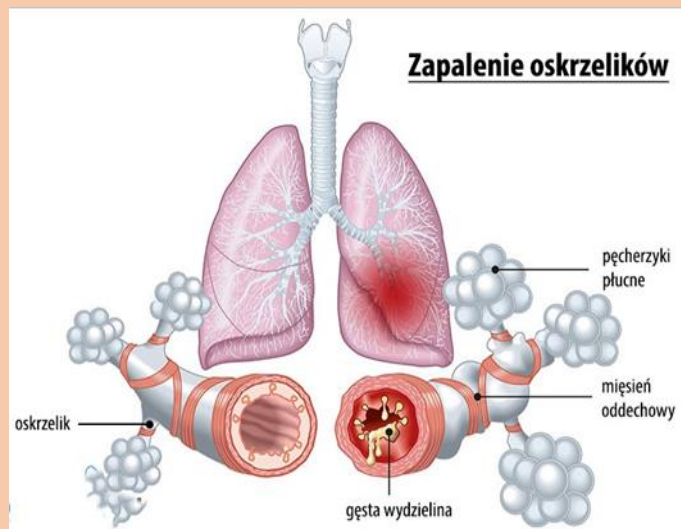
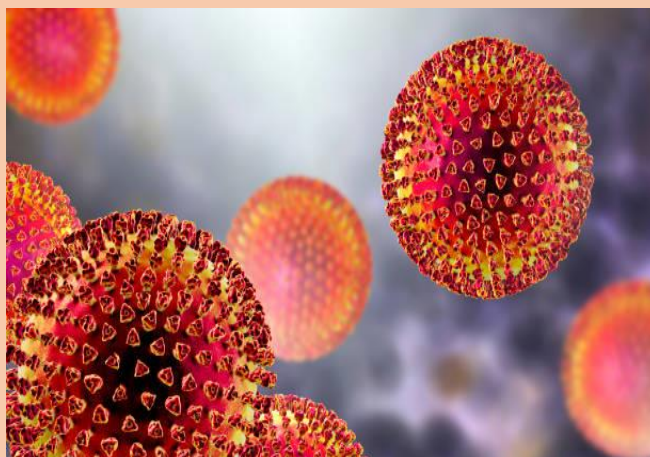


# WIRUS RSV (respiratory syncytial virus) - zapalenie oskrzelików

**Zapalenie oskrzelików** jest ostrą chorobą infekcyjną dolnych dróg oddechowych, która atakuje część płuc zwaną "oskrzelikami". Oskrzeliki są to małe, rozgałęzione rurki, które odpowiadają za przenoszenie powietrza do i z płuc. Kiedy dochodzi do infekcji w ich obrębie, rurki te stają się obrzęknięte i pełne śluzu. Wpływa to na utrudnienie oddychania.



Zapalenie oskrzelików najczęściej wywołane jest zakażeniem wirusowym. W 80% przypadków są to wirusy RS.



Do zakażenia dochodzi **drogą kropelkową**, czyli podczas przebywania z zainfekowaną osobą, która kaszle, kicha lub nawet tylko rozmawia, a także przy korzystaniu ze wspólnych butelek, szklanek lub innych akcesoriów. Źródłem zakażenia jest najczęściej starsze rodzeństwo uczęszczające do przedszkola lub szkoły, rzadziej osoby dorosłe, w tym rodzice i opiekunowie. Zapalenie oskrzelików rozwija się po około **5 dniach** od kontaktu z wirusem.

Zapalenie oskrzelików najczęściej dotyka dzieci w wieku poniżej 2 roku życia.

W ostatnim czasie obserwuje się coraz częściej zachorowania o ciężkim przebiegu u seniorów.



W okresie jesienno-zimowym rozpoznaje się najwięcej przypadków zapalenia oskrzelików. Sezon zachorowań rozpoczyna się w listopadzie lub grudniu, osiąga maksymalne natężenie w styczniu lub lutym i kończy się w marcu, a niekiedy w kwietniu. Chłopcy chorują nieco częściej niż dziewczynki.

# Zapalenie oskrzelików - czynniki ryzyka

U większości dzieci przebieg infekcji jest łagodny i nie ma konieczności hospitalizacji. Tylko w przypadku 1–2% dzieci wymagany jest pobyt w szpitalu, a u niewielkiego odsetka chorych może rozwinąć się **niewydolność oddechowa**.

## Czynniki ryzyka ciężkiego przebiegu zapalenia oskrzelików

- wcześniactwo



- zaburzenia odporności



- uczęszczanie do żłobka



- przewlekłe choroby układu oddechowego



- wiek poniżej 3. miesiąca



- kontakt z rodzeństwem wieku przedszkolnym i szkolnym



- wady serca



- karmienie piersią krótsze niż 2 miesiące



- narażenie na dym tytoniowy.



- choroby neurologiczne



# Zapalenie oskrzelików- objawy

Choroba zazwyczaj przebiega łagodnie, a początkowe objawy zapalenia oskrzelików przypominają zwykłą infekcję dróg oddechowych.

Objawy:

- zatkany nos lub katar,
- umiarkowany kaszel,
- gorączka,
- zmniejszony apetyt.

**Jeżeli objawy występujące u Twojego dziecka budzą Twój niepokój powinieneś udać się z dzieckiem do lekarza POZ.**

Po 2-3 dniach kaszel narasta, przybierając postać mokrą. Dzieje się tak, ponieważ w drogach oddechowych zaczyna tworzyć się gęsta wydzielina. W miarę narastania zapalenia oskrzelików występują następujące objawy:

- Szybszy oddech niż normalnie.
- Wydłużenie przerwy między oddechami – czasami przerwa w oddychaniu może trwać dłużej niż 15 lub 20 sekund.
- Świszczący oddech – jest to świszczący dźwięk podczas oddychania i pojawia się w przypadku zwężenia dróg

oddechowych. Zwykle trwa około 7 dni.

- Ciężki kaszel – kaszel może trwać 14 dni lub dłużej.
- Problemy z jedzeniem i piciem – Inne objawy infekcji mogą spowodować, że dziecko będzie mniej zainteresowane jedzeniem. U niemowląt zatkany nos lub szybki oddech mogą utrudniać karmienie piersią lub picie z butelki.

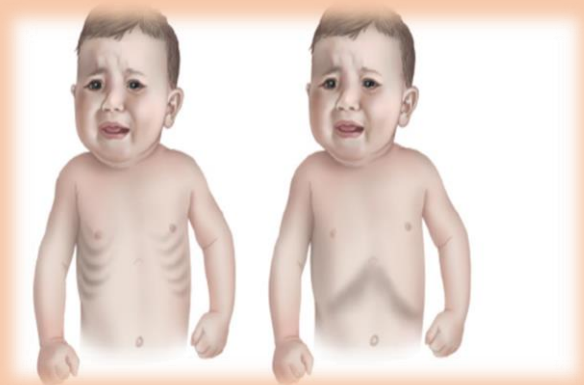
**Wezwij karetkę pogotowia, jeśli Twoje dziecko:**

- Przystaje oddychać, występują bezdechy.
- Ma szary cień wokół ust i nosa, zasinienie paznokci.
- Ma bardzo utrudnione oddychanie.
- Zaczyna chrząkać.
- Jest apatyczne, zmęczone, nie chce jeść ani pić.



**Bezwzględnie skonsultuj się z lekarzem, jeżeli:**

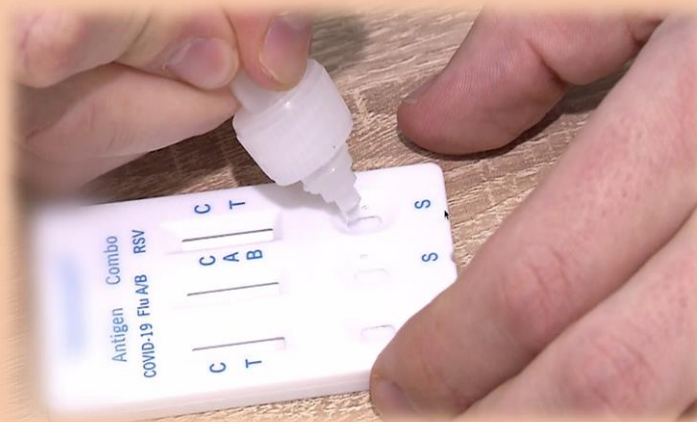
- Mięśnie między żebrami dziecka lub poniżej klatki piersiowej dziecka wyglądają tak, jakby się zapadały.



- Nozdrza Twojego dziecka poszerzają się, gdy bierze oddech.
- Twoje dziecko ma mniej niż 3 miesiące i gorączkę.
- Twoje dziecko jest starsze niż 3 miesiące i ma gorączkę przez ponad 3 dni.
- Twoje dziecko ma mniej mokrych pieluszek niż normalnie (zmniejszona diureza).

## Zapalenie oskrzelików - diagnostyka

Czy Twoje dziecko będzie potrzebowało wykonania testu w kierunku wirusa RSV zdecyduje leczący je lekarz. Zapalenie oskrzelików może on stwierdzić już na podstawie manifestujących chorobę objawów. Czasami jednak może zlecić wykonanie takiego testu w celu ustalenia przyczyny infekcji. Pomoże to określić rodzaj infekcji, czy jest to zakażenie wirusem RSV, wirusem grypy lub koronawirusem (SARS-CoV-2).



1. Badanie antygenowe w kierunku zakażenia RSV można wykonać już w pierwszych dniach od wystąpienia objawów wskazujących na infekcję dróg oddechowych. Objawy zakażenia RSV pojawiają się w ciągu 4 do 6 dni po zakażeniu.
2. Test antygenowy wykonywany jest na podstawie wymazu pobranego z gardła i nosa. Wcześniej należy odpowiednio się przygotować. Próbki do badania nie można pobierać bezpośrednio po posiłku, zaleca się, aby wymaz pobierać na czczo lub zachowywać co najmniej 4-godzinny odstęp między posiłkiem a badaniem.
3. W trakcie przygotowań do wymazu nie należy stosować kropli donosowych ani oczyszczać nosa.
4. Badanie antygeny RSV wykonywane jest na podstawie wymazu pobranego z jamy nosowo-gardłowej. Wykonanie wymazu trwa zaledwie kilka minut. Jest to badanie bezbolesne, chociaż dzieci mogą odczuwać lekki dyskomfort.

# Zapalenie oskrzelików - leczenie

Głównym celem w leczeniu zapalenia oskrzelików jest **ułatwienie dziecku oddychania**. Czasami konieczne jest odessanie śluzu z nosa dziecka lub podanie tlenu do oddychania.

Zapalenie oskrzelików wywoływane jest przez wirusy, lekarz prawdopodobnie **nie zaproponuje do leczenia stosowanie antybiotyku**, ponieważ **nie działają one na wirusy**. W związku z tym **nie powinniśmy wywierać wpływu na lekarza**, żeby zlecił antybiotyki.

## U małych dzieci należy zadbać o:

1. **Prawidłowe nawodnienie** – do odwodnienia mogą przyczynić się: przyspieszony oddech, produkcja wydzieliny, gorączka i zmniejszone łaknienie. Dlatego też pokój dziecka powinien mieć odpowiedni mikroklimat (nie za wysoka temperatura otoczenia, dobre nawilżenie). Należy dziecku podawać systematycznie płyny. Jeśli dziecko nie chce przyjmować pokarmu lub płynów, może wymagać hospitalizacji.



2. **Leki przeciwkaszlowe** – generalnie nie są rekomendowane, ponieważ uważa się, że kaszel pełni funkcję obronną a infekcja ma charakter samoograniczający się. Krótkotrwale można je stosować, jeśli kaszel utrudnia sen, karmienie, czy jest mocno wyczerpujący.

3. **Leki wykrztuśne** – podanie leków pobudzających wydzielanie wodnistego śluzu (np. ambroksolu lub wyciągu z bluszczu), jest czasami uzasadnione w drugiej fazie infekcji, gdy dominujący jest kaszel produktywny. Wskazania do stosowania ustala lekarz. W niektórych sytuacjach lekarz może zalecić inhalacje z 3% NaCl.



## Zapalenie oskrzelików - co można zrobić samodzielnie, aby pomóc dziecku by poczuło się lepiej!

- Upewnij się, że Twoje dziecko otrzymuje wystarczającą ilość płynów. Zadzwoń do lekarza lub pielęgniarki, jeśli Twoje dziecko ma mniej mokrych pieluch niż zwykle.
- Użyj nawilżacza w pokoju, w którym śpi Twoje dziecko.
- Jeśli Twoje dziecko czuje się niekomfortowo z powodu gorączki, możesz podać mu leki dostępne bez recepty, takie jak paracetamol lub ibuprofen. Przeczytaj uważnie instrukcję. **Nigdy nie podawaj aspiryny dziecku poniżej 18 roku życia.**



- Usuń śluz z nosa dziecka za pomocą gruszki ssącej.
- Jeśli Twoje dziecko ma więcej niż 1 rok, podawaj mu ciepłe, klarowne płyny, aby ukoić gardło i pomóc rozluźnić śluz.
- Oprzyj głowę dziecka na poduszkach, jeśli ma więcej niż 1 rok. **(Nie używaj poduszek dla dziecka poniżej 1 roku.)**
- Śpij w tym samym pokoju co Twoje dziecko, żeby monitorować dziecko i interweniować, gdyby pojawiły się problemy z oddychaniem.
- Nie pal ani nie pozwalaj nikomu innemu palić w pobliżu Twojego dziecka.

**Jeśli objawy u dziecka się nasilą, skontaktuj się z lekarzem lub pielęgniarką w celu uzyskania porady.**

# Zapalenie oskrzelików - jak zapobiegać zachorowaniu (profilaktyka)

Od 2008 roku w Polsce dostępny jest program lekowy (paliwizumab), który zabezpiecza przed wirusem RS wybrane grupy dzieci - wcześniaki i dzieci z dysplazją oskrzelowo-płucną, a od września 2023 roku również dzieci z wrodzonymi wadami serca.



## Rozprzestrzenianiu się infekcji można zapobiec poprzez:

- Częste mycie swoich rąk i dziecka wodą z mydłem lub używanie środka do dezynfekcji rąk na bazie alkoholu.
- Nauczenie swojego dziecka zakrywania ust, gdy kaszle lub nauczyć kaszlu w łokieć.
- Nie korzystanie ze szklanek, kubków ani sztućców innych osób.
- Czyszczenie rzeczy, które są często dotykane, takie jak blaty, zlewy, krany, klamki, telefony, piloty i włączniki światła.

- Zachowanie dystansu od ludzi, którzy są chorzy. Unikanie skupisk ludzi.
- Poddawanie dzieci szczepieniom zgodnie z kalendarzem szczepień oraz stosowanie innych zalecanych szczepień, w celu zwiększenia ogólnej odporności organizmu, a przez to zmniejszenie ryzyka hospitalizacji.



Opracowanie: mgr płg. Ewa Wyłuda