



INFEKCIJSKA MONONUKLEOZA

Zalika Klemenc-Ketiš

1. *Kako pogosta je infekcijska mononukleozna?*

Je zelo pogosta in prizadene otroke ter odrasle, bolj pogosta pa je med otroki in najstniki. V severni Evropi ima polovica otrok, starih manj kot 5 let, in skoraj vsi odrasli, v krvi protitelesa proti povzročitelju, kar je znak zgodnejše okužbe ali poprejšnje izpostavljenosti povzročitelju.

2. *Kaj povzroča nastanek infekcijske mononukleoze?*

Povzročajo virus Epstein-Barr (EBV) iz družine herpesvirusov, ki se nahaja v slini, v manjši meri pa se prenaša tudi po zraku. Najstniki in mlajši odrasli se najpogosteje okužijo s poljubljanjem in drugimi intimnimi stiki z okuženo osebo.

3. *Kako se infekcijska mononukleozna kaže?*

Okužba pri večini otrok, mlajših od 5 let ne povzroča težav, ali pa se kaže le z blago povišano telesno temperaturo. Pri starejših bolnikih se bolezen kaže s slabim počutjem, z visoko vročino, z bolečinami v žrelu in s povečanimi bezgavkami. Pri nekaterih bolnikih se lahko povečata tudi vranica in jetra, pri čemer se pojavita zlatenica in otekanje okoli oči. Pri približno polovici bolnikov se pojavi tudi izpuščaj z majhnimi rdečkastimi pegami.

4. *Kako postavimo diagnozo?*

Zdravnik posumi na infekcijsko mononukleozo na osnovi znakov bolezni. Lahko vas bo napotil tudi na krvne preiskave in uporabil hitri test za dokaz prisotnosti virusa.

5. *Kako poteka zdravljenje?*

Večina bolnikov posebnega zdravljenja ne potrebuje, zadošča le počitek. Proti vročini ali bolečinam lahko bolnik vzame običajna zdravila. Antibiotiki v večini primerov niso potrebni. Pri manjšem odstotku bolnikov je zaradi zapletov potrebno zdravljenje v bolnišnici.

6. *Kako bolezen poteka?*

Čas od okužbe do izbruha bolezni je 7-50 dni. Bolezen večinoma traja 2 tedna in se pozdravi sama od sebe. Včasih lahko zvišana telesna temperatura traja tudi od 4-6 tednov, utrujenost pa celo še več tednov ali mesecev.



7. Kako poteka spremljanje bolnika z infekcijsko mononukleozo?

Zdravnik vas bo naročil na kontrolo čez 3-5 dni. Pozoren bo predvsem na znake zapletov bolezni. V ta namen vas bo po potrebi napotil na kontrolne preglede krvi.

8. Kako si lahko pri infekcijski mononukleози pomagata sami?

Najpomembnejši ukrep je počitek. Za blažitev povišane telesne temperature in bolečin lahko vzamete običajna zdravila.

9. Kako infekcijska mononukleosa vpliva na vaše življenje?

Potreben bo minimalno 1-2 tedenski bolniški dopust. Odsvetuje se dvigovanje težkih bremen in športna dejavnost. Izolacija ni potrebna. 6 mesecev po okužbi se odsvetuje darovanje krvi. Včasih lahko zvišana telesna temperatura traja tudi od 4-6 tednov, utrujenost pa celo še več tednov ali mesecev.

10. Ali in kako lahko nastanek infekcijske mononukleoze preprečite?

Bolezni se tudi z izogibanjem stikov z obolelim bolnikom ne moremo popolnoma izogniti, saj so tudi ljudje, ki ne kažejo znakov bolezni, lahko njeni prenašalci. V postopku proučevanja pa je tudi cepivo proti virusu EBV.