

# Odra: arkusz informacyjny

## Czym jest odra?

Odra jest chorobą zakaźną wywołaną przez wirusa, która bardzo łatwo się rozprzestrzenia wśród ludzi. Po pojawieniu się objawów stan osoby chorej może szybko się pogorszyć. Można się nią zarazić niezależnie od wieku, ale często zarażają się nią małe dzieci.

## Jak można zarazić się odrą?

Odrą można zarazić się przez bliski kontakt z osobą już zarażoną wirusem odry. Może do tego dojść drogą kropelkową, czyli poprzez znajdujące się w powietrzu kropelki powstałe podczas kichania czy kaszlenia osoby chorej, lub drogą dotykową, czyli poprzez dotykanie powierzchni, na które ktoś chory kichnął lub kaszlnął. Odra rozprzestrzenia się bardzo łatwo w gospodarstwach domowych i innych miejscach, gdzie osoby mają ze sobą bliski kontakt.

Przyjęcie dwóch dawek szczepionki przeciwko odrze, śwince i różyczce (MMR) to najlepszy sposób ochrony przed zakażeniem odrą; jeśli ktoś chorował już na odrę w przeszłości zapewnia mu to również ochronę.

Osoba chora może zarażać wirusem odry przez 4 dni przed pojawieniem się u niej wysypki. Po pojawieniu się wysypki osoba chora nadal może zarażać wirusem odry przez kolejne 4 dni.

## Objawy odry

Objawy odry pojawiają się zazwyczaj na 10 do 12 dni od chwili zarażenia się. Sporadycznie do chwili pojawienia się objawów może minąć nawet do 21 dni.

Początkowe objawy odry przypominają objawy przeziębienia. Pierwsze objawy odry obejmują:

- wysoką gorączkę
- katar lub zatkany nos
- kichanie
- kaszel
- zaczerwienione, bolesne, załzawione oczy

Kilka dni później na błonie śluzowej po wewnętrznej stronie policzków oraz po wewnętrznej stronie ust mogą pojawić się białe plamki. Zazwyczaj utrzymują się przez kilka dni.

2 do 4 dni po pojawieniu się objawów przypominających przeziębienie pojawia się wysypka, najpierw na twarzy i za uszami, a potem obejmuje ona całe ciało.

Wysypka przybiera czasem formę grudek. Mogą się one zlewać ze sobą, tworząc plamistą wysypkę. Zazwyczaj nie pojawia się swędzenie.

Na białej skórze wysypka ma kolor brunatny lub czerwony. Trudniej może być ją zauważyć na skórze o ciemniejszym kolorze.

## Jak poważną chorobą jest odra?

Okolo 1 na 15 osób chorujących na odrę ma ciężki przebieg choroby. Małe dzieci, osoby w ciąży i osoby o osłabionej odporności należą do grupy chorych, u których choroba może powodować powikłania.

Poważne powikłania obejmują:

- infekcje uszu
- zapalenie płuc
- biegunkę
- odwodnienie
- drgawki (rzadziej)

Zakażenie się odrą w ciąży może prowadzić do poronienia lub przedwczesnego porodu.

## Zapobieganie odrze

Przyjęcie szczepionki przeciwko odrze, śwince i różyczce (MMR) to najlepszy sposób zapobiegania zakażeniu odrą.

Zazwyczaj szczepionkę podaje się dzieciom w dwóch dawkach. Pierwsza dawka podawana jest dzieciom 12-miesięcznym. Druga dawka jest podawana, gdy dziecko ma 3 lata i 4 miesiące.

Jeżeli podejrzewa się, że dziecko miało bliski kontakt z osobą chorą na odrę, lekarz może czasem zalecić wcześniejsze niż harmonogramowe podanie dawek szczepionki MMR. Jeżeli dawka jest podawana dziecku poniżej 12 miesiąca życia, wówczas standardowe 2 dawki MMR nadal muszą zostać podane zgodnie z normalnym harmonogramem (minimum 1 miesiąc przerwy między dawkami).

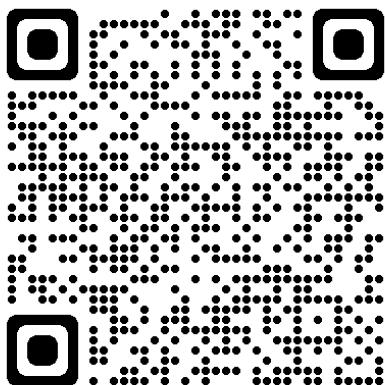
Jeżeli osoba nie otrzymała dawki szczepionki lub nie ma pewności, czy otrzymała szczepionkę, można ją podać w każdym wieku. Rodzice i opiekunowie mogą sprawdzić książeczkę zdrowia dziecka (czerwoną książeczkę), aby ustalić podane szczepienia.

Osoby w ciąży i osoby z niedoborami odporności nie powinny przyjmować szczepionki. Jeżeli istnieje podejrzenie, że miały kontakt z osobą chorą na odrę, powinny skonsultować się z lekarzem rodzinnym lub położną, aby uzyskać poradę.

Więcej informacji na temat szczepionki MMR na stronie:

<http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/mmr-vaccine>

lub skanując poniższy kod QR:



### **Unikanie kontaktu z innymi, gdy jest się chorym na odrę**

Osoba chora może zarażać wirusem odrę przez 4 dni przed pojawieniem się u niej wysypki. Po pojawieniu się wysypki osoba chora nadal może zarażać wirusem odrę przez kolejne 4 dni.

Jeżeli pracownik służby zdrowia poinformował, że dziecko lub dorosły może chorować na odrę, osoby te nie powinny uczęszczać do placówki edukacyjnej, placówki opieki nad dziećmi czy miejsca pracy co najmniej przez 4 dni od chwili pojawienia się wysypki. Po upływie tych 4 dni można wrócić do normalnych czynności, jeśli osoba czuje się dobrze i nie ma gorączki.

### **Jak leczy się osoby chore na odrę?**

Objawy odrę zazwyczaj ulegają poprawie w ciągu około tygodnia.

Odpoczynek i przyjmowanie dużej ilości płynów, np. wody, aby uniknąć odwodnienia, są pomocne.

Odra może czasem powodować inne choroby. Aby je leczyć, podane mogą zostać antybiotyki.

Jeżeli pracownik służby zdrowia poinformował, że dorosły może być chory na odrę lub uważa, że u dziecka lub dorosłego mogło dojść do powikłań wynikających z odrę, należy skontaktować się z lekarzem rodzinnym.

### **Więcej informacji na temat odrę na stronie:**

<http://www.nhs.uk/conditions/measles>

lub skanując poniższy kod QR:

