

Sooleparasiite aitab vältida korralik hügieen!

Naaskelsabatõbi ehk enterobiaas

Enterobiaas on Eestis enimlevinud sooleparasiitnakkus. Naaskelsabad (ka linaluu-ussid, maatussid) on väikesed 3-12 mm pikkused valkjad ussid, mis parasiteerivad inimese jämesooles. Nakatunud inimene hakkab mune levitama 30-40 päeva pärast nakatumist, munadest arenevad suguküpsed täiskasvanud ussid 2-6 nädala jooksul, naaskelsabad elavad organismis 28-75 päeva. Kuid enese ülenakatamise tõttu on haigus ilma ravita kestev.

Nakatumine toimub fekaal-oraalsel teel, st saastunud käte, toidu, mänguasjade ja tarbeesemete kaudu satuvad ussimunad suhu ja sealt edasi seedetrakti, kus neist arenevad vastsed ja edasi 3-4 nädala jooksul suguküpsed naaskelsabad. Kuna munad on väga kerged, võib nakatuda ka hingamisteede kaudu, kui ussimunad on sattunud nt kodutolmu. Lemmikloomad enterobiaasi ei põe, kuid võivad oma karvadel edasi kanda toatolmus leiduvaid ussimune. **Levib äärmiselt kergesti, eriti pereringis ja lastekollektiivis. Väga kergesti toimub ka korduv enesenakatamine, kui ei jälgita piisavalt hügieenireegleid.**

Emane parasiit tuleb soojas (seepärast peamiselt magamise ajal) pärakusuudme ümber munema, põhjustades nakatunul sügelust ja kihelust. Sügelust võib esineda ka päeval. Sügades satuvad ussimunad küünte alla, kust nad väga kergesti lapsele uuesti suhu ja sealt seedetrakti satuvad. Saastunud kätelt satuvad munad esemetele ja edasi juba teistele pereliikmetele või lastekollektiivi lastele. Munad võivad keskkonda sattuda ka ihu- ja voodipesult. **Ussimunad säilivad esemetel 35 päeva, olles vastupidavad ka kuivamisele.**

Peamine sümptom on kihelus ja sügelus pärakupiirkonnas, kuid sümptom esineb vaid 20-25% nakatunutest. Sügelus võib kesta vaid mõne päeva ja korduda 3-4 nädala möödudes. Mõnel lapsel tekib vaid närvilisus, ta niheleb ja on rahutu (ka uni võib olla häiritud). Raskematel juhtudel, kui on toimunud korduv ülenakatamine, võib esineda iiveldus, kõhuvalu, kõhulahtisus, väsimus, närvilisus, aneemia, isutus ja kaalulangus. Parasiitide elutegevus on organismile kurnav, kuna parasiit toitub inimese arvelt ja kui neid on palju, tekib lapsel toitainete- ja vitamiinipuudus. Parasiitide elutegevuse mürgised jääkproduktid imenduvad verre ja jõuavad ajju, põhjustades neuroloogilisi sümptome nagu ärrituvus ja peavalu. Ussid kahjustavad füüsiliselt soole siseseina, tekitades kõhuvalu ja seedehäireid. Seega on vaja parasiitnakkust kindlasti ravida, isegi, kui sümptomid ei ole tugevalt väljendunud.

Naaskelsabade diagnoosimiseks on vaja teha pärakupiirkonna kaabe (vatipulgaga võetakse pärakuümbrusest kerge tõmbega proov, millest otsitakse ussimune) hommikul enne pesemist ja soole tühjendamist, soovitatavalt paaripäevaste vahedega paar-kolm korda järjest. Väljaheites naaskelsabamune ei esine ja ka usse endid näeb roojas harva, enamasti suure

nakkuse korral. Küll aga võib sügeluse ajal usse näha lapse päraku ümbruses või tuharatel. Visuaalselt leitud parasiit on piisav alus diagnoosiks ka ilma kaaeanalüüsita.

Ravida tuleb kindlasti tervet peret, ka siis, kui teistel tundemärke ei esine. Ravimit antakse ühekordse annusena, kuid soovitatav on ravi korrata 2 nädala pärast, kuna ravim mõjub vaid täiskasvanud parasiidile, mitte munadele ega vastsetele.

Lisaks ravimile on äärmiselt oluline läbi viia samaaegsed hügieeniprotseduurid. Enne ravi tuleb vahetada voodi- ja ihupesu. Pesu tuleb kokku keerata, mitte raputada, et sellel olevad kerged ussimunad tупpa laiali ei pudeneks. Pesu tuleb koheselt pesta võimalikult kuuma veega, sest ka pesukasti seisma jäetud pesult võivad munad sattuda toatolmu. Pesemise võib asendada kuuma triikrauaga triikimisega.

Ööseks on soovitatav lapsele jalga panna tihedalt reie ümber hoidvad püksid, et veel samal ööl munetud munad ei satuks lapse küünte alla ega voodipesule. Hommikul tuleb lapse alakeha pesta ja anda talle puhas pesu. Öine pesu kas pesta või triikida, samuti on soovitatav ka hommikul voodipesu uuesti triikida, et samal ööl munetud munad kindlasti hävitatud saaks.

Samuti tuleb teha korralik märgpuhastus kogu elamises (põrandad, muud pinnad, mänguasjad jne), et hävitada ka keskkonda sattunud ussimunad.

Naaskelsabade ennetamiseks on kõige tõhusam hügieenireeglite täitmine. Lastele tuleb varakult selgeks õpetada, et **käsi tuleb sooja vee ja seebiga pesta alati peale tualeti kasutamist, enne söömist ja peale õuest tупpa tulekut, lisaks alati, kui käed on määrdunud. Lapsele on parim eeskuju täiskasvanu, seega ärge unustage ka ise kätepesu!** Samuti tuleb vältida käte või esemete suhu toppimist. Küüned tuleb hoida lühikesed, et sinna alla ei saaks koguneda mustus ja ussimunad. Ruume (põrandad, esemed, lingid jm) tuleb sageli niiskelt puhastada, samuti mänguasju aeg-ajalt pesta.

Paraku ei sõltu nakkusest hoidumine alati meie isiklikust hügieenist, sest nakkuse võib saada ukselinkidelt, ostukärudelt, ühistranspordist jne ja eriti lastel võivad ussimunad suhu sattuda juba enne koju jõudmist ja kätepesu. **Seepärast ei ole vaja tunda valehäbi ja salata nakatumist, vaid pöörduda kohe arsti poole ravi määramiseks (ussirohud on retseptiravimid) ning teavitada ka lasteaeda nakkusest. See on vajalik, et ka lasteaias saaks teie lapse voodipesu ja käterätid koheselt vahetatud. Samuti on aus, kui saame diskreetselt teavitada teisi vanemaid, et nad oskaksid oma lapsi jälgida. Meie jaoks on oluline ka nakkuste statistika, et saaksime hinnata nakatumise ulatust rühmas ning vajadusel veelgi tõhustada ruumide ning mänguasjade puhastamist. Palun teavitage sooleparasiitidest alati rühma õpetajat või saatke teade lasteaia direktorile!**