

Αιμορραγικός πυρετός Κριμαίας - Κονγκό: Μαθαίνω και προφυλάσσομαι

Πρόσφατα, τον Ιούνιο 2025, καταγράφηκε ένα **περιστατικό αιμορραγικού πυρετού Κριμαίας - Κονγκό** σε αγροτική περιοχή του Δήμου Ελασσόνας Λάρισας, **με πιθανότερο τρόπο μετάδοσης το τσίμπημα μολυσμένου τσιμπουριού**, ενώ στη συνέχεια καταγράφηκε και ένα «δευτερογενές» κρούσμα (μετάδοση από άνθρωπο σε άνθρωπο, μέσω έκθεσης σε αίμα/ σωματικά υγρά ασθενούς). Πρόκειται για το δεύτερο και τρίτο περιστατικό που παρουσιάστηκε στη χώρα μας (το πρώτο ήταν το 2008 στη Θράκη).

Βέβαια, τα περισσότερα τσιμπούρια δεν είναι μολυσμένα και ο κίνδυνος να αρρωστήσει κάποιος μετά από τσίμπημα τσιμπουριού στη χώρα μας θεωρείται χαμηλός· όμως, οι αρρώστιες που μπορεί να μεταφέρουν τα τσιμπούρια, εάν είναι μολυσμένα, μπορεί να είναι σοβαρές (όπως είναι η συγκεκριμένη αρρώστια), γι' αυτό πρέπει να παίρνετε προφυλάξεις.

Τι είναι ο αιμορραγικός πυρετός Κριμαίας - Κονγκό;

Ο αιμορραγικός πυρετός Κριμαίας - Κονγκό είναι μία σοβαρή αρρώστια που οφείλεται σε ιό. Είναι διαδεδομένος σε παγκόσμιο επίπεδο (περίπου 10.000-15.000 λοιμώξεις ετησίως). Στην Ευρώπη και σε γειτονικές χώρες έχουν καταγραφεί κρούσματα στα Βαλκάνια και σε Ισπανία, Πορτογαλία, Γεωργία, Ρωσία, Ουκρανία και Τουρκία.

Πώς μεταδίδεται;

Ο ιός μεταδίδεται στον άνθρωπο με:

- **τσίμπημα μολυσμένου τσιμπουριού,**
- **επαφή με αίμα ή άλλα σωματικά υγρά μολυσμένου τσιμπουριού,**
- **επαφή με αίμα ή άλλα σωματικά υγρά μολυσμένου ζώου ή ανθρώπου (αρρώστου).**



Πηγή: iNaturalist, Benjamin Fabian

Συγκεκριμένα είδη τσιμπουριών μπορούν να μεταδώσουν τον ιό (τα «σκληρά» τσιμπούρια), που έχουν χαρακτηριστικές εναλλάξ καφέ και άσπρες ζώνες στα πόδια τους.

Άγρια και οικόσιτα ζώα μπορεί να έχουν τον ιό στον οργανισμό τους για λίγες ημέρες, χωρίς να αρρωσταίνουν, αλλά μπορούν -σε αυτό το διάστημα- να μολύνουν άλλα τσιμπούρια, αλλά και απευθείας τους ανθρώπους (εάν οι άνθρωποι έρθουν σε επαφή με το αίμα ή άλλα σωματικά υγρά τους).

Τι συμπτώματα έχει η αρρώστια αυτή;

Έχει ποίκιλα συμπτώματα και βαρύτητα. Περίπου 85% των ανθρώπων που μολύνονται δεν αρρωσταίνουν καθόλου, όμως κάποιοι άνθρωποι αρρωσταίνουν πολύ σοβαρά. Τα συμπτώματα παρουσιάζονται 1-14 ημέρες μετά το τσίμπημα του τσιμπουριού ή την επαφή με μολυσμένο αίμα/ σωματικά υγρά ζώων ή ανθρώπων.

Συνήθως οι ασθενείς αρχικά έχουν **συμπτώματα που μοιάζουν με ίωση**, και μπορεί να παρουσιάζουν: πυρετό, ρίγος, πονοκέφαλο, πόνο στο σώμα, αδυναμία, ζάλη, πονόλαιμο, κοιλιακό πόνο, διάρροια, ναυτία και εμέτους. Μπορεί να ακολουθήσουν απότομες εναλλαγές στη συμπεριφορά και υπνηλία ή ανησυχία. **Σε σοβαρά περιστατικά**, παρουσιάζονται αιμορραγικές εκδηλώσεις από διάφορα όργανα, ανεπάρκεια οργάνων, πτώση επιπέδου συνείδησης και κυκλοφορικό σοκ. Η σοβαρή νόσος έχει υψηλή θνητότητα (30-50% στους νοσηλευόμενους ασθενείς), αφού δεν υπάρχει ειδική θεραπεία.

Ποιοι κινδυνεύουν περισσότερο να μολυνθούν;

Περισσότερο κινδυνεύουν οι άνθρωποι που έχουν **επαφή με ζώα λόγω επαγγέλματος** και όσοι **μένουν ή έχουν δραστηριότητες στην ύπαιθρο, σε αγροτικές ή ορεινές περιοχές**, όπως: **κτηνοτρόφοι, βοσκοί, εργάτες σφαγείων, αγρότες, κυνηγοί, ξυλοκόποι, κηπουροί, κτηνίατροι, ορειβάτες, πεζοπόροι, φυσιολάτρες.**

Αυτές οι ομάδες είναι υψηλού κινδύνου, επειδή κινδυνεύουν περισσότερο να τσιμπηθούν από τσιμπούρια και μπορεί να έχουν επαφή με αίμα ή άλλα σωματικά υγρά μολυσμένων ζώων.

Επίσης, κινδυνεύουν να μολυνθούν τα άτομα που φροντίζουν ασθενείς με αιμορραγικό πυρετό Κριμαίας-Κονγκό, εάν έχουν επαφή με το αίμα ή άλλα σωματικά υγρά των ασθενών.

Πώς μπορώ να προφυλαχθώ;

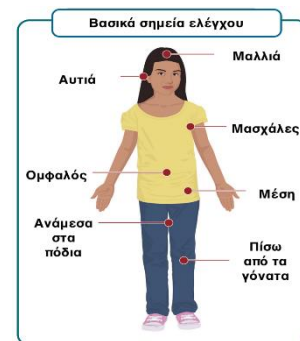
Μειώστε τον κίνδυνο επαφής με τσιμπούρια. Βρείτε και αφαιρέστε γρήγορα τα τσιμπούρια από το σώμα σας.

Αποφύγετε την άμεση επαφή με αίμα ή άλλα σωματικά υγρά ζώων. Συγκεκριμένα:

- **Αποφεύγετε περιοχές όπου μπορεί να υπάρχουν τσιμπούρια** (δάση, λιβάδια, περιοχές με δέντρα, θάμνους, ψηλά χόρτα, σωρούς φύλλων, πυκνή βλάστηση).
- Σε περίπτωση που είναι αναγκαίο να βρεθείτε σε περιοχές που πιθανά υπάρχουν τσιμπούρια:
 - **Περπατάτε πάντα στο κέντρο των μονοπατιών και όχι μέσα σε πυκνή βλάστηση.**
 - **Φοράτε ρούχα ανοιχτού χρώματος** (για να βλέπετε εύκολα τα τσιμπούρια), και κατά προτίμηση **μπλούζες με μακριά μανίκια, μακριά παντελόνια, ψηλές κάλτσες και μπότες/κλειστά παπούτσια. Βάζετε το παντελόνι μέσα από τις κάλτσες και τις μπότες.** Φοράτε γάντια ιδίως όταν αγγίζετε χόρτα/ φυτά ή ζώα με τα χέρια σας (βάζετε τα μανίκια της μπλούζας μέσα στα γάντια).

- Βάλτε εντομοαπωθητικά σπρέι ή λοσιόν στο γυμνό/ακάλυπτο δέρμα και επάνω από τα ρούχα σας (σύμφωνα με τις οδηγίες χρήσης). Πιο αποτελεσματικά είναι τα εντομοαπωθητικά που περιέχουν DEET.
- Μην ξαπλώνετε και μην κάθεστε απευθείας στο έδαφος στην ύπαιθρο (απλώστε ανοικτόχρωμο σεντόνι).
- Κάντε ντους ή μπάνιο αμέσως μετά την επιστροφή σας από την ύπαιθρο (κατά προτίμηση μέσα σε δύο ώρες).
- Ελέγχετε για τσιμπούρια όλο το σώμα σας, τα ρούχα σας, τα πανωφόρια σας, τα παιδιά σας και τα ζώα σας, συχνά όσο είστε στην ύπαιθρο και ξανά όταν επιστρέψετε στο σπίτι. Το τσίμπημα του τσιμπουριού δεν πονάει και μπορεί να μην το καταλάβετε, οπότε ψάχνετε καλά όλο το σώμα σας (χρησιμοποιήστε καθρέφτη). Τα τσιμπούρια μπορεί να είναι πολύ μικρά και να μοιάζουν με σκούρες φακίδες ή κηλίδες βρωμιάς ή «κακάδια» (που δεν βγαίνουν εύκολα) ή κρεατοελιές. Ένας μεγεθυντικός φακός μπορεί να σας βοηθήσει.

Τα τσιμπούρια προτιμούν τα **ζεστά και υγρά μέρη** του σώματος, τις πτυχώσεις, τις μαλακές και τριχωτές περιοχές. Ψάξτε μεταξύ άλλων και στα παρακάτω μέρη: μασχάλες, περιοχή εσώρουχου, ανάμεσα στα πόδια, κάτω από το στήθος, μέσα και γύρω από τα αυτιά, μέσα στον αφαλό, πίσω από τα γόνατα και τους αγκώνες, στα μαλλιά - στο δέρμα του κεφαλιού, γύρω από τα μαλλιά, στον λαιμό, ανάμεσα στα δάκτυλα χεριών και ποδιών, γύρω από τη μέση, σε σημεία που πιέζονται από ρούχα (εσώρουχα, ζώνες, γιακάδες).



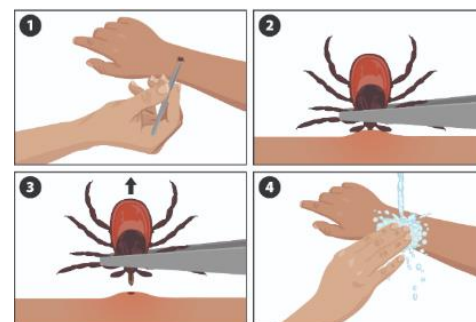
- Αφού επιστρέψετε σπίτι, βγάλτε τα ρούχα, τις κάλτσες και τα παπούτσια σας έξω από το σπίτι και ελέγξτε τα για τσιμπούρια. Απλώστε τα ρούχα σας στον ήλιο ή πλύντε τα.
- Εάν βρείτε τσιμπούρι στα ρούχα σας, αφαιρέστε το προσεκτικά (**ΟΧΙ** με γυμνά χέρια).
- Εάν βρείτε τσιμπούρι στο σώμα σας, αυτό θα πρέπει να αφαιρεθεί **όσο το δυνατόν πιο γρήγορα και με σωστό τρόπο**, με κατάλληλη λαβίδα/τσιμπιδάκι, από κάποιον που να γνωρίζει τον σωστό τρόπο (βλ. παρακάτω).

Εάν δεν γνωρίζετε τον σωστό τρόπο αφαίρεσης του τσιμπουριού ή δεν έχετε την κατάλληλη λαβίδα και είστε κοντά σε ιατρό, Κέντρο Υγείας ή νοσοκομείο, πηγαίνετε άμεσα για να σας αφαιρέσουν το τσιμπούρι. Εάν η δραστηριότητά σας στην ύπαιθρο είναι μακριά από κάποια υπηρεσία υγείας, **φροντίστε να έχετε μαζί σας κατάλληλη λαβίδα/τσιμπιδάκι και ενημερωθείτε για τον σωστό τρόπο αφαίρεσης τσιμπουριού.**

- **ΜΗΝ** πιάνετε το τσιμπούρι με γυμνά χέρια, αλλά πάντα με γάντια. **ΜΗΝ** ζουλήξετε, **ΜΗΝ** σπάσετε, **ΜΗΝ** συμπιέσετε και **ΜΗΝ** τρυπήσετε το σώμα του τσιμπουριού.
- **ΜΗΝ «ενοχλείτε» το τσιμπούρι όταν είναι προσκολλημένο στο δέρμα, π.χ. ΜΗΝ βάζετε πάνω στο τσιμπούρι λάδι, οινόπνευμα, βαζελίνη, πετρελαιο, αναμμένο σπίρτο, τσιγάρο, βερνίκια, υγρό σαπούνι, άλλη ουσία.**
- Εάν έχετε **ζώα**: Κάνετε συχνά στα ζώα σας **προληπτική θεραπεία ενάντια στα τσιμπούρια**, σύμφωνα πάντα με τις οδηγίες κτηνιάτρου, και κάνετε **συχνές απεντομώσεις** σε στάβλους, μαντριά, κτηνοτροφικές μονάδες.
- **Φροντίζετε τον εξωτερικό χώρο του σπιτιού σας ή του χώρου εργασίας σας** (π.χ. της κτηνοτροφικής μονάδας): καθαρίζετε τον χώρο από χόρτα, φύλλα, κλαδιά, παλιά έπιπλα/στρώματα ή απορρίμματα.
- **Φοράτε πάντα χοντρά γάντια, προστατευτικά ρούχα, μάσκα και γυαλιά όταν έρχεστε σε επαφή με αίμα ή άλλους ιστούς και σωματικά υγρά ζώων, π.χ. κατά τη σφαγή ζώων.**
- **Πίνετε μόνο παστεριωμένο γάλα και μην τρώτε φρέσκα μαλακά τυριά** εάν δεν έχουν ωριμάσει για το κατάλληλο χρονικό διάστημα.
- **Φοράτε γάντια κατά τη φροντίδα άρρωστων ανθρώπων, ιδίως όταν έρχεστε σε επαφή με αίμα ή άλλα σωματικά υγρά τους. Πλένετε τακτικά τα χέρια σας μετά τη φροντίδα άρρωστων ανθρώπων.**

Πώς αφαιρούμε σωστά ένα τσιμπούρι από το δέρμα:

- Με μία **κατάλληλη λαβίδα** με λεπτά και στενά/ μυτερά άκρα, **πιάνετε το τσιμπούρι** (το κεφάλι του) **όσο πιο κοντά στο δέρμα γίνεται.**
- **Τραβάτε το τσιμπούρι προς τα πάνω, αργά και σταθερά, με ήπια δύναμη.** Μην στρίβετε, μην πιέζετε και μην τραβάτε το τσιμπούρι απότομα.
- Όπως έχετε πιάσει το τσιμπούρι με τη λαβίδα, τυλίξτε το σε λίγο χαρτί τουαλέτας και πετάξτε το στην τουαλέτα.
- Αφού αφαιρέσετε το τσιμπούρι, **καθαρίστε προσεκτικά την περιοχή του τσιμπήματος και τα χέρια σας με σαπούνι και νερό και απολυμάνετε την περιοχή με αντισηπτικό ή οινόπνευμα.**



Πηγή: CDC

- **Παρακολουθείτε την υγεία σας** για έναν μήνα μετά το τσίμπημα τσιμπουριού και πηγαίνετε αμέσως στον ιατρό σε περίπτωση που δείτε κάποια αλλαγή στην περιοχή του τσιμπήματος ή εάν εμφανίσετε κάποιο σύμπτωμα (π.χ. πυρετό, εξάνθημα, ζάλη, πόνους, αιμορραγικές εκδηλώσεις). Πείτε στον ιατρό για το τσίμπημα του τσιμπουριού.