

Инфекционный мононуклеоз

Инфекционный мононуклеоз, также называемый просто мононуклеозом, — острая вирусная инфекция. Чаще встречается среди подростков, особенно студентов колледжей и вузов. По крайней мере у одного из четырех подростков, инфицированных вирусом Эпштейна – Барр, разовьется мононуклеоз.

✓ ЧЕМ ВЫЗЫВАЕТСЯ ИНФЕКЦИОННЫЙ МОНОНУКЛЕОЗ?

Мононуклеоз обычно вызывается вирусом Эпштейна – Барр (ВЭБ). У младенцев и детей младшего возраста, инфицированных ВЭБ, как правило, наблюдаются очень легкие симптомы или их нет вообще. Но у подростков часто развивается развернутая клиническая картина мононуклеоза.

Люди, инфицированные ВЭБ, будут носителями вируса всю оставшуюся жизнь, даже если у них никогда не было никаких симптомов болезни. Те, кто перенес мононуклеоз, вряд ли заболеют им вновь.

Хотя ВЭБ является наиболее распространенной причиной мононуклеоза, другие вирусы, например цитомегаловирус, могут вызывать подобное заболевание. Как и ВЭБ, цитомегаловирус остается в организме на всю жизнь и может никак не проявляться.

✓ КАК РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ ИНФЕКЦИОННЫЙ МОНОНУКЛЕОЗ?

Мононуклеоз распространяется воздушно-капельным путем (через поцелуи, с кашлем, при чихании или посредством любого контакта со слюной человека, выделяющего вирус). Он даже получил название «болезнь поцелуев».

✓ КАКОВЫ СИМПТОМЫ ИНФЕКЦИОННОГО МОНОНУКЛЕОЗА?

Симптомы обычно проявляются через 4–7 нед после заражения вирусом и могут включать в себя:

- выраженную слабость;
- быструю утомляемость;
- потерю аппетита;
- лихорадку;
- боль в горле с наложениями на миндалины;
- боль в животе;
- головную боль;
- боль в мышцах;
- увеличение лимфатических узлов в области шеи, подмышек и паха;
- увеличение печени и селезенки;
- сыпь.

Эти симптомы обычно проходят в течение 2–4 нед. Однако у некоторых подростков утомляемость и слабость способны сохраняться месяцами. Несколько недель могут оставаться увеличенными лимфатические узлы, селезенка или печень.

✓ ЛЕЧЕНИЕ

Лучшее лечение — отдых, особенно в начале болезни, когда симптомы наиболее тяжелые. Ибупрофен может помочь облегчить жар и боль в мышцах.

ВАЖНО! Никогда не давайте ацетилсалициловую кислоту ребенку при острых вирусных заболеваниях в связи с высоким риском развития синдрома Рея — с поражением печени, головного мозга и даже летальным исходом.

В большинстве случаев, если ребенок достаточно отдыхает и достаточно пьет, симптомы мононуклеоза исчезают в течение нескольких недель.

✓ КОГДА РЕБЕНОК ПОСЛЕ ПЕРЕНЕСЕННОГО ИНФЕКЦИОННОГО МОНОНУКЛЕОЗА МОЖЕТ ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ?

Рекомендовано ограничение физических нагрузок как минимум в течение месяца после исчезновения симптомов, так как увеличенная селезенка может легко разорваться при нагрузке, вызвав внутреннее кровотечение. Поэтому следует избегать чрезмерной активности, контактных видов спорта, тяжелой атлетики или даже игровой борьбы с братьями и сестрами или друзьями, пока врач не скажет, что все в порядке.

✓ КАКИЕ ПРОБЛЕМЫ МОГУТ ВОЗНИКНУТЬ?

Большинство детей, перенесших мононуклеоз, полностью выздоравливают. В редких случаях осложнения могут включать в себя проблемы с печенью, селезенкой, с дыханием, а также анемию, менингит и миокардит.

✓ МОЖНО ЛИ ПРЕДОТВРАТИТЬ БОЛЕЗНЬ?

Не существует вакцины для защиты от вируса Эпштейна – Барр. Рекомендовано избегать тесного контакта со всеми, у кого есть симптомы мононуклеоза, однако бессимптомные вирусоносители также могут быть заразными. В связи с этим дети должны тщательно и регулярно мыть руки, не есть и не пить из одной посуды с другими людьми, даже с теми, кто кажется здоровым.