

## **Tymai – lengvai plintanti užkrečiamoji liga**

Tymai – labai laki oro lašeliniu keliu, taip pat per kvėpavimo takų išskyromis suterštas rankas ar kitus aplinkos daiktus plintanti virusinė infekcija. Didžiausią riziką tymai kelia nesirgusiems, neskiepytiems ar nepilnai skiepytiems (viena tymų vakcinės dozė) kūdikiams, vaikams ir suaugusiems, nėščiosioms, imunosupresiniams (prislopinto imuniteto) asmenims, sveikatos priežiūros įstaigų darbuotojams. Sąlytis tarp žmonių, ypač uždaroje patalpoje, trunkantis ilgiau nei 15 min. yra pakankamas, kad įvyktų imlaus asmens užsikrėtimas. Siekiant išvengti tymų plitimo aplinkoje, labai svarbu, kad asmuo laiku kreiptųsi į asmens sveikatos priežiūros įstaigą.

Skaičiuojama, kad vienas tymais susirgęs asmuo gali užkrėsti iki 18 asmenų. Tymais sergantis asmuo gali užkrėsti kitus asmenis dar 4-5 dienas iki ir 4 dienas po bėrimo atsiradimo.

Dažniausiai susirgimas tymais pasireiškia **karščiavimu, vėliau – akių gleivinės uždegimu, sloga, trečią–septintą ligos dieną atsiranda bėrimai**. Bėrimai, kurie neniežti, **prasideda veido srityje, už ausų, vėliau išplinta į kitas kūno vietas ir išlieka 4–7 dienas**.

Siekiant užkirsti kelią tymų plitimui šalyje, vaikų ugdymo įstaigoms rekomenduojame:

- reguliariai vėdinti patalpas bei drėgnu būdu periodiškai valyti patalpų paviršius, sanitarinius įrenginius, baldus, žaislus, keisti patalynės skalbinius;
- kruopščiai ir kuo dažniau plauti rankas – prieš valgį, palietus aplinkos daiktus;
- nepriimti vaikų ugdyti pagal ikimokyklinio ir (ar) priešmokyklinio ugdymo programą, jei turi užkrečiamųjų ligų ar kitų ūmių sveikatos sutrikimų požymių;
- vaikui sunegalavus ugdymo proceso metu informuoti tėvus, o esant būtinumui nedelsiant kviesti greitąją medicinos pagalbą. Jei vaikui ugdymo proceso metu pasireiškė užkrečiamųjų ligų požymiai, jį izoliuoti, kol atvyks jo tėvai.

Efektyviausia priemonė, apsauganti nuo tymų yra skiepai tymų, raudonukės, epideminio parotito (MMR) vakcina. Pagal Lietuvos Respublikos vaikų profilaktinių skiepimų kalendorių, vaikai MMR vakcina yra nemokamai skiepijami du kartus (15-16 mėnesių ir 6-7 metų amžiaus).

Informaciją parengė visuomenės sveikatos specialistė Rima Leonauskienė