

## KAPLJIČNE NALEZLJIVE BOLEZNI

(nahod, gripa, angina, ošpice, norice, oslovski kašelj, mumps, davica, rdečke, tuberkuloza, bronhitis, pljučnica, nalezljivo vnetje možganskih ovojnic-meningitis, ...)

Kapljične nalezljive bolezni so bolezni, ki se med ljudmi prenašajo z okuženimi kapljicami iz dihal.

### IZVOR OKUŽBE

je sluznica dihal bolnika ali klicenosca, ki kapljice sline/sluzi, okužene s povzročiteljem bolezni, izloča z dihanjem, govorjenjem, kašljanjem, kihanjem, vpitjem, petjem, pljuvanjem.

### POT ŠIRJENJA

kužnih kapljic je zrak, lahko pa tudi hrana, površine, predmeti, bodisi direktno ali indirektno preko rok pri usekovanju, dotiku ust ali nosu. Kužne kapljice več ur lebdijo v zraku, nato se usedajo na različne površine.

### PREVENTIVNI UKREPI

- ko kašljamo ali kihamo, vedno uporabimo papirnat robček in ga takoj odvržemo v smeti,
- pogosto si z milom vsaj 20 sekund umivamo roke,
- z rokami se ne dotikamo oči, nosu in ust,
- izogibamo se tesnim stikom z ljudmi, ki imajo znake bolezni,
- mokro čiščenje površin (suho čiščenje ni primerno, ker se s tem usedle kužne kapljice ponovno dvignejo v zrak)
- redno prezračevanje prostorov (čim več oken odpreti vsaj za nekaj minut, prezračujemo kljub nizkim zunanjim temperaturam, saj zaprt prostor predstavlja veliko tveganje za prenos okužb),
- stroga higiena pri delu z živili,
- bolnik naj ostane doma,
- skrb za splošno odpornost,
- cepljenje.

