

## *Осторожно! Ветрянка!*

Одно из самых распространенных инфекционных детских заболеваний — это ветрянка. Расскажем, как облегчить нестерпимый зуд от волдырей, существует ли прививка от ветряной оспы, и почему считается, что болезнь лучше перенести в детском возрасте, чем во взрослом



Ветряная оспа (в народе — ветрянка) — это острая вирусная инфекция, которая сопровождается интоксикацией, а также поражением кожи и слизистых оболочек в виде сыпи (папул, ветряночных пузырьков). Возбудитель — *Varicella Zoster*, это ДНК-содержащий вирус из рода герпесвирусов 3 типа.

Для этого заболевания характерна сезонность: чаще оно напоминает о себе в осенне-зимний период. Вирус живет и размножается только в организме человека, но его отличает чрезвычайная «летучесть»: он может распространяться с воздухом на расстояние до 20м (и даже вентиляционные люки и шахты лифтов ему не страшны) [\(1\)](#).

Инфекция проникает через слизистую верхних дыхательных путей. Ветрянка отличается высокой заразностью и яркой симптоматикой: на коже образуются пузырьки и волдыри. Высыпания у ребенка могут появиться через 10, и даже 20 суток после заражения.

Заболеть ветрянкой можно в любом возрасте, причем, чем старше пациент, тем тяжелее может протекать болезнь. Чаще всего ветряной оспой болеют дети в возрасте 1-10 лет, пик приходится на 3-6 лет. У 97% людей, перенесших ветрянку, в организме вырабатывается устойчивый пожизненный иммунитет, а 3% могут переболеть повторно [\(2\)](#).

### Причины ветрянки у детей

Ветрянкой можно заболеть после контакта с инфицированным человеком и с больным с опоясывающим лишаем. Передается вирус:

- воздушно-капельным путем — при разговоре, кашле, чихании, при поцелуе;

- контактным путем — при попадании слюны больного на кожу другого человека;
- трансплацентарно — от беременной к плоду в том случае, если женщина в период вынашивания ребенка заболела ветрянкой или опоясывающим лишаем.

Дети могут подхватить заразу в садике или в школе, на детской площадке, в спортивной секции, и даже в автобусе. Обычно заболевание протекает достаточно неприятно, но без тяжелых последствий. Хотя в некоторых случаях (особенно у новорожденных) ветряная оспа может вызывать серьезную интоксикацию и привести к осложнениям.

### **Симптомы ветрянки у детей**

Высыпания на коже появляются не сразу — этому предшествует довольно длительный (для инфекционных болезней) инкубационный период: от 10 до 21 дней. Сама болезнь начинается остро: поднимается температура (иногда до 39-40°C), ребенок жалуется на разбитость, плохое самочувствие, слабость, сильную головную боль. А вскоре по всему телу (за исключением ступней и ладоней) начинают появляться маленькие пузырьки, заполненные прозрачной жидкостью. Высыпания сопровождаются сильным зудом. Как правило, на второй день после появления папул (так называются эти пузырьки) температура постепенно начинает спадать, но может держаться до тех пор, пока не прекратятся высыпания.

Сами пузырьки появляются «партиями» в течение 4-8 дней, после чего начинается период выздоровления: новые папулы уже не появляются, старые покрываются корочками, которые засыхают и отпадают самостоятельно в течение недели.

— Не спутать ветрянку с другими заболеваниями позволяют специфические высыпания. Сначала это точечные красные «прыщики», затем в них образуется пузырек с жидким содержимым, а через несколько дней сыпь покрывается корочкой и подсыхает. Высыпания зудят. Кроме этого, у ребенка может быть повышение температуры, слабость, общее беспокойство. Также могут встречаться и другие симптомы: головная боль, кашель, [боль в животе](#), в горле, [потеря аппетита](#). Ветрянка может протекать в легкой форме, когда появляются единичные высыпания, и тогда можно не заподозрить, что ребенок болен именно ветряной оспой. Кстати, если вы сомневаетесь или не помните, болели ли вы ветрянкой, можно сдать анализ на антитела и выяснить, есть у вас иммунитет к ней или нет. Анализ называется IgG к Varicella Zoster (иммуноглобулины класса G к вирусу ветрянки, количественное определение). Если анализ положительный, — у вас есть иммунитет, и вы когда-то переболели ветрянкой. Если отрицательный, значит, вы не болели ветрянкой.

### **Лечение ветрянки у детей**

Лечение ветрянки направлено главным образом на облегчение симптомов: снятие зуда и скорейшее заживление волдырей. Нужно помнить, что самолечение недопустимо, и требуется обязательная консультация доктора.

### **Диагностика**

Обычно ветрянку сложно перепутать с другими заболеваниями (за исключением стертых или атипичных форм). Поэтому врач может поставить диагноз уже во время первого осмотра ребенка. В случае необходимости педиатр назначит анализ крови на обнаружение вируса Varicella Zoster.

### **Современные методы лечения ветрянки у ребенка**

В первую очередь, после того как диагноз был установлен, нужно ограничить контакт заболевшего ребенка с другими детьми, а также с теми, кто еще не болел ветрянкой. Посещение детского сада, школы и кружков откладывается до полного выздоровления (помним: человек остается заразным еще до 5 дней после появления последних высыпаний). По возможности, ребенок должен оставаться в постели, особенно, когда поднимается температура и организм ослаблен. Если у ребенка подтвердилась ветряная оспа, врач назначит ему симптоматическое лечение.

1. При сильном повышении температуры — жаропонижающие препараты на основе парацетамола, ибупрофена. Также необходимо поить ребенка как можно чаще, чтобы избежать обезвоживания организма.
2. Для снятия зуда больному могут назначить антигистаминные препараты.
3. Чтобы избежать нагноения язвочек на коже ребенка, их обрабатывают дезинфицирующими препаратами (это может быть 1% раствор бриллиантовой зелени («зеленка») или современные препараты, которые не окрашивают кожу).
4. Если долго держится высокая температура и есть гнойные высыпания, это может говорить о присоединении бактериальной инфекции. В этом случае врач может назначить антибиотики.

Специфическая медикаментозная терапия при лечении ветряной оспы у детей используется крайне редко.

Снять зуд помогают водные процедуры: главное, чтобы вода была не горячая и не холодная, а приятно теплая или слегка прохладная.

В период болезни также важно соблюдать правила гигиены: проветривать помещение, часто мыть руки, не расчесывать высыпания, чтобы не занести инфекцию. Также необходимо следить за температурой воздуха в комнате: важно, чтобы ребенок не потел и не перегревался. Не укутывайте его и выбирайте одежду из дышащих натуральных тканей.

### **Профилактика ветрянки у детей в домашних условиях**

Если человек живет в обществе, нельзя предупредить возможность заражения. Поэтому к профилактическим мерам можно отнести только своевременное отстранение ребенка от контакта с заболевшим. Если, например, в семье ветрянкой заболел один ребенок, а второй здоров, то заболевшему временно нельзя будет играть с братом или сестрой, также нужно будет пользоваться отдельной посудой и предметами быта.

— Но даже если вы были в контакте с больным, есть вариант предотвратить заболевание. Детям до 1 года можно ввести иммуноглобулин против вируса Varicella Zoster. А взрослым и детям старше 1 года можно провести экстренную схему вакцинации: первую дозу

прививки от ветрянки нужно сделать в первые 72-96 часов после контакта (чем раньше, тем лучше), а вторую дозу делают с интервалом от 6 недель. Это позволяет не заболеть ветрянкой вообще или перенести болезнь в легкой форме.

Случается ли, что ветрянкой ребенок может заболеть повторно?

Это редкие случаи, так как перенесенное заболевание, как правило, формирует стойкий пожизненный иммунитет. Есть болезни, которые могут быть ошибочно приняты за ветряную оспу, и иногда люди считают, что болели два раза ветрянкой (например, сыпь при энтеровирусной инфекции могут принять за ветряночную).

В каких случаях требуется срочное обращение к врачу или даже госпитализация?

Срочно обратиться к врачу или вызвать скорую помощь нужно, если при ветрянке у ребенка наблюдаются следующие симптомы:

- необычные покраснения;
- отек слизистой;
- боль в области высыпаний;
- отказ от питья;
- признаки обезвоживания;
- нарушение сознания;
- необычная слабость (например, ребенок перестал ходить);
- сильная головная боль;
- мышцы шеи перенапряжены (словно каменные);
- частая [рвота](#);
- затрудненное дыхание;
- боль в груди;
- лихорадка более 4 дней или вторая волна повышения температуры;
- нагноение высыпаний;
- возраст ребенка до года.

Можно ли купать детей при ветрянке?

Существует распространенное мнение, что при ветряной оспе детей категорически нельзя купать. Это заблуждение: купать можно и нужно. Но при этом необходимо следить за температурой воды, не использовать грубые мочалки, не тереть кожу ребенку, чтобы не повредить заживающие волдыри. После купания тело ребенка надо аккуратно промокать полотенцем, а не вытирать насухо.

**Почему опасно срывать корочки и расчесывать волдыри? Можно ли занести какую-то инфекцию?**

Да, расчески часто приводят к инфицированию высыпаний. Из-за этого образуются более грубые рубцы на теле. Но опасность занесения инфекции состоит еще и в том, что она может проникнуть в глубокие слои кожи или даже добраться до подкожно-жировой клетчатки и мышц. Это одно из осложнений ветрянки, которое врачи стараются не допустить.