

27044399-8	28/04/2011	יום ליום - מוסף שבועי	עמוד 19	1	26.73x35.27
817					



ד"ר גליה ברקאי, מומחית למחלות זיהומיות בילדים, בית החולים אדמונד ולילי ספרא לילדים - תל השומר, במדרין המלא להורים: מהן מחלות מדבקות? אלו הן המחלות המדבקות השכיחות? וכיצד נמנע מילדינו להידבק?

אהובה רוזנווסר

X נו וילדינו מוקפים ביצורים מיקרוסקופיים הנמצאים בסביבתנו. מדובר במגוון רחב של יצורים שונים: חיידקים, נגיפים (וירוסים), פטריות, טפילים ועוד. עם רוב רובם של היצורים הקטנטנים האלו אנו חיים בשלום וחלק מהם אפילו מועילים לנו, כדוגמת החיידקים הפרוביוטיים במערכת העיכול, אולם חלק מהם עלולים לפלוש לגופנו ולגרום מחלות. מחלות זיהומיות, הנן גורם התמותה מספר אחת בעולם. מלבד הופעת מחלות חדשות בשל שינויים גנטיים, מעברי אוכלוסיות ממדינה למדינה והתפתחות חיידקים עמידים לאנטיביוטיקה, סיבה נוספת להופעה מחודשת של מחלות זיהומיות, הנה ירידה בהתחסנות האוכלוסייה. ניסיון העבר מלמד שבכל עת שרמת ההתחסנות באוכלוסיה יורדת, גורמי המחלה לומדים מיד "להרים את הראש" והם עלולים לגרום התפרצויות. כך, בעקבות חשש שחיסון ה-MMR (אדמת-חזרת-חצבת) עלול להיות קשור לאוטיזם, חלה ירידה משמעותית בהתחסנות בחיסון זה. אף שחשש זה הופרך לחלוטין, היינו עדים בשנים האחרונות לכמה התפרצויות של חצבת וחזרת, בשל "איים" של אי-התחסנות באוכלוסיה.

כיצד נזהה ונטפל במחלות?

שפעת: נגיף השפעת מדבק במיוחד דרך טיפות זעירות המופרשות מדרכי הנשימה בעת שיעול או עיטוש, וגורם מגיפות בכל חורף. סימני המחלה הם חום, כאבי גרון, שיעול, נזלת, כאבי ראש וכאבי שרירים. אוכלוסיות החשופות למחלה קשה הינן תינוקות קטנים, מבוגרים, חולים במחלות כרוניות ובעיקר חולי אסטמה, חולים עם דיכוי של מערכת החיסון וגנים בקדם-לידה. סיבוכי המחלה הם דלקת ריאות חיידקית משנית, החמרה של מחלת ריאות כרונית או דלקת שריר הלב. מכיוון שלא מדובר במחלה חיידקית, אין טעם לטפל בשפעת ובדומותיה בתרופות אנטיביוטיות. הוכח שהאמצעי היעיל ביותר למניעת התפשטות מגיפת השפעת הנו חיסון פעיל. בשל השינויים התכופים בהרכב הגנטי של נגיף השפעת, יש צורך להתחסן בכל שנה בחיסון המכיל שלושה זני שפעת הצפויים לגרום למגיפה בשנה זו. השנה, אחד משלושת הזנים הוא נגיף השפעת הפנדמית (שפעת החזירים). החיסון ניתן חינם, בקופות החולים, לכל האנשים בקבוצות הסיכון ובתוכם כל הילדים מגיל חצי שנה ועד גיל 5 שנים וילדים עם אסטמה או מחלה כרונית אחרת. השנה הוכנס לשימוש חיסון חדש כנגד שפעת הניתן בתרסיס ולא בזריקה. החיסון יעיל במניעת השפעת, אך ניתן רק לילדים מעל לגיל שנתיים ועד לגיל 49 שנים ואסור לשימוש בחולי אסטמה או בחולים עם דיכוי של מערכת החיסון. דרכים נוספות למניעת הידבקות בנגיף הן הקפדה על רחיצת ידיים, כיסוי הפה והאף בעת עיטוש והימנעות מהגעה לגן, לבית הספר או למקום העבודה לפחות עד 24 שעות מחלוף סימני המחלה.

דלקת אוזן ותיכונה: דלקת אוזן תיכונה נפוצה ביותר בקרב ילדים, והיא הסיבה השכיחה למתן אנטיביוטיקה לילדים בשנות החיים הראשונות. הסימנים הנם חום, אי-שקט, לעתים שיעול ונזלת ואף יתכנו שלשולים או הקאות. ילדים גדולים יותר יתלוננו על כאבי אוזניים עזים. אמנם בדרך כלל מדובר בזיהום חיידקי, אולם במרבית המקרים הדלקת תחלוף מעצמה ללא טיפול אנטיביוטי. לפיכך, בשנים האחרונות מקובל להשהות את הטיפול למשך

24-28 שעות בילדים בני חצי שנה ומעלה שאינם מראים סימני מחלה קשים. כאשר מדובר בתינוק קטן, כאשר ישנו חשש לסיבוכ או כאשר לא קיים שיפור, מומלץ להתחיל טיפול באנטיביוטיקה למשך כ-5-7 ימים. חיידק הפנאומוקוק הנו אחד החיידקים השכיחים ביותר מבין הגורמים לדלקות אוזניים. הוא גם גורם לדלקות ריאה, דלקת קרום המוח ועוד. חיסון הפרבנר, הניתן כיום בשנת החיים הראשונה, מיועד למנוע, בין השאר, דלקות אוזניים הנגרמות על ידי פנאומוקוק. לאחרונה, הוחל במתן חיסון פרבנר הנותן כיסוי כנגד 13 זנים של החיידק ולא רק 7 כבעבר, והוא צפוי לתת הגנה טובה יותר כנגד החיידק.

מחלות שלשוליות: שלשולים הנם נפוצים ביותר בשנות החיים הראשונות והם נגרמים על ידי נגיפים, חיידקים או טפילים. במרבית המקרים ההעברה מתרחשת על ידי מגע עם צואה מזוהמת או דרך אכילת מזון מזוהם. הגורם השכיח ביותר לאשפוזים בשל שלשולים בקרב ילדים הנו נגיף הרוטה. הוא גורם לחום, שלשולים מימיים מרובים והקאות, בעיקר בחודשי החורף. הסיבוכ העיקרי הנו התייבשות ואיבוד נוזלים ומלחים, אולם קיימים סיבוכים נוספים כגון דלקת מוח ופרוכוסים. אין טיפול בנגיף ולא מומלץ לתת תרופות נוגדות שלשול, מכיוון שהן מאריכות את משך הימצאות הנגיף במעיים. עיקר המאמץ הטיפולי מתרכז בהחזרת נוזלים ומלחים ובמניעת התייבשות. קיים חיסון כנגד נגיף הרוטה, והוא ניתן דרך הפה בחודשים הראשונים לחיים. עד כה היה החיסון

המלצות להורים למניעה ולהתמודדות עם מחלות מדבקות שכיחות: חסנו את ילדכם בחיסוני השגרה ובחיסוני השפעת העונתית. הקפדה על רחצת ידיים תכופה, הינה הדרך היעילה ביותר במניעת העברת מרבית הזיהומים - הקפידו על כך ודאגו שיקפידו גם בגן

מומלץ על ידי האיגודים המקצועיים, אך היה צורך לרכוש אותו בבתי המרקחת, החל מינואר 2011 הוא ניתן לכלל התינוקות בארץ בטיפות החלב בגילאים, חודשיים, 4 חודשים וחצי שנה. מחלת שלשולים נוספת, השכיחה יותר בחודשי הקיץ, היא הדיזנטריה, הנגרמת על ידי החיידקים סלמונלה, שיגלה או קמפילובקטר. בדיזנטריה השלשולים מלווים בהפרשת ריר ודם, לעתים החום גבוה וקיים חשש לפרוכוסים. במקרים מסוימים יש צורך בטיפול אנטיביוטי. עדיין לא קיים חיסון כנגד החיידקים הגורמים לדיזנטריה, ולכן הדרך הטובה ביותר להימנע מהמחלה היא הקפדה על רחיצת ידיים לאחר מגע עם הפרשות, שמירה על היגיינה בהכנת המזון ואחסון נאות שלו.

מחלות חום ופריחה: פריחות מסוגים שונים מלוות מחלות זיהומיות רבות. לרוב הפריחה מבטאת מחלה זיהומית נגיפית קלה, אולם לעתים מדובר במחלה דוהרת, ולכן מחלת חום ופריחה מחייבת ביקור אצל רופא הילדים לצורך הערכה. במרבית המקרים פריחה אדומה נקודתית המלווה מחלת חום פשוטה הינה ויראלית. בחלק מהמקרים, הפריחה אופיינית וקל לקבוע בבדיקה גופנית מהו הנגיף, כדוגמת אבעבועות רוח או מחלת הפה והטלפיים (יש לומר: הפה והגפיים) שבה מופיעות שלפוחיות בחיך האחורי יחד עם שלפוחיות בכפות הידיים והרגליים. חשוב להזכיר שחיידק המנינגוקוקוס, הנקרא בלשון העם "החיידק האלים", עשוי להתבטא גם הוא בחום ופריחה. אם ילדכם מפתח חום, המלווה בהקאות, אפאתיה ניכרת, חיוורון ופריחה המתפשטת במהירות על פני הגוף ולא נעלמת בלחיצה, יש לפנות בדחיפות לבית החולים.

הילדים חשופים

לסיכום: מחלות מדבקות הנן המחלות השכיחות ביותר שלהן חשופים ילדינו. רובן קלות וחולפות ללא טיפול, אולם חלק מהן מהלך סוער וסיבוכים אפשריים. חלק גדול מהמחלות ניתן למנוע על ידי חיסונים. גם כאשר אין חיסון, ניתן במרבית המקרים להימנע על ידי הקפדה על כמה כללי היגיינה פשוטים, כגון רחצת ידיים. למרות כל זאת, לא ניתן להימנע לחלוטין מחשיפה למזהמים שונים ויש לצפות שבשנים הראשונות לחייהם, יחשפו ילדינו למחלות אלו או אחרות, וזהו חלק מתהליך הבשלת מערכת החיסון שלהם. לנו, ההורים, נותר למלא את חלקנו ולדאוג להקטין את החשיפה למחלות הקשות יותר.

המלצות להורים למניעה ולהתמודדות עם מחלות מדבקות שכיחות: חסנו את ילדכם בחיסוני השגרה ובחיסוני השפעת העונתית. הקפדה על רחצת ידיים תכופה הנה הדרך היעילה ביותר במניעת העברת מרבית הזיהומים - הקפידו על כך ודאגו שיקפידו גם בגן.

כאשר ילד חולה במחלת חום או שלשולים, אל תשלחו אותו לגן עד שיעברו לפחות 24 שעות מחלוף סימני המחלה. הקפידו שגם הגננות והמורות לא תגענה חולות לעבודה. מתי יש לפנות בדחיפות לבדיקת רופא? במחלת חום ופריחה המתפשטת במהירות. במחלת חום המלווה בשלשולים דמיים. כאשר הילד אפאתי או מתלונן על כאבי ראש עזים. כאשר יש שלשולים מרובים או הקאות מרובות עם חשש להתייבשות. בכל מקרה שבו הילד חולה וקשה לכם להעריך את מצבו