

CHOROBY ZAKAŹNE



JAK IM ZAPOBIEGAĆ?

ZAKAŻENIA

Zakażenia są spowodowane przez mikroorganizmy, m.in. takie jak bakterie i wirusy, które mogą przenosić się z jednej osoby na drugą. Nawet w okresie letnim nie możemy zapomnieć o ryzyku zakażenia poprzez drobno-ustroje przenoszone drogą kropelkową (czyli z powietrza, którym oddychamy wspólnie z innymi osobami), szczególnie w warunkach zwiększonej wilgotności, kiedy to transmisja wirusów oddechowych jest największa. Sytuacja osób chorych, przede wszystkim osób w trakcie intensywnej terapii, a zwłaszcza przeciwnotworowej, jest szczególna i zależy od rodzaju terapii i ich stanu ogólnego.

W tej broszurze przedstawimy podstawowe informacje na temat chorób zakaźnych oraz sposobów zapobiegania i leczenia.

Objawy infekcji przenoszonej drogą kropelkową mogą różnić się w zależności od konkretnej choroby. Oto kilka powszechnych objawów takich infekcji:



Warto podkreślić,

że objawy te mogą występować również w innych chorobach, dlatego należy konsultować się z lekarzem w przypadku wystąpienia jakichkolwiek objawów infekcji, szczególnie jeśli są one nasilone lub nieustępujące.



► Kaszel: może być suchy lub mokry. Kaszel może być uciążliwy i może towarzyszyć mu uczucie suchości w gardle

► Kichanie

► Gorączka

► Zmęczenie: wiele infekcji przenoszonych drogą kropelkową może prowadzić do ogólnego uczucia zmęczenia i osłabienia.

► Ból gardła

► Katar – wydzielina może być przezroczysta lub mętna

Pacjenci onkologiczni, którzy są bardziej podatni na infekcje z powodu osłabionego układu odpornościowego, powinni zwracać szczególną uwagę na ochronę przed chorobami zakaźnymi. W walce z chorobami zakaźnymi dysponujemy różnymi rozwiązaniami, które pomagają w zapobieganiu rozprzestrzenianiu się infekcji.

Najskuteczniejsze metody ochrony przed chorobami zakaźnymi:



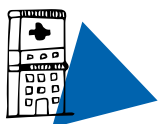
Dbanie o ochronę osobistą.



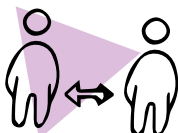
Higieniczny tryb życia, częste mycie rąk.



Unikanie zachowań ryzykownych.



Przestrzeganie zasad zachowania się w środowisku szpitalnym.



Przestrzeganie zasad zachowania się w domu, jeśli przebywa w nim osoba chora lub chore dziecko.



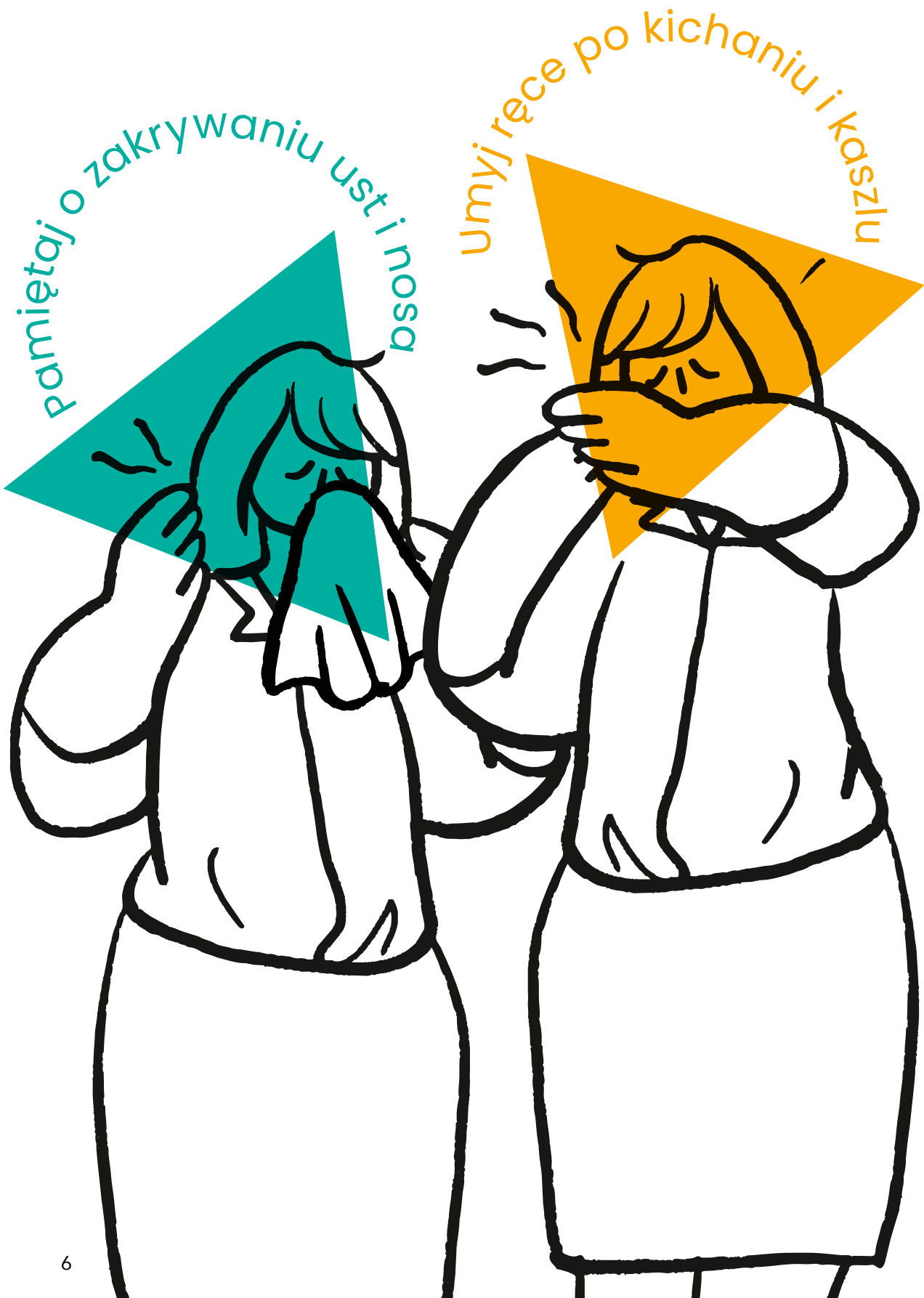
Profilaktyka swoista polegająca na wykonywaniu zalecanych przez lekarzy szczepień ochronnych osób, które otaczają chore dziecko, mają z nim kontakt – rodziców, rodzeństwa, dziadków, personelu medycznego, dzięki czemu zmniejsza się ryzyko przeniesienia zakażenia.



Profilaktyka antybiotykowa pacjenta po zakończeniu leczenia, zgodnie z zaleceniami lekarza.



Profilaktyka przedekspozycyjna, np. przeciwko COVID-19.



KTO JEST NAJBARDZIEJ NARAŻONY NA ZAKAŻENIE?

- ▶ Najmłodszy pacjenci – noworodki, niemowlęta;
- ▼ Dzieci z wrodzonymi i nabytymi niedoborami odporności;
- ◀ Dzieci z chorobami nowotworowymi – najbardziej narażone są dzieci chore na białaczkę i chłoniaki;
- ▼ Dzieci, którym podawane były antybiotyki;
- ◀ Dzieci, które przebyły zabieg operacyjny;
- ▼ Dzieci z wkłuciem centralnym – ryzyko infekcji, np. zakażenia odczewnikowego.

Jestem chory na chorobę zakaźną, a w moim otoczeniu są osoby o obniżonej odporności, jak się zachowywać?

Skontaktuj się z lekarzem: Powiadom lekarza o swoim stanie zdrowia i objawach.

Zastosuj się do zaleceń medycznych, będą one obejmować wskazówki dotyczące leczenia objawów, nawodnienia, a także zalecenia dotyczące izolacji i monitorowania stanu zdrowia.

Odpoczywaj i dbaj o siebie: Ważne jest, abyś odpoczywał, spożywał zdrowe posiłki, utrzymywał odpowiednie nawodnienie i dbał o swoje ogólne samopoczucie. Monitoruj swoje objawy i kontaktuj się z lekarzem, jeśli stan się pogarsza.

Unikaj kontaktu z innymi: Aby zapobiec rozprzestrzenianiu się wirusa, unikaj kontaktu z innymi osobami w domu. Używaj oddzielnych pomieszczeń i łazienki, jeśli to możliwe. Jeśli musisz mieć kontakt z innymi osobami, zawsze nos maskę ochronną.

Higiena osobista: Przestrzegaj zasad higieny osobistej, takich jak częste mycie rąk wodą i mydłem przez co najmniej 20 sekund, korzystanie z dezynfekującego żelu na bazie alkoholu oraz zasłanianie ust i nosa podczas kaszlu lub kichania.

Informuj osoby, z którymi miałeś kontakt, aby mogły podjąć odpowiednie środki ostrożności.

Pamiętaj, że każda sytuacja może być inna, więc ważne jest skonsultowanie się z lekarzem i dostosowanie wskazówek do swojej konkretnej sytuacji zdrowotnej. Postępuj zgodnie z zaleceniami i pamiętaj o odpowiedzialności w celu ochrony swojego zdrowia i zdrowia innych.

Infekcja czy nawrót nowotworu – jak odróżnić?

Rozróżnienie nie zawsze jest proste, nawet dla lekarzy. Najważniejsze objawy infekcji pojawiają się nagle i są nimi: gorączka, kaszel, katar, ból gardła, zmiany na śluzówkach jamy ustnej, naloty grzybicze. Do objawów choroby nowotworowej można niestety zaliczyć również gorączkę, jednak ze względu na inne przyczyny, jej przebieg będzie inny – nie zareaguje na typowe leczenie drobnoustrojowe; będzie uporczywa, choć niekoniecznie wysoka; może ustąpić po lekach przeciwbólowych, ale tylko na chwilę; pojawić się mogą także dolegliwości bólowe, w zależności od umiejscowienia nowotworu.

Mimo to trzeba pamiętać – w przypadku dzieci z chorobą nowotworową, nie można działać na własną rękę. W razie objawów tego typu, dziecko powinno jak najszybciej znaleźć się pod specjalistyczną opieką. Opóźnienie może kosztować życie!

Objawy infekcji	Objawy nawrotu nowotworu
▲ gorączka ▶ kaszel ▲ katar ▼ ból gardła ◀ zmiany na śluzówkach jamy ustnej ▲ naloty grzybicze	▶ uporczywa gorączka, która nie reaguje na typowe leczenie drobnoustrojowe ◀ dolegliwości bólowe – zależne od umiejscowienia nowotworu

Czy pacjent w remisji jest już bezpieczny?

Zakończenie leczenia nie oznacza, że układ odpornościowy od razu się zregeneruje i będzie funkcjonował tak, jak u zdrowych osób. Jest to proces, który wymaga różnej ilości czasu, w zależności od przebytej choroby, zastosowanego leczenia czy uwarunkowania genetycznego.

Po przejściu leczenia onkologicznego odnowa immunologiczna, która daje minimum bezpieczeństwa, wynosi około 3-6 miesięcy. Pełna odnowa immunologiczna trwa, w zależności od choroby, 2-5 lat. Pomimo tego nigdy nie można stracić czujności i zaleca się stosowanie różnego rodzaju szczepień ochronnych.

Po więcej informacji udaj się:

- ▶ portal Hematoonkologia.pl,
- ◀ portal Onkologia-Dziecięca.pl,
- ▼ portal Ministerstwa Zdrowia www.gov.pl/web/zdrowie/covid

Pamiętaj, że każda sytuacja jest inna, więc ważne jest skonsultowanie się z lekarzem i dostosowanie wskazówek do swojej konkretnej sytuacji zdrowotnej, a ten poradnik nie zastąpi porady lekarskiej.

