

## **ZADBAJ O PROFILAKTYKĘ CIĄŻY.**

### **CHROŃ SWOJE DZIECKO.**

#### **NAJLPSZĄ OCHRONĄ NIENARODZONEGO DZIECKA JEST MATKA.**

Jeżeli planujesz ciążę lub jesteś w ciąży wskazane jest stwierdzenie czy był kontakt z wirusem CMV, różyczki i pierwotniakiem Toxoplazmozy.

**CMV** – wirus cytomegalii jest najczęściej występującą przyczyną infekcji wrodzonych (przekazywanych płodowi przez matkę). Choroba z reguły przebiega bezobjawowo lub daje łagodne objawy podobne do infekcji wirusem grypy. Jest z reguły przenoszona przez kontakty z małymi dziećmi. CMV jest w stanie zakażać i niszczyć wiele różnych komórek organizmu. Zdolność CMV do zakażenia leukocytów i komórek śródbłonna naczyniowego ułatwia rozsiew wirusa w organizmie. W przypadku ciąży infekcja CMV może mieć poważniejsze konsekwencje, ponieważ zachodzi ryzyko infekcji u nienarodzonego dziecka, szczególnie w pierwszym okresie ciąży. Ryzyko może obejmować śmierć noworodka, upośledzenie rozwoju umysłowego oraz głuchotę.

**Różyczka** – jest chorobą zakaźną łatwo przekazywana drogą kropelkową, tak jak zwykle przeziębienie. Jest to łagodna choroba, a jej symptomy - głównie różowa wysypka – obserwowane są u około 50 % przypadków. Różyczka stała się rzadką infekcją wrodzoną w krajach w których wdrożono szeroko zakrojone programy szczepień dzieci oraz kobiet w wieku rozrodczym. Jednakże w przypadku braku szczepienia lub nieprzechorowania w dzieciństwie, infekcja wirusem różyczki może mieć poważniejsze konsekwencje. Prawdopodobieństwo przekazania wirusa dziecku jest wysokie i niesie ze sobą ryzyko poronienia oraz powstania wad rozwojowych płodu w pierwszym okresie ciąży.

**TOXOPLAZMOZA** – jest chorobą wywołaną przez pierwotniaki Toxoplazmoza gondii. W przypadku ludzi zdrowych objawy choroby są tak łagodne, że infekcja może przejść niezauważona. Toksoplazmoza może mieć poważne konsekwencje ponieważ zwiększa ryzyko uszkodzenia nienarodzonego płodu, szczególnie w pierwszym okresie ciąży. Zagrożenie może obejmować: poronieni, urodzenie martwego dziecka lub różnego rodzaju zaburzenia i wady.

#### **Jak unikać infekcji?**

**CMV** – myj ręce bardzo często -szczególnie po zmianie pieluszek

- nie jedz z dziećmi tych samych dań i nie korzystaj z napojów i sztućców,
- nie korzystaj z tych samych ręczników i przyborów toaletowych
- nie całuj małych dzieci w usta i policzek- zamiast tego przytul i pocałuj w główkę

**Różyczka** - unikać kontaktu z osobami chorymi

- w przypadku braku szczepienia należy się zaszczepić
- unikać kontaktu ze wszystkimi dziećmi, które miały objawy wysypki

**Toxoplazmoza** - myć ręce przed jedzeniem ,po kontakcie z surowym mięsem, po kontakcie z ziemią

- unikać kotów szczególnie piasku i ziemi które zawierają ich odchody
- myć dokładnie owoce i warzywa oraz jeść dobrze wysmażone lub ugotowane mięso