

## Ospa wietrzna – 6 pytań do eksperta

Ospa wietrzna to jedna z najczęstszych chorób wieku dziecięcego. Zdawać by się mogło, że jako rodzice wiemy już o niej wszystko. Przecież córka sąsiadki przechodziła ją kilka miesięcy temu, a kuzyn w minionym roku. Gdy zachoruje nasz maluch zasięgnijemy ich porady. Są jednak pytania, na którego dziś nie uzyskaliśmy ostatecznej odpowiedzi. Najczęstsze wątpliwości związane z tą zakaźną chorobą rozwiewa ekspert programu „Zdrowa ONA” dr n. med. Alicja Karney, Ordynator Oddziału Hospitalizacji Jednego Dnia w Instytucie Matki i Dziecka w Warszawie. Kwestie psychologiczne wyjaśni mgr Adriana Klos.

### **Pani Doktor, w jaki sposób dochodzi do zarażenia ospą wietrzną?**

*Do zakażenia ospą wietrzną, podobnie jak większością chorób zakaźnych, dochodzi drogą kropelkową. Jednak w przypadku tego wirusa wystarczy niecała godzina przebywania w jednym pomieszczeniu z osobą chorą, aby się zarazić. Wirus ten należy do grupy bardzo zjadliwych, co oznacza, że bardzo szybko przenosi się i przenika do organizmu drugiej osoby.*



### **A czy osoba chora zaraża przez cały czas trwania choroby?**

*Okres zaraźliwości rozpoczyna się już na 2-3 dni przed pojawieniem się wysypki i trwa do momentu, w którym zmiany skórne nie przyschną. Oznacza to, że można zarazić się od osoby, która nie wie jeszcze, że sama jest chora. Tłumaczy to epidemie ospy wietrznej w przedszkolach czy szkołach, ponieważ zarażone dzieci chodzą na zajęcia dopóki nie pojawi się wysypka jednoznacznie świadcząca o obecności wirusa w organizmie.*

### **Czy zawsze pierwszym objawem ospy wietrznej jest wysypka na skórze?**

*Objawy kliniczne ospy wietrznej są na tyle charakterystyczne, że nie ma potrzeby wykonywania jakichkolwiek dodatkowych badań. Nie jest jednak tak, że pierwszym sygnałem obecności wirusa w organizmie jest wysypka. Części pacjentów przed pojawieniem się zmian na skórze odczuwa ogólne osłabienie i ból brzucha lub głowy. Dotyczy to szczególnie nastolatków i osób starszych. Obserwuje się również podwyższoną temperaturę ciała, która zwykle występuje na początku choroby.*

### **Jakie działania powinien podjąć rodzic, który opiekuje się chorym synem czy córką?**

*Jak już wspomniałam, ospie wietrznej towarzyszy podwyższona temperatura ciała. W związku z tym rodzic powinien przede wszystkim obniżyć gorączkę przez podanie leków przeciwgorączkowych (paracetamolu lub preparatu ibuprofenu, nie wolno podawać kwasu acetylosalicylowego). Należy również pamiętać o przyjmowaniu leków przeciwwirusowych, które może przepisać lekarz. Ważne jest też podawanie dziecku dużej ilości płynów, by doszło do odwodnienia. Kolejną bardzo ważną w czasie choroby kwestią jest dbanie o higienę. Mitem jest, że nie wolno myć dziecka dopóki nie znikną zmiany na skórze. Po prostu długie kąpiele w wannie trzeba zastąpić prysznicem, a wycieranie – dotykaniem ciała papierowym ręcznikiem, aby nie rozdrapywać wysypki.*

**Psycholog Adriana Klos dodaje** – Niestety dziecku bardzo trudno jest powstrzymać się przed drapaniem, jeżeli jakaś część ciała swędzi. To naturalny odruch. Tym bardziej warto wytłumaczyć, dlaczego nie powinno się rozdrapywać krostek towarzyszących ospie wietrznej oraz podkreślić konsekwencje, jakimi są blizny na skórze. Dla malucha ważne będzie wsparcie ze strony rodziców i świadomość, że wiedzą jak trudno jest mu wytrzymać, gdy odczuwa swędzenie. Można też złagodzić to przykre uczucie stosując specjalne środki zmniejszające świąd. Dodatkowo podzielenie się własnym doświadczeniem przy przechodzeniu tej choroby, pomoże dziecku uwierzyć, że skoro mama i tata przeszli przez tę trudną chorobę i udało im się powstrzymać przed drapaniem, to jemu też się uda.

**Czy to prawda, że po przebyciu ospy wietrznej wirus pozostaje w organizmie do końca życia?**

*Rzeczywiście. Po przebyciu choroby wirus za pomocą nerwów czuciowych przenosi się do zwojów nerwów rdzeniowych i czaszkowych, gdzie pozostaje w formie uśpionej do końca życia. Jeśli dziecko po przebyciu ospy doświadczy okresu obniżonej odporności, może dojść do reaktywacji wirusa w postaci półpaśca, który występuje w postaci bolesnych pęcherzyków i wysypki wzdłuż przebiegu nerwów. Dlatego tak ważne jest, by gdy tylko zaobserwujemy u dziecka częste infekcje, skonsultować je z lekarzem, który po przebadaniu podpowie, jakie kroki należy podjąć. Pomocne mogą okazać się leki wzmacniające odporność lub ułatwiające zwalczanie wirusów.*

**Jakie jeszcze powikłania może wywołać ospa wietrzna?**

*W większości przypadków ospa wietrzna ma łagodny przebieg, oczywiście jeśli rodzice podejmują działania, o których wcześniej wspomniałam. Jeśli pojawiają się powikłania, są to najczęściej bakteryjne zapalenia skóry, odwodnienia spowodowanego niechęcią i bólem w czasie picia oraz zaburzenia neurologiczne, takie jak zapalenie mózdzku, opon mózgowo-rdzeniowych i mózgu. Każde z nich wymaga niezwłocznej hospitalizacji.*