Atmintinė tėvams : ką svarbu žinoti apie niežus?

Kasdieną mūsų vaikai keliauja į mokyklas, darželius ar kitas įstaigas, kur susiduria su daugybe išbandymų. Ne tik bendravime su bendraamžiais, mokytojais, bet ir yra apsupami įvairių infekcijų, bakterijų ir virusų.

Dažnai tėvaliai jaudinasi ir stengiasi apsaugoti savo vaikus nuo visų įmanomų “užsikrėtimų “. Tačiau svarbu pabrėžti, kad pasaulis – tai visa Visata, ir apsaugoti vaiko nuo gyvenimo – neįmanoma.

Tam, kad tėvai ir vaikai būtų saugūs bet kokioje aplinkoje, svarbu **žinoti , kas yra svarbiausia,**norint išlikti sveikiems.

1. Nuolatinis grūdinimasis ir sveika gyvensena
2. Atsitikus įvykiui mokykloje ar darželyje su kitais vaikais -savo vaiko sveikatos būklės stebėjimas
3. Susirgus vaikui – nevesti į kitas socialines grupes ir aplinkas, gydyti namuose pagal gydytojo rekomendacijas
4. Pasveikus nebijoti grįžti į kolektyvą, kad “neatkristų “. Vaiko imuninė sistema yra pakankamai stipri. O persirgta liga (infekcinė, virusinė ar bakterinė), jei tinkamai gydyta, dažnais atvejais suformuoja pakankamai stirprų atsparumo lygį persirgtai ligai.

Rudens sezono metu, grįžus į kolektyvus ir mokymosi įstaigas, viena iš paplitusių užkrečiamų ligų yra **NIEŽAI**.

NIEŽAI – viena iš daugelio užkrečiamų ligų, kurią sukelia niežinės erkės. Jos dažniausiai plinta per **glaudų ir ilgesnį kontaktą,** taip pat naudojantis sergančio žmogaus drabužiais, patalyne, rankšluosčiais ar kitais asmeniniais daiktais.

Į KOKIUS POŽYMIUS ATKREIPTI DĖMESĮ ?

- Stiprus odos niežėjimas, ypač vakare ar naktį
- Smulkūs bėrimai (kaip nuotraukoje), pūslelės ar nukasytos vietos
- Bėrimai tarp pirštų, ant riešų, alkūnių, pažastyse, juosmens ar kirkšnių srityse.



Foto iš interneto

Svarbu žinoti, kad pirmieji simptomai gali pasireikšti tik PO KELIŲ savaičių nuo užsikrėtimo.

KĄ DARYTI ĮTARUS NIEŽUS ?

Jei vaikui atsirado niežams būdingų simptomų, rekomenduojama:

- **NEVESTI VAIKO Į UGDYMO ĮSTAIGĄ** ir kreiptis į šeimos gydytoją ar dermatologą.
- Jei diagnozuojami niežai, gydytojo rekomendacijų turi laikytis ne tik sergantis asmuo, bet ir visi artimai bendravę šeimos nariai. Gydymas reikalingas visiems vienu metu.

KAIP APSAUGOTI KITUS ?

- Nesidalinti rankšluosčiais, drabužiais, patalyne ir kitais asmeniais daiktais kolektyvuose
- Drabužius ir patalynę, naudotus prieš gydymą, skalbti ir džiovinti ne mažesnėje nei 60 laipsnių temperatūroje
- Daiktus, kurių negalima skalbti, laikyti sandariai uždarytame plastikiniame maiše keletą parų.
- Kruopščiai išsiurbti dulkių siurbliu minkštus baldus ir kilimus, atlikti drėgną patalpų valymą.
- **Po tinkamai pradėti gydymo artimo kontakto su kitais reikėtų vengti 24 val.**

***NIEŽAI GALI PASIREIKŠTI BET KURIAM ŽMOGUI IR JIE NĖRA NEŠVAROS AR PRASTOS ŠEIMOS HIGIENOS POŽYMIS*.**

Svarbiausia kuo anksčiau nustatyti ligą, pradėti gydymą ir laikytis higienos rekomendacijų.

Kilus klausimų kreipkitės į šeimos gydytoją ar ugdymo įstaigos visuomenės sveikatos priežiūros specialistą.

Informacija parengta pagal Nacionalinio visuomenės sveikatos centro (NVSC) rekomendacijas

Parengė visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Inga Skrudupienė