



PORADNIK dla pacjenta



EDUKACJA pacjentka
Borelioza - zapobieganie i leczenie

Definicja...

Borelioza to dolegliwość nazywana inaczej chorobą z Lyme lub krętkowicą kleszczową. Za przyczynę jej powstawania uważa się zarażenie bakteriami (*Borrelia burgdorferi*). Bakterie te mogą występować pod kilkoma postaciami (jako krętki i cysty). Te pierwsze charakteryzują się dużą ruchliwością, natomiast cysty (formy przetrwalnikowe) są nieruchome i odporne na antybiotyki, które mogą niszczyć krętki. Do zachorowania na boreliozę może dojść, gdy kleszcz zaczyna wydzielać ślinę i zawartość jelita środkowego do rany osoby, którą zaatakował.

Neuroborelioza to jedna z postaci boreliozy z Lyme przebiegająca z zajęciem centralnego i obwodowego układu nerwowego. Wywoływana jest przez zakażenie bakterią *Borrelia burgdorferi* w wyniku ukąszenia przez kleszcza. Objawia się uporczywymi bólami głowy, zapaleniem opon mózgowo - rdzeniowych, a także porażeniami twarzy i kończyn. Nie należy lekceważyć ukąszeń kleszczy i w przypadku pojawienia się rumienia zaleca się konsultację lekarską.

Co robić po ugryzieniu przez kleszcza?

Najważniejsze jest jak najszybsze usunięcie kleszcza. Następnie należy oczyścić i zdezynfekować miejsce ukąszenia oraz obserwować to miejsce przez następny miesiąc.

W razie pojawienia się jakichkolwiek objawów lub silnych obaw związanych z ukąszeniem warto zasięgnąć porady lekarskiej. W razie wystąpienia rumienia wędrującego w miejscu ukąszenia lub innych objawów, które mogą odpowiadać boreliozie należy niezwłocznie zgłosić się do lekarza, aby zdążył obejrzeć zmianę skórą, zanim zmieni się jej wygląd lub zanim zmiana zniknie. Jeżeli to możliwe, dobrze jest wykonać zdjęcie zauważonej zmiany skórnej.



Jak można zapobiegać boreliozie?

W chwili obecnej nie jest dostępna szczepionka przeciwko boreliozie. Jediną metodą profilaktyki boreliozy jest zapobieganie ukąszeniom przez kleszcze. Najskuteczniejszą metodą profilaktyki jest zatem unikanie terenów występowania kleszczy, które są przenosicielami choroby, a w przypadkach, kiedy jest to niemożliwe, stosowanie wszelkich metod zapobiegania ukąszeniom przez kleszcze.

Ryzyko boreliozy zmniejszają działania środowiskowe, takie jak: ograniczanie populacji zwierząt wolno żyjących, które są głównymi żywicielami kleszczy (gryzonie np. myszy), niszczenie biotopów, które sprzyjają rozwojowi kleszczy (np.: niskim koszeniu trawy wokół domów, które sąsiadują z kompleksami leśnymi, usuwaniu zarośli i ogradzaniu siedlisk położonych w pobliżu lasu).

- Stosowanie środków ochrony osobistej polega na noszeniu jasnych ubrań osłaniających skórę, z długimi rękawami, obcisłymi mankietami oraz spodni z długimi nogawkami, wkładanymi w skarpety i butów z wysokimi cholewami, jak też stosowaniu środków, które odstrasza kleszcze (repelenty).
- Repelenty наносzone na skórę lub ubranie należy stosować zgodnie (pod względem ilości i częstotliwości) z zaleceniami producenta. Skuteczne są preparaty zawierające DEET (N,N-dietylo-3-metylbenzamid), wymagają one jednak regularnego, powtarzanego stosowania. DEET nie powinien być stosowany na skórę twarzy i dłoni oraz na skórę chorobowo zmienioną lub zranioną. Szczególną ostrożność należy zachować stosując repelenty u małych dzieci. Po powrocie do domu miejsca, na które stosowano repelent zawierający DEET, należy umyć wodą z mydłem.
- Stosowanie permetryny, która działa zabójczo na kleszcze i jest dostępna w aerozolach do stosowania na odzież. Wytwarzane są również tkaniny nasączone permetryną. Środka tego nie można stosować na skórę, gdyż ulega unieczynnieniu w kontakcie ze skórą.
- Ponadto wskazane jest codzienne, dokładne oglądanie ciała po powrocie z terenu „kleszczowego”, gdyż bardzo ważnym elementem profilaktyki jest jak najszybsze usunięcie kleszcza, który przyczepił się do skóry. Im szybciej zostanie usunięty kleszcz, tym mniejsze jest ryzyko zakażenia boreliozą.
W tym celu należy chwycić go jak najbliżej skóry pensetą o cienkich końcówkach i wyciągać prostopadle do skóry stopniowo zwiększając siłę. Skórę po usunięciu kleszcza należy umyć mydłem i zdezynfekować (np. alkoholem). Kleszcza nie wolno rozgniatać w dłoniach, gdyż grozi to zakażeniem. Miejsce ukłucia należy obserwować przez 4 tygodnie.

Należy pamiętać aby przed spacerem:

- spryskać ciało (z wyjątkiem twarzy) i odzież substancjami odstrasżającymi kleszcze,
- nosić odpowiednią odzież: długie spodnie, skarpety, długi rękaw, wysokie buty, nakrycie głowy. Na jasnej odzieży kleszcze są bardziej widoczne i można je stracić zanim dotrą do odstoniętych partii ciała;
- w okresie wzmożonych ataków kleszczy, po spacerach należy przeglądać dokładnie całą powierzchnię ciała., u dorosłych na nogach, pośladkach, w pachwinach i w okolicy podbrzusza.





Kleszcz u zwierząt domowych – codzienność czy zagrożenie?

Bardzo wiele osób bagatelizuje problem kleszczy, do czasu wystąpienia chorób odkleszczowych. Nie zapominajmy, że kleszcz może przejść z ze zwierząt domowych na człowieka. W szczególności, gdy śpimy ze zwierzętami w łóżku. Narażone są również dzieci. Jednakże odpowiednia profilaktyka pozwala na normalne funkcjonowanie i obronę przeciw tym pasożytom. Można stosować środki dla zwierząt odstraszające kleszcze takie jak:

- obroże przeciw kleszczom,
- kropelki,
- spraye,
- suplementy np. czystek,
- olejki eteryczne jako środki przeciw kleszczom,
- czy nawet odstraszacze na kleszcze bazujące na ultradźwiękach słyszanych tylko przez te pasożyty.

Można również stosować tabletki, które powodują zabicie kleszcza, gdy ten wbije się w skórę zwierzęcia (tabletki nie odstraszają kleszczy, dlatego pies może je przynosić do domu). U każdego zwierzęcia inna metoda profilaktyki będzie skuteczna.

Borelioza – objawy

Charakterystycznym objawem wskazującym na to, że mogło dojść do zakażenia, jest pojawienie się tzw. rumienia wędrującego po ukąszeniu przez kleszcza. Rumień wędrujący to czerwona obwódka pojawiająca się wokół miejsca ugryzienia, która stopniowo się powiększa i może utrzymywać się nawet przez kilka tygodni. Niestety, rumień nie pojawia się we wszystkich przypadkach zakażenia boreliozą, co może uśpić naszą czujność. Objawy boreliozy mogą pojawić się kilka miesięcy, a nawet kilka lat po zakażeniu. Wiele osób nie wiąże ich z dawnym ukąszeniem przez kleszcza, co opóźnia właściwą diagnozę.

Borelioza - faza wczesna

Pierwsze objawy choroby (faza wczesna miejscowa, ograniczona) rozwijają się w ciągu 1-3 tygodni od ukąszenia.

Mogą pojawić się objawy skórne boreliozy:

- rumień wędrujący - zaczerwienienie o średnicy od kilku do kilkunastu centymetrów, może być lekko wypukłe, ciepłe, bolesne przy dotyku. Typowy rumień po ukąszeniu kleszcza jest jaśniejszy od środka. Uwaga! Rumień wędrujący występuje w ok. 30 proc. przypadków boreliozy (u dzieci tylko w 10 proc.).
- pseudochłoniak boreliozowy, będący niebolesnym naciekiem zapalnym w miejscu pokąsania przez kleszcza, jest alternatywnym obrazem klinicznym pierwszej fazy boreliozy. Występuje głównie na płatku ucha, sutku lub na mosznie.

W tej fazie mogą pojawić się objawy grypopodobne. Jeśli nie zostaną podane antybiotyki, borelioza przechodzi w fazę rozsianą.

Borelioza - faza wczesna rozsiana

W ciągu 2 tygodni do kilku miesięcy pojawiają się objawy wtórne. W tej fazie krętki wędrują do różnych narządów, wykorzystując zarówno układ krwionośny jak i układ limfatyczny. Czasami ponownie pojawia się rumień wędrujący - zwykle jest ich kilka, ale są mniejsze, niż ten, który występuje w fazie pierwszej. Może wystąpić też:

- gorączka
- bóle głowy
- osłabienie
- bóle mięśniowe

Poza tym, w zależności od tego, gdzie zawędrują krętki, mogą wystąpić objawy kardiologiczne, okulistyczne (np. zapalenie tętnicówki) czy neurologiczne (głównie porażenia nerwów).

Borelioza - faza późna

W tej fazie borelioza jest trudniejsza do zdiagnozowania i leczenia, bo daje dość niespecyficzne objawy, a ukąszenia przez kleszcza zwykle po kilku latach nikt z nimi nie kojarzy. Przewlekła borelioza może być przez wiele lat utajona i nie dawać żadnych objawów, by w pewnym momencie niespodziewanie zaatakować np. układ nerwowy, oczy, mięśnie czy stawy. Może też dawać objawy skórne. Nawet po wyeliminowaniu krętków, część chorych nadal skarży się na objawy sprzed leczenia. Nie znaczy to jednak, że było ono nieskuteczne, a raczej o tym, że krętki poczyniły trwałe szkody w organizmie, uszkadzając czy to stawy czy inne narządy. Lista objawów, jakie daje borelioza przewlekła, jest długa.

Objawy przewlekłej boreliozy to m.in. objawy neurologiczne:

- gorączka
- dreszcze
- bóle głowy
- ból gardła
- ból stawów
- tiki mięśni
- sztywność stawów

Chory może podwójnie widzieć, mieć paraliż mięśni twarzy, zawroty głowy, problemy z mówieniem, orientacją przestrzenną.

Borelioza - objawy skórne

Do skórnych objawów boreliozy zaliczane są:

- rumień wędrujący
- niebolesne zmiany zapalne w miejscu ukąszenia kleszcza (pseudochłoniak) - głównie na płatku ucha, sutku lub na mosznie
- przewlekłe zanikowe zapalenie skóry: szaro-czerwone plamki na skórze, które spotykane są stosunkowo rzadko.

Borelioza układu nerwowego - objawy

Borelioza układu nerwowego, czyli neuroborelioza, stanowi natomiast 15-40 procent spośród wszystkich przypadków boreliozy, a jej objawy mogą pojawić się wiele lat po ukąszeniu przez kleszcza i narastają z czasem.

Borelioza

- objawy po latach:

- fibromialgia
- drżenia mięśni
- przeczulice
- parestezje
- bóle korzeniowe
- niedowład wiotki
- zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych lub zapalenie mózgu
- drgawki
- porażenie nerwów czaskowych
- problemy z koncentracją i zaburzenia pamięci
- objawy encefalopatii, czyli zaburzenia intelektu (otępienia) i zaburzenia charakterologiczne.



Zalecenia:

- dbanie o higienę osobistą
- oszczędny tryb życia
- rehabilitacja czynna i bierna
- opieka w POZ



ul. Szaserów 128, 04-141 Warszawa
dyrekcja@wim.mil.pl

tel. 261 817 666

Informacja medyczna czynna od poniedziałku do piątku
(z wyjątkiem świąt)

w godzinach 7.00 – 17.00