RSV: Όταν είναι κάτι περισσότερο από ένα απλό κρυολόγημα

Από: Mary Caserta, MD, FAAP & Andrea Jones, MD, FAAP



Σχεδόν όλα τα παιδιά μολύνονται με τον αναπνευστικό συγκυτιακό ιό (RSV) τουλάχιστον μία φορά πριν γίνουν 2 ετών. Για τα περισσότερα υγιή παιδιά, ο RSV είναι σαν κρυολόγημα. Αλλά ορισμένα παιδιά αρρωσταίνουν σοβαρά με τον RSV.

Εάν είστε γονέας ενός μωρού ή ενός μικρού παιδιού, μπορεί να έχετε ερωτήσεις σχετικά με τον ιό RSV και τους **νεότερους τρόπους** πρόληψης σοβαρών ασθενειών. Διαβάστε παρακάτω για να μάθετε περισσότερα.

Τι είναι ο RSV;

Ο ιός RSV είναι ένας από τους πολλούς ιούς που προκαλούν αναπνευστικές ασθένειες. Μεταδίδεται όπως ο ιός του κρυολογήματος από άτομο σε άτομο. Εισέρχεται στο σώμα μέσω της μύτης ή των ματιών, συνήθως από επαφή με μολυσμένο σάλιο, βλέννα ή ρινικές εκκρίσεις.

Αυτές οι λοιμώξεις εμφανίζονται συνήθως στα τέλη του φθινοπώρου έως τις αρχές της άνοιξης. Ο χρόνος εμφάνισης μπορεί να διαφέρει σε ορισμένα μέρη της χώρας.

Ο ιός RSV είναι η πιο συχνή αιτία νοσηλείας σε παιδιά κάτω του 1 έτους. Δύο έως τρία στα 100 βρέφη στις ΗΠΑ με λοίμωξη από RSV μπορεί να χρειαστούν νοσηλεία . Αυτά τα μωρά μπορεί να χρειάζονται οξυγόνο για να βοηθήσουν στην αναπνοή ή (ενδοφλέβια) ενδοφλέβια υγρά εάν δεν τρώνε ή δεν πίνουν. Πολλά από αυτά τα παιδιά βελτιώνονται και μπορούν να πάνε σπίτι μετά από λίγες ημέρες.

Οι νεότεροι τρόποι προστασίας των μωρών από τον RSV

Πλέον, υπάρχουν εμβολιασμοί για την προστασία των μωρών από σοβαρές ασθένειες κατά τη διάρκεια της περιόδου του RSV. Μπορείτε να επιλέξετε τον εμβολιασμό κατά του RSV κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης ή το μωρό σας μπορεί να εμβολιαστεί μετά τη γέννησή του. Τα περισσότερα βρέφη πιθανότατα θα χρειαστούν προστασία μόνο από το εμβόλιο RSV της μητέρας ή από τον εμβολιασμό του βρέφους, αλλά όχι και από τα δύο.

Εμβόλιο RSV κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης

Οι έγκυες μπορούν να λάβουν το εμβόλιο RSV της μητέρας (Abrysvo) από την 32η έως την 36η εβδομάδα της εγκυμοσύνης, εάν το μωρό τους γεννηθεί κατά τη διάρκεια της περιόδου RSV. Το εμβόλιο χορηγείται από τον Σεπτέμβριο έως τον Ιανουάριο και μειώνει τον κίνδυνο νοσηλείας λόγω RSV για τα μωρά κατά 57% τους πρώτους έξι μήνες μετά τη γέννηση.

Το εμβόλιο RSV για εγκύους χορηγείται μόνο μία φορά. Εάν λάβατε το εμβόλιο RSV κατά τη διάρκεια οποιασδήποτε εγκυμοσύνης, δεν πρέπει να λάβετε άλλη δόση εάν είστε ξανά έγκυος. Τα μωρά που γεννιούνται από μεταγενέστερες εγκυμοσύνες πρέπει να λάβουν τον εμβολιασμό για μωρά. Δείτε παρακάτω για πληροφορίες σχετικά με τον εμβολιασμό των βρεφών.

Εμβολιασμός με RSV για βρέφη

Η ανοσοποίηση κατά του RSV μπορεί να χορηγηθεί ως εφάπαξ ένεση κατά τη διάρκεια ή λίγο πριν από την περίοδο του RSV. Δύο προϊόντα έχουν εγκριθεί για την προστασία των μωρών από σοβαρή νόσο RSV.

Τα μωρά μπορούν να λάβουν έναν από αυτούς τους εμβολιασμούς στο νοσοκομείο κατά τη γέννησή τους ή κατά την πρώτη τους επίσκεψη στον έλεγχο. Εάν το μωρό σας γεννήθηκε πριν από την περίοδο του RSV και είναι μικρότερο από 8 μηνών, θα πρέπει να λάβει τον εμβολιασμό κατά του RSV. Συνιστάται επίσης για ορισμένα παιδιά ηλικίας 8 έως 19 μηνών που διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο σοβαρής νόσου RSV και εισέρχονται στη δεύτερη περίοδο του RSV.

Οι εμβολιασμοί για βρέφη έχουν αποδειχθεί ότι είναι περίπου 80-90% αποτελεσματικοί στην πρόληψη της νοσηλείας βρεφών με RSV. Αυτοί οι εμβολιασμοί λειτουργούν λίγο διαφορετικά από ένα παραδοσιακό εμβόλιο. Παρέχουν προληπτικά αντισώματα που αρχίζουν να λειτουργούν για να προστατεύσουν τα μωρά αμέσως. Η προστασία διαρκεί καθ' όλη τη διάρκεια μιας τυπικής περιόδου RSV.

Συμπτώματα RSV σε βρέφη

Συνήθως, ο ιός RSV προκαλεί συμπτώματα κρυολογήματος. Αυτά τα συμπτώματα μπορεί να ακολουθούνται από βρογχιολίτιδα ή πνευμονία. Πρόκειται για λοιμώξεις των κατώτερων αεραγωγών στο στήθος ή στους πνεύμονες. **Τα συμπτώματα του RSV είναι συνήθως στο χειρότερο σημείο τους την 3η έως την 5η ημέρα της ασθένειας.** Τα συμπτώματα διαρκούν γενικά κατά μέσο όρο 7-14 ημέρες.

Κρυολόγημα: Λοίμωξη του ανώτερου αναπνευστικού συστήματος	Βρογχιολίτιδα: Λοίμωξη του κατώτερου αναπνευστικού συστήματος
Τα συμπτώματα του κρυολογήματος μπορεί να περιλαμβάνουν: • Πυρετός (θερμοκρασία 100,4 ή υψηλότερη) • Βήχας (με ξηρό ή υγρό ήχο) • Συμφόρηση • Ρ άτακτη μύτη • Φτέρνισμα • Σχολαστικότητα • Κακή διατροφή • Βραχνή κραυγή ή φωνή	Μπορεί να περιλαμβάνει **συμπτώματα κρυολογήματος , καθώς και:** • Γρήγορη αναπνοή • Διεύρυνση των ρουθουνιών και κούνημα του κεφαλιού με την αναπνοή • Ρυθμικό γρύλισμα κατά την αναπνοή • Αναπνοή με την κοιλιά, τράβηγμα ανάμεσα στα πλευρά ή/και στο κάτω μέρος του λαιμού *(δείτε το βίντεο παρακάτω)* • Συριγμός

Πόσο δύσκολα αναπνέει το μωρό σας; Τι να προσέξετε

Παρακολουθήστε το θώρακα του παιδιού σας καθώς εισπνέει. Αν το δείτε να «υποχωρεί» και να σχηματίζει ένα ανάποδο σχήμα «V» κάτω από τον λαιμό, τότε προσπαθεί σκληρά να αναπνεύσει.

Αυτές ονομάζονται «συστολές του θωρακικού τοιχώματος» και συμβαίνουν όταν ένα μωρό πρέπει να χρησιμοποιήσει μύες ανάμεσα στα πλευρά ή στον αυχένα για να αναπνεύσει. Είναι ένα σημάδι ότι το μωρό σας πρέπει να εργαστεί σκληρότερα από το κανονικό για να αναπνεύσει.

Καλέστε αμέσως τον παιδίατρό σας εάν το παιδί σας έχει:

- Συμπτώματα βρογχιολίτιδας *(αναφέρονται παραπάνω)*
- Συμπτώματα αφυδάτωσης (λιγότερη από 1 βρεγμένη πάνα κάθε 8 ώρες)
- Παύσεις ή δυσκολία στην αναπνοή
- Χλωμό, γκρι ή μπλε χρώμα δέρματος, χειλιών ή νυχιών, ανάλογα με τον τόνο του δέρματος
- Σημαντικά λιγότερη δραστηριότητα και εγρήγορση

Μερικά παιδιά με RSV μπορεί να είναι πιο πιθανό να εμφανίσουν βακτηριακή λοίμωξη, όπως ωτίτιδα. Καλέστε το γιατρό σας εάν το παιδί σας έχει:

- Συμπτώματα που επιδεινώνονται ή δεν αρχίζουν να βελτιώνονται μετά από 7 ημέρες
- Πυρετό (με θερμοκρασία ορθού 100,4°F ή υψηλότερη) και είναι ηλικίας κάτω των 3 μηνών (12 εβδομάδων) .
- Ένας πυρετός που ανεβαίνει πάνω από 104°F επανειλημμένα σε ένα παιδί οποιασδήποτε ηλικίας.
- Κακή υπνική κατάσταση ή ανησυχία, πόνος στο στήθος, τράβηγμα ή έκκριση υγρών από τα αυτιά

Οι παιδίατροι διαγιγνώσκουν τα παιδιά με κρυολόγημα ή βρογχιολίτιδα κάνοντας μια κλινική εξέταση και ελέγχοντας τον κορεσμό οξυγόνου.

Ο παιδίατρος μπορεί να κάνει μια ρινική εξέταση με στυλεό για να διαπιστώσει εάν το παιδί σας έχει RSV ή άλλο ιό. Μπορεί επίσης να γίνει ακτινογραφία θώρακος για να ελεγχθεί η πνευμονική λοίμωξη.

Πώς να βοηθήσετε το παιδί σας με ήπιο RSV να νιώσει καλύτερα

Δεν υπάρχει συγκεκριμένη θεραπεία για τον RSV και τα φάρμακα, όπως τα στεροειδή και τα αντιβιοτικά, δεν βοηθούν με τον RSV.

Για να βοηθήσετε το παιδί σας να νιώσει πιο άνετα, ξεκινήστε κάνοντας ό,τι θα κάνατε για οποιοδήποτε άσχημο κρυολόγημα :

- **Ρινικός φυσιολογικός ορός με απαλή αναρρόφηση** για ευκολότερη αναπνοή και σίτιση
- **Υγραντήρας ψυχρής ομίχλης** για να βοηθήσει στη διάσπαση της βλέννας και να επιτρέψει ευκολότερη αναπνοή
- **Υγρά και συχνά γεύματα**
    - Βεβαιωθείτε ότι το παιδί σας παραμένει ενυδατωμένο
    - Τα βρέφη με κοινό κρυολόγημα μπορεί να τρέφονται πιο αργά. Μπορεί να μην έχουν όρεξη για φαγητό επειδή δυσκολεύονται να αναπνεύσουν.

    - Η συμπλήρωση με νερό ή φόρμουλα δεν είναι απαραίτητη για τα θηλάζοντα μωρά.
    - Εάν είναι δύσκολο να θηλάσετε το μωρό, η άντληση μητρικού γάλακτος σε κύπελλο ή μπιμπερό μπορεί να είναι μια επιλογή.
    - Προσπαθήστε να ρουφήξετε τη μύτη του μωρού πριν προσπαθήσετε να θηλάσετε ή να ταΐσετε με μπιμπερό
- **Ακεταμινοφαίνη ή ιβουπροφαίνη** (εάν είναι άνω των 6 μηνών) για να βοηθήσει με τον χαμηλό πυρετό. Αποφεύγετε πάντα την ασπιρίνη και τα φάρμακα για το βήχα και το κρυολόγημα .

Λάβετε υπόψη ότι τα παιδιά και οι ενήλικες μπορούν να μολυνθούν από τον RSV πολλές φορές—ακόμα και κατά τη διάρκεια μιας μόνο περιόδου. Συχνά, ωστόσο, οι επαναλαμβανόμενες λοιμώξεις είναι λιγότερο σοβαρές από την πρώτη.

Άλλοι τρόποι για να βοηθήσετε στην πρόληψη του RSV

- **Μείνετε ενημερωμένοι για τα εμβόλια**
    - Κρατήστε τα παιδιά σας ενήμερα για τα εμβόλιά τους
    - Κάντε όλα τα μέλη της οικογένειας τα ετήσια εμβόλια γρίπης και COVID.
    - Οι ενήλικες άνω των 60 ετών μπορούν να κάνουν το εμβόλιο κατά του RSV .
    - Ο εμβολιασμός με Tdap —για την προστασία από τον κοκκύτη— είναι ιδιαίτερα σημαντικός για τις έγκυες κατά τη διάρκεια κάθε εγκυμοσύνης και για τα μέλη του νοικοκυριού και τους φροντιστές που βρίσκονται κοντά σε βρέφη.
- **Περιορίστε την έκθεση του μωρού σας** σε πλήθη, άλλα παιδιά και σε οποιονδήποτε έχει κρυολογήματα. Κρατήστε τα παιδιά στο σπίτι, μακριά από το σχολείο ή τον παιδικό σταθμό όταν είναι άρρωστα και μάθετε τα να καλύπτουν το βήχα και το φτέρνισμά τους.
- **Πλύνετε τα χέρια σας .** Όπως ακριβώς θα κάνατε για να αποτρέψετε τα μικρόβια οποιαδήποτε στιγμή, χρησιμοποιήστε σαπούνι και νερό και τρίψτε τα για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα. Υπενθυμίστε στα παιδιά να εφαρμόζουν καλή υγιεινή των χεριών όλο το χρόνο.
- **Απολυμάνετε τακτικά αντικείμενα και επιφάνειες στο σπίτι σας και αποφύγετε την έκθεση του** παιδιού σας σε καπνό από καπνό ή άλλες ουσίες.
- **Ταΐστε το μωρό σας με μητρικό γάλα.** Περιέχει μοναδικά αντισώματα για την πρόληψη και την καταπολέμηση λοιμώξεων.

Η ιατρική εξελίσσεται συνεχώς! Οι ερευνητές συνεχίζουν να διερευνούν νέες επιλογές για την πρόληψη και τη θεραπεία του RSV. Μη διστάσετε να μιλήσετε με τον παιδίατρο του παιδιού σας σχετικά με τους καλύτερους τρόπους για να διατηρήσετε το παιδί σας υγιές.