

## Ветряная оспа (вирус варицелла-зостер)

Уважаемый родитель или опекун!

Вы получили этот информационный бюллетень:

- Потому что вы или ваш ребенок могли быть подвержены контакту с ветряной оспой.
- Исключительно в информационных целях.

---

### Общая информация о ветряной оспе

#### Что такое ветряная оспа?

- Ветряную оспу (ветрянку) вызывает вирус варицелла-зостер, разновидность вируса герпеса.
- После того как человек переболел ветрянкой, вирус обычно остается в организме и может вызвать опоясывающий лишай у взрослых.
- Существует вакцина для профилактики ветрянки, доступная для всех старше 1 года.

#### Кто может заразиться этим вирусом?

- Ветрянкой может заболеть любой человек, но риск заражения ниже у тех, кто прошел вакцинацию.
- Это случается редко, но те, кто уже болел ветрянкой, могут снова заболеть ей в легкой форме.
- Некоторые группы подвержены повышенному риску тяжелой формы заболевания или развития осложнений, в том числе:
  - Дети до года
  - Дети старше 12 лет
  - Взрослые
  - Люди с ослабленной иммунной системой
  - Беременные
  - Люди, не прошедшие вакцинацию от ветрянки
- **Людам с повышенным риском (см. выше) следует обратиться к врачу, если они считают, что имели контакт или заболели ветрянкой.**

#### Каковы симптомы?

- Основной симптом – зудящая, похожая на волдыри сыпь, которая часто появляется на спине, груди и лице. Волдыри ("оспины") маленькие, розоватые и содержат жидкость.
- Через 4-5 дней оспины подсыхают и образуют корочку.
- Во время болезни на теле человека может образоваться от нескольких оспин до более 500 оспин.
- Другие симптомы могут включать:
  - повышенную температуру (согласно определению Американской академии педиатрии 100,4°F [38°C] или выше)
  - необычную усталость/низкий уровень активности
  - отсутствие аппетита
  - головную боль

- Ветрянка иногда может вызывать бактериальные инфекции кожи и пневмонию, которые могут протекать тяжело.

### Как распространяется ветрянка?

- Она распространяется очень легко. У человека, который никогда не болел ветрянкой и не делал прививку, вероятность заражения составляет 90%, если он находится рядом с больным.
- Вирус содержится в жидкости из волдырей и в корочках.
- Вирус может находиться в воздухе после того, как человек, больной ветрянкой, выдыхает (например, при дыхании, разговоре, пении, физических упражнениях, кашле или чихании) и выделяет в воздух капельки и крошечные частицы жидкости.
  - Более мелкие частицы остаются в воздухе и могут оставаться там в течение нескольких часов (это называется воздушно-капельным способом).
  - Более крупные капли обычно не перемещаются более чем на 6 футов (2 м).
- Она распространяется:
  - когда человек вдыхает капельки или крошечные частицы жидкости;
  - при контакте с предметом или поверхностью, на которой находится вирус, а затем прикосновении ко рту, глазам или носу;
  - при пользовании общей посудой или чашками с больным ветрянкой.
- Ветрянка также может распространяться при прикосновении к волдырям больного **опоясывающим лишаем**.
- После пребывания рядом с больным ветрянкой симптомы могут проявиться через 10-21 день.

---

### Как узнать, что у ребенка ветрянка?

Врач может диагностировать ветрянку, осмотрев сыпь или волдыри на коже больного.

Скажите, что вы опасаетесь, что у ребенка ветрянка, когда будете звонить, чтобы назначить прием. Врач может дать особые указания по поводу вашего визита.

**Этот информационный бюллетень содержит только общую информацию.**

---

### Что делать, если у ребенка ветрянка?

**Немедленно сообщите своему воспитателю или в дошкольное учреждение, если ребенок болеет ветрянкой.**

#### Как она лечится?

- Врач может назначить противовирусные препараты для лечения ветрянки, особенно тем, у кого тяжелые симптомы или есть риск серьезных осложнений. Поговорите с лечащим врачом о вариантах лечения.
- Обеспечьте ребенку комфортные условия, дайте ему возможность отдыхать, следите за тем, чтобы он пил много жидкости и часто проверяйте его состояние.
- Теплые ванны с овсянкой и лосьон Calamine могут временно помочь справиться с зудом.
- Младенцы до 3 месяцев с температурой 100,4°F (38°C) или выше должны быть осмотрены врачом.

Этот документ был в последний раз пересмотрен Программой охраны здоровья для детских учреждений (Child Care Health Program) в январе 2023 г. - Russian

- Поговорите с врачом ребенка, если вы обеспокоены его симптомами. **Немедленно проконсультируйтесь с врачом ребенка, если у ребенка:**
  - высокая температура (выше 102°F [38,9°C]), или повышенная температура держится более 4 дней;
  - признаки бактериальной инфекции: участок кожи вокруг оспины покраснел, стал теплым, опухшим или болезненным, или в оспине появился гной (густая обесцвеченная жидкость);
  - скованная шея, частая рвота или затрудненное дыхание.

### Как я могу помочь предотвратить распространение ветрянки?

- Вакцинация – лучший способ профилактики ветрянки.
- Если вы уже болели ветрянкой, прививка вам не нужна. Если вы не уверены, болели ли вы ветрянкой, поговорите с вашим лечащим врачом о том, чтобы сдать анализ крови.
- Усильте вентиляцию в помещении.
- Часто мойте руки, особенно после чихания, кашля, вытирания носа и прикосновения к волдырям.
- Не дотрагивайтесь руками до глаз, носа и рта.
- Не пользуйтесь общими чашками или столовыми приборами, не употребляйте общую еду или напитки с теми, кто болен ветрянкой.
- Тщательно мойте игрушки и другие предметы, которые дети кладут в рот, водой с мылом.
- Очищайте и дезинфицируйте бытовые поверхности.
- Следите за тем, чтобы ногти были коротко подстрижены, чтобы свести к минимуму расчесывание и появление рубцов. Содержание ногтей в чистоте поможет избежать кожных инфекций.

---

### Что делать, если ребенок был подвержен контакту с ветрянкой?

- Если у ребенка уже есть иммунитет к ветрянке (он сделал 2 прививки против ветрянки или уже переболел ветрянкой), он, скорее всего, не заболеет. Большинство людей болеют ветрянкой только один раз.
- Если у ребенка нет иммунитета к ветрянке (он не сделал 2 прививки против ветрянки и не болел ветрянкой), введение вакцины в течение первых 3 дней после заражения может помочь предотвратить заболевание. Вакцинация через 3-5 дней после заражения, вероятно, не предотвратит ветрянку, но может облегчить протекание болезни. Поговорите с лечащим врачом о том, что нужно делать.
- Тем, у кого высокий риск осложнений после ветрянки, например, люди с ослабленным иммунитетом, беременные и недоношенные младенцы, нужно немедленно обратиться к лечащему врачу.

---

### Нужно ли моему ребенку оставаться дома и не посещать детское учреждение?

Если у ребенка был КОНТАКТ с ветрянкой, ему не нужно оставаться дома и не посещать детское учреждение, если у него не появились симптомы ветрянки.

Если ваш ребенок **ЗАБОЛЕЛ** ветрянкой, ему нужно оставаться дома. Все больные ветрянкой, включая тех, кто проходил вакцинацию, должны оставаться дома, пока все волдыри не покроются корочкой и в течение 24 часов не появится новых оспинок.

**Пожалуйста, следуйте правилам профилактики заболеваний, принятым в вашем детском учреждении.**

---

**Источники:**

American Academy of Pediatrics

- *Caring for Our Children. Chapter 7 Infectious Diseases, 7.7 Herpes Viruses, 7.7.4 Varicella-Zoster (Chickenpox) Virus*
- *Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 5<sup>th</sup> Edition. pages 71-73*

Centers for Disease Control & Prevention

- *Chickenpox (Varicella). <https://www.cdc.gov/chickenpox/index.html>*

MedlinePlus

- *Chickenpox. <https://medlineplus.gov/chickenpox.html>*