

## Вітряна віспа (вітрянка)

Шановні батьки або опікуни!

Вам надається цей інформаційний бюлетень:

- тому що ви або ваша дитина могли мати контакт з вітряною віспою.
- тільки для інформаційних цілей.

---

### Загальні відомості про вітряну віспу

#### Що таке вітряна віспа?

- Вітряна віспа (вітрянка) викликається вірусом вітряної віспи, який є різновидом вірусу герпесу.
- Як тільки людина захворіє на вітряну віспу, вірус зазвичай залишається в організмі і може викликати оперізувальний лишай у дорослих.
- Для профілактики вітряної віспи існує вакцина, щеплення якою можуть зробити всі люди старше 1 року.

#### Хто може захворіти?

- Будь-хто може захворіти на вітряну віспу, але це менш імовірно, якщо вони зробили щеплення від вітряної віспи.
- У рідкісних випадках людина може захворіти на вітряну віспу в легкій формі, якщо вона вже хворіла на неї.
- Деякі групи мають вищий ризик серйозно захворіти або отримати медичні проблеми, зокрема:
  - діти у віці не менше 1 року;
  - діти у віці більше 12 років;
  - дорослі;
  - люди з ослабленою імунною системою;
  - вагітні;
  - люди, які не зробили щеплення від вітряної віспи.
- **Люди з групи підвищеного ризику (див. вище) повинні звернутися до постачальника медичних послуг, якщо вони вважають, що мали контакт з вітряною віспою або хворіють на неї.**

#### Які симптоми?

- Основним симптомом є свербіж, схожий на пухирі, який часто починається на спині, грудях та обличчі. Пухирі («віспини») маленькі, рожеві та містять рідину.
- Через 4–5 днів віспина висихає і утворюються струпи.
- Під час хвороби на тілі людини може бути від кількох до понад 500 віспин.
- Інші симптоми можуть включати:
  - підвищену температуру (Американська академія педіатрії визначає підвищеною температуру 100,4°F [38°C] або вище);
  - незвичайна втомлюваність / низький рівень активності;
  - відсутність апетиту;
  - головний біль.

- Вітряна віспа іноді може викликати бактеріальні інфекції шкіри та пневмонію, які можуть бути серйозними.

### Як поширюється?

- Вона дуже легко поширюється. Людина, яка ніколи не хворіла на вітряну віспу або ніколи не робила щеплення від вітряної віспи, має 90 % шансів заразитися, якщо вона перебуває поруч із людиною, хворою на вітряну віспу.
- Вірус виявляється в рідині з пухирів і струпів.
- Вірус може знаходитися в повітрі після того, як людина, хвора на вітряну віспу, видихає (наприклад, під час дихання, розмови, співу, фізичних вправ, кашлю чи чхання) і виділяє краплі та дрібні частинки в повітря.
  - Менші частинки висять у повітрі й можуть залишатися там годинами (це називається повітряно-крапельним механізмом передачі інфекції).
  - Краплі, які є більшими, зазвичай не переміщуються більше ніж на 6 футів (1,8 м).
- Він поширюється:
  - коли людина вдихає краплі або дрібні частинки;
  - через торкання предмета або поверхні, на якій є вірус, а потім торканням рота, очей або носа;
  - через спільне використання посуду або чашок з хворим на вітряну віспу.
- Вітряною віспою також можна заразитися, торкаючись пухирів людини, хворої на **оперізувальний лишай**.
- Для розвитку симптомів після перебування поруч із людиною, хворою на вітряну віспу, може пройти від 10 до 21 дня.

---

## Як дізнатися, чи хвора моя дитина на вітряну віспу?

Постачальник медичних послуг може діагностувати вітряну віспу, дивлячись на висип або пухирі на шкірі людини.

Коли ви зателефонуєте постачальнику медичних послуг, щоб записатися на прийом, повідомте його, що вас турбує вітряна віспа. Постачальник медичних послуг може мати спеціальні інструкції щодо вашого візиту.

**У цьому інформаційному бюлетені міститься лише загальна інформація.**

---

## Що робити, якщо моя дитина захворіла на вітряну віспу?

**Якщо ваша дитина захворіла на вітряну віспу, негайно повідомте постачальника медичних послуг, школу чи дошкільний заклад.**

### Як лікується?

- Постачальник медичних послуг може призначити протівірусні препарати для лікування вітряної віспи, особливо для людей, які мають важкі симптоми або мають ризик серйозних ускладнень. Поговоріть з постачальником медичних послуг про варіанти лікування.
- Тримайте дітей у комфортному стані, дозволяйте їм відпочити, забезпечте належне споживання рідини та часто оглядайте їх.
- При свербінні тимчасово можуть допомогти теплі вівсяні ванни і лосьйон «Каламін».

- Немовлята віком 3 місяці або молодше з підвищеною температурою 100,4°F (38°C) або вище мають бути оглянуті постачальником медичних послуг.
- Якщо у вас є якісь занепокоєння щодо симптомів вашої дитини, поговоріть з постачальником медичних послуг вашої дитини. **Негайно зверніться до постачальника медичних послуг вашої дитини, якщо:**
  - у неї висока температура (вище 102°F [38,9°C]) або підвищена температура триває більше 4 днів;
  - є ознаки бактеріальної інфекції: область навколо віспи стає червоною, гарячою, набряклою чи чутливою, або в віспі з'являється гній (густа рідина без кольору);
  - у неї ригідність шиї, часте блювання або утруднене дихання.

### Як я можу запобігти поширенню вітряної віспи?

- Щеплення є найкращим засобом профілактики вітряної віспи.
- Вам не потрібне щеплення, якщо ви вже перехворіли на вітряну віспу. Якщо ви не впевнені, чи хворіли ви на вітряну віспу, порадьтеся з постачальником медичних послуг щодо отримання аналізу крові.
- Збільште вентиляцію приміщення.
- Часто мийте руки, особливо після чхання, кашлю, витирання носа та торкання пухирів.
- Уникайте торкання очей, носа та рота.
- Уникайте спільного використання чашок, столового посуду, їжі та напоїв з будь-ким, хто хворий на вітряну віспу.
- Ретельно очищуйте іграшки та інші предмети, які діти тягнуть до рота, водою з милом.
- Очищуйте і дезінфікуйте побутові поверхні.
- Тримайте нігті короткими, щоб мінімізувати подряпини та шрами. Дотримання чистоти нігтів може допомогти уникнути шкірних інфекцій.

---

### Що мені робити, якщо моя дитина мала контакт з вітряною віспою?

- **Якщо у неї вже є імунітет до вітряної віспи** (вона отримала 2 дози вакцини від вітряної віспи або вже перехворіла на вітряну віспу), швидше за все вона не захворіє. Більшість людей хворіють на вітряну віспу більше одного разу.
- **Якщо у неї немає імунітету до вітряної віспи** (вона не отримала 2 дози вакцини проти вітряної віспи або не хворіла на вітряну віспу), **щеплення від вітряної віспи протягом 3 днів після контакту може допомогти запобігти цьому**. Щеплення через 3–5 днів після контакту, ймовірно, не запобіжить вітряній віспі, але може зробити її легшою. Про те, що робити, поговоріть з постачальником медичних послуг.
- **Люди з високим ризиком розвитку ускладнень вітряної віспи, такі як люди з ослабленим імунітетом, вагітні, недоношені діти, мають негайно звернутися до постачальника медичних послуг.**

---

### Чи має моя дитина залишатися вдома і не відвідувати дитячий заклад?

Якщо ваша дитина МАЛА КОНТАКТ з вітряною віспою, але у неї не з'являється симптоми вітряної віспи, вона не має залишатися вдома і не відвідувати дитячий заклад.

**Якщо ваша дитина ЗАХВОРИЛА на вітряну віспу, вона має залишатися вдома.** Будь-хто, хто хворіє на вітряну віспу, включно з тими, хто був щеплений, має залишатися вдома і не відвідувати

дитячий заклад, поки всі пухирі не утворять струпи та нові ураження не з'являтимуться протягом 24 годин.

**Будь ласка, дотримуйтеся правил щодо хвороби вашої програми охорони здоров'я дітей.**

---

### **Література:**

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>*