



Public Health
Agency

WELLES

TYMAI

Simptomai ir gydymas

Tymai yra labai užkrečiama virusinė liga, kuri gali būti labai nemaloni ir kartais sukelti rimtų komplikacijų. Skiepai nuo tymų, kiaulytės ir raudonukės (MMR) yra labai veiksmingi apsaugant žmones nuo tymų (taip pat kiaulytės ir raudonukės).

Kiekvienas gali susirgti tymais, jei nebuvo skiepytas arba nėra persirgęs tymais anksčiau. Vis tik šia liga dažniausiai serga maži vaikai.

Infekcija paprastai praeina per maždaug 7-10 dienų.



Tymų simptomai

Pirmieji tymų simptomai atsiranda maždaug per 10 dienų, tačiau gali pasireikšti ir praėjus mažiau nei 7 arba daugiau nei 21 dienai po užsikrėtimo. Tai gali būti:

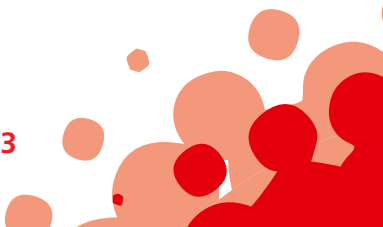
- peršalimą primenantys simptomai, tokie kaip sloga, čiaudulys ir kosulys;
- skaudančios, raudonos akys, kurios gali būti jautrios šviesai;
- aukšta temperatūra (karščiavimas), kuri gali siekti apie 40 °C (104 °F);
- mažos pilkai baltos dėmės skruostų viduje.

Po kelių dienų atsiras raudonai rudos spalvos bėrimas dėmėmis. Įprastai jis prasideda ant galvos ar viršutinės kaklo dalies ir plinta tolyn ant likusio kūno.

Kada kreiptis į savo bendrosios praktikos gydytoją?

Jei įtariate, kad Jūs ar Jūsų vaikas gali sirgti tymais, kuo greičiau kreipkitės į savo bendrosios praktikos gydytoją.

Prieš vykdami turėtumėte jiems paskambinti, nes jūsų bendrosios praktikos klinikai gali tekti imtis priemonių, kad sumažintų infekcijos plitimo riziką kitiems.





Ar tymai yra rimta liga?

Tymus sukelia labai užkrečiamas virusas, sukeliantis bėrimą ir aukštą temperatūrą. Tai taip pat gali būti rimta.

Tymai gali būti nemaloni liga, tačiau paprastai praeina per 7-10 dienų, nesukeldami jokių papildomų problemų. Tymais sergantis vaikas lovoje turės praleisti apie penkias dienas, o pamokas praleisti gali tekti apie dešimt dienų. Suaugusieji gali sirgti ilgiau.

Tačiau kai kuriems žmonėms tai taip pat gali būti labai rimta liga su potencialiai gyvybei pavojingomis komplikacijomis. Maždaug vienam iš 15 tymais sergančių vaikų atsiras rimtesnių komplikacijų. Tai gali būti ausų ir kvėpavimo takų infekcijos, traukulių priepuoliai, viduriavimas, encefalitas (smegenų infekcija) ir smegenų pažeidimas. Tymai gali baigtis mirtimi.

Jei persirgote tymais, jūsų kūnas įgys atsparumą (imunitetą) virusui ir labai mažai tikėtina, kad šia liga užsikrėsite dar kartą.



Kaip tymai plinta?

Tymų virusas yra milijonuose mažų lašelių, plintančių iš nosies ir burnos, kai užsikrėtęs asmuo kosulys ar čiaudulys.

Jūs galite lengvai užsikrėsti tymais įkvėpę šių lašelių arba, jei lašeliai nusėda ant paviršiaus, palietę tokį paviršių ir po to pakeldami ranką arti nosies ar burnos. Virusas ant paviršių gali išlikti kelias valandas.

Tymais sergantys žmonės kitus užkrėsti gali nuo simptomų atsiradimo pradžios iki maždaug keturių dienų po to, kai pirmą kartą pastebimas bėrimas.

Kaip išvengti tymų?

Tymų galima išvengti pasiskiepijus vakcina nuo tymų, kiaulytės ir raudonukės (MMR).

Pagal vaikų skiepijimo programą ši vakcina suleidžiama kaip dvi dozės. Pirmoji dozė skiriama iškart po pirmojo vaiko gimtadienio, o antroji - kai vaikui sukanka 3 metai ir 4 mėnesiai, t. y. prieš pradedant lankyti mokyklą.

Suaugusieji ir vyresni vaikai gali būti skiepiami bet kokio amžiaus, jei jie anksčiau nebuvo pilnai paskiepyti. Dėk skiepų kreipkitės į savo bendrosios praktikos kliniką.

Tymų gydymas

Specifinio tymų gydymo nėra, tačiau būklė paprastai pagerėja per 7-10 dienų. Jūsų bendrosios praktikos gydytojas tikriausiai pasiūlys ilsėtis namuose, iki kol pasijusite geriau.

Neikite į darbą ar mokyklą mažiausiai keturias dienas nuo tada, kai pirmą kartą atsiranda tymų bėrimas, kad sumažėtų infekcijos plitimo rizika.

Taip pat turėtumėte vengti kontakto su žmonėmis, kurie yra labiau pažeidžiami, t. y. maži vaikai, besilaukiančios moterys ir žmonės, kurių imuninė sistema yra nusilpusi.

Simptomų palengvinimas

Jei tymų simptomai kelia diskomfortą jums ar jūsų vaikui, yra keletas dalykų, kuriuos galite padaryti, kad juos palengvintumėte, kol jūsų kūnas kovoja su virusu.

Karščiavimo kontrolė ir skausmo malšinimas

Paracetamolis arba ibuprofenas gali būti naudojami siekiant numušti aukštą temperatūrą (karščiavimą) ir sumažinti bet kokius skausmus ar maudimą, jei jūsų vaikas jaučia diskomfortą.

Skystas kūdikių paracetamolis gali būti naudojamas mažiems vaikams. Aspirinas neturėtų būti duodamas vaikams iki 16 metų.

Pasitarkite su vaistininku, jei nesate tikri, kokie vaistai tinka jūsų vaikui.

Gerkite daug skysčių

Jei jūsų vaikas turi aukštą temperatūrą, užtikrinkite, kad jis gertų daug skysčių, nes gali kilti dehidratacijos pavojus.

Pakankamas kiekis skysčių taip pat gali padėti sumažinti diskomfortą gerklėje, kurį sukelia kosulys.





Akių skausmo malšinimas

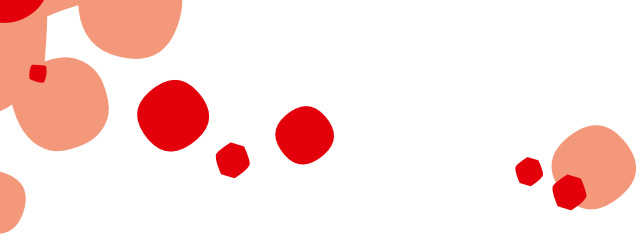
Vandenyje suvilgyta vata galite švelniai nuvalyti ant vaiko akių vokų ir blakstienų susikaupusias traiškanas.

Jei dėl ryškios šviesos peršti akis, užtraukite užuolaidas arba pritemdykite šviesą.

Peršalimą primenančių simptomų gydymas

Jei jūsų vaikui pasireiškia peršalimą primenantys simptomai (pavyzdžiui, sloga ar kosulys), yra keletas dalykų, kuriuos galite padaryti, kad jis jaustųsi komfortiškiau. Pavyzdžiui, ant šilto radiatoriaus galite uždėti drėgną rankšluostį, kad sudrėkintumėte orą, o tai gali padėti palengvinti vaiko kosulį.

Šilti gėrimai, ypač tie, kurių sudėtyje yra citrinos ar medaus, taip pat gali padėti atpalaiduoti kvėpavimo takus, atlaisvinti gleives ir numalšinti kosulį. Medus neturėtų būti duodamas kūdikiams iki 12 mėnesių amžiaus.



Sunkios ligos požymių pastebėjimas

Jei jūs ar jūsų vaikas serga tymais, turėtumėte stebėti bet kokius sunkių komplikacijų požymius, kurie kartais gali išsivystyti. Sunkesnės problemos požymiai yra:

- dusulys;
- aštrus krūtinės skausmas, kuris blogėja kvėpuojant;
- kraujo atkosėjimas;
- mieguistumas;
- sumišimas;
- priepuoliai (traukuliai).

Vykite į skubios pagalbos skyrių arba skambinkite greitosios pagalbos tarnybai telefonu 999, jei jums ar jūsų vaikui pasireiškia bet kuris iš šių simptomų.





Public Health Agency

Public Health Agency

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.

Tel: 0300 555 0114 (local rate).

www.publichealth.hscni.net

www.nidirect.gov.uk

Find us on:



YouTube

Šis leidinys yra paruoštas iš informacijos, kurios pirminę versiją parengė JK sveikatos apsaugos agentūra. Jis yra naudojamas pagal Atvirą vyriausybės licenciją, 3.0 versiją.

Norėdami gauti daugiau informacijos, kreipkitės į savo bendrosios praktikos kliniką arba apsilankykite internetinėje svetainėje www.nhs.uk/mmr