σε βρεφονηπιακό/παιδικό σταθμό

http://www.keelpno.gr/Portals/0/Αρχεία/Τροφιμογενή/Γαστρεντερίτιδες/Βρεφονηπιακοίσυγκεντρωτικό_3_.pdf

Ενδεικτική βιβλιογραφία

1. Heymann DL. Control of Communicable Diseases Manual. Washington DC: American Public Health Association; 2008. 256-258.
2. Centers for Diseases Control and Prevention. National Center for Immunization and Respiratory Diseases. Division of Viral Diseases. Viral Gastroenteritis. Available online:
<http://www.cdc.gov/ncidod/dvrd/revb/gastro/faq.htm>
3. Van Beek J et al, on behalf of NoroNet. Indications for worldwide increased norovirus activity associated with emergence of a new variant of genotype II.4, late 2012. Euro Surveill. 2013;18(1):pii=20345. Available online:
<http://www.eurosurveillance.org/ViewArticle.aspx?ArticleId=20345>
4. Centers for Diseases Control and Prevention. Norovirus illness: Key facts. Available online: <http://www.cdc.gov/norovirus/downloads/keyfacts.pdf>
5. Centers for Diseases Control and Prevention. Preventing Norovirus Infection. Available online: <http://www.cdc.gov/norovirus/preventing-infection.html>
6. Health Protection Agency. Update on seasonal norovirus activity: 15 January 2013. Available online:
<http://www.hpa.org.uk/NewsCentre/NationalPressReleases/2013PressReleases/130115HPAupdateonseasonalnorovirusactivity/>