

## Kuidas vältida nakatumist linnugrippi?

WHO andmeil on 2003. a lõpust kuni 2006. a 13. veebruarini registreeritud 7 riigis 169 linnugripijuhtu inimestel, neist 19 on lõppenud surmaga. Euroopas ei ole inimeste haigestumist linnugrippi seni registreeritud. Küll on mitmes Euroopa riigis viimase 2 kuu jooksul isoleeritud linnugrippi põhjustavat H5N1 viirust surnud veelindudel. WHO soovitusel kavandatakse kõigis Euroopa riikides meetmeid inimeste linnugrippi haigestumise vältimiseks ja pandeemia ärahoidmiseks. Nii ka Eestis.

Avaldame Eesti Tervisekaitseinspeksiooni juhendi tervishoiutöötajatele juhiks, kui nad käsitlevad linnugripihaigeid. Lisainfot leiab Tervisekaitseinspeksiooni koduleheküljelt [www.tervisekaitse.ee](http://www.tervisekaitse.ee).

### Nakkusohutussoovitused linnugripile eksponeeritud tervishoiutöötajatele

Väga patogeenisele linnugripile peetakse eksponeerituks neid tervishoiutöötajaid, kes puutusid kokku linnugripiviirusega, linnugripihaigega, tema eritistega või haige eritistega saastunud pindadega.

- Võimalikult kiiresti vaksineerida riskirühma tervishoiutöötajad hooajal kasutatava sesoonse gripivaktsiiniga (antikehad tekivad 2–4 nädala pärast). Need antikehad ei kaitse linnugripiviiruse eest, kuid väldivad seda, et inimese organismis vahetaksid geene tavaline A-gripiviirus ja sinna sattunud linnugripiviirus, mille tulemusena võib moodustuda pandeemilise gripiviiruse uus alltüüp.
- Pärast kokkupuudet või potentsiaalset kontakti gripihaigega, kellel on kinnitatud linnugripi viirusnakkus, alustada võimalikult kiiresti, hiljemalt 48 tunni möödumisel viirusevastast raviprofülaktilikat soovitatavalt oseltamiviiriga 75 mg üks kord päevas vähemalt seitsme päeva jooksul. Näidustusel tarvitada kuni kuue nädala jooksul.
- Enesekontrolli korras mõõta kehatemperatuuri paar korda päevas ja jälgida gripi haigusnähtude,

eeskätt kõrge palaviku ja kõha ilmumist. Nende haigusnähtude ilmumisel mitte minna tööle, eraldada end pereliikmetest/kaastöötajatest eraldi ruumi ning teavitada tööandjat enda võimalikust nakatumisest linnugripiviirusega ja oma lähikontaktsetest isikutest ning kaastöötajatest.

### Nakkusohutussoovitused tervishoiutöötajatele, kes ei puutu vahetult kokku haigega

- Vältige linnufarmide, -kasvatuste, -tapamajade jm kohtade külastamist, kus võiksite linnugripiga kokku puutuda.
- Juhul kui teadmatult külastasite linnugripikahtlusega farmi jm kohti või puutusite kokku haige/surnud kodu- või veelindudega, peske hoolikalt käsi ning kontrollige oma kehatemperatuuri seitsme päeva jooksul; palaviku >38 °C tekkimisel pöörduge kohe arsti poole viirusevastase raviprofülaktilika alustamise eesmärgil.
- Juhul kui puutusite kokku linnugripikahtlase kodu- või metslinnuga või nende väljahaitega, kontrollige oma terviseseisundit seitsme päeva jooksul ning gripinähtude ilmumisel pöörduge kohe arsti poole.

### Nakkustõrjesoovitused linnugrippi surnud haige käsitlejatele

- Järgida nakkustõrje standardmeetmeid.
- Juhul kui haige suri nakkusohutlikus perioodis (täiskasvanul 7 päeva ja kuni 12aastasel lapsel 21 päeva pärast haigestumist), peab surnu käsitleja kandma individuaalseid kaitsevahendeid.
- Transportimiseks tuleb koolnu paigutada nakkusohutusse mittelekkivasse koolnukotti.
- Koolnu tuleb pärast surma viia lahangule võimalikult kiiresti.
- Juhul kui omaksed soovivad surnuga hüvasti jätta ja surm leidis aset nakkusohutlikus perioodis, peavad omaksed kandma individuaalseid kaitsevahendeid või vähemalt kiltilt ja kindaid.

### **Nakkusohutussoovitused lahanguarstile**

- *Post mortem* uuringut tuleb teha nakkusohutusnõudeid (kasutada individuaalseid kaitsevahendeid: efektiivset respiraatorit, kitlit/kombinesooni, näokatet/prille, kindaid, põlle) täites juhul, kui linnugripihaige suri nakkusohutlikus perioodis, sest kopsukude võib sel juhul sisaldada gripiviirusi.
- Vältida elektrisae kasutamist.
- Juhul kui on aerosooli eraldumise oht kopsukoest, avada kopsud vee all.
- Vältida pritsmete teket kopsude avamisel.
- Teavitada matusebürood, et tegemist on linnugripi surnud haigega.
- Koolnule on hügieeniprotseduure soovitatav teha näokatet/prille, kitlit ja kindaid kandes.

### **Üldised nakkustõrjesoovitused linnugripi haige kontaktsetele isikutele**

- Tervishoiuteenuse osutaja märgib üles ja edastab tervisekaitseametnikele gripihaige või haiguskahtlase isiku nime ja kontaktandmed.
- Haigega kokku puutunud isik täidab nakkustõrje standardmeetmeid.
- Haigega kontaktne isik jälgib tervishoiuteenuse osutaja juhendite kohaselt oma terviseseisundit (haigusnähtude võimalikku ilmumist) kuni 7 päeva jooksul pärast kokkupuudet gripihaigega/haiguskahtlase isikuga ning teavitab kohe perearsti nende nähtude ilmumisest.
- Kontaktne isik, kellel on tekkinud haigusnäht, peaks kandma tervete inimestega suhtlemisel kaitsemaski.
- Kontaktne isik, kellel on tekkinud haigusnäht, peaks kandma tervisekeskuse/haigla ooteruumis ja arsti vastuvõturuumis kaitsemaski.
- Kontaktsel isikul, kellel on tekkinud haigusnäht, ei ole soovitatav
  - a) minna tööle, kooli või mujale kollektiivi ning külla;
  - b) minna tervisekeskusesse, vaid arst tuleks koju kutsuda;
  - c) kasutada ühistranspordivahendit,
  - d) mitte sõita nendesse piirkondadesse, kus gripp ei ole levinud.
- Kontaktsel isikul, kellel on tekkinud haigusnäht,

tuleb alustada 24–48 tunni jooksul gripiviirusevastast ravi.

### **Nakkusohutussoovitused haiget küllastanud isikutele**

- Hoiduda küllastamast haiget, kellel on diagnoositud väga patogeenset linnugripi nakkusohutliku perioodi jooksul – täiskasvanut 7 päeva ja kuni 12 aasta vanust last 21 päeva jooksul.
- Juhul kui siiski küllastate kinnitatud linnugripihaige noosiga või selle kahtlusega haiget, järgige tervishoiutõõtjate nakkustõrjesoovitusi: kandke kaitsemaski/respiraatorit, kitlit, näokatet/prille ja kindaid.
- Pärast haigepalati/isolaatorist väljumist võtke ära eelnimetatud individuaalsed kaitsevahendid ja peske hoolikalt käsi.
- Juhul kui puutusite kokku väga patogeenset linnugripi põdeva haigega nakkusohutliku perioodi jooksul, jälgige oma terviseseisundit 7 päeva jooksul. Juhul kui tekivad gripinäht ja kõrge palavik, pöörduge kohe arsti poole viirusevastase raviprofülaktila alustamise eesmärgil.

### **Nakkusohutussoovitused linnugripihaige lähikontaktsetele/pereliikmetele**

- Hoiduge kokkupuutest haigega nakkusohutliku perioodi jooksul (täiskasvanud haige 7 päeva, kuni 12aastane haige laps 21 päeva alates haigestumise algusest).
- Juhul kui peate vältimatult linnugripihaigega kokku puutuma või teda hooldama, kandke maski/respiraatorit, kitlit, kaitseprille ja kindaid.
- Pärast haigeruumist väljumist võtke ära individuaalsed kaitsevahendid ja peske hoolikalt käsi.
- Juhul kui puutusite kokku haigega nakkusohutliku perioodi jooksul, jälgige oma terviseseisundit 7 päeva jooksul, gripi haigusnähtude ja kõrge palaviku tekkimisel pöörduge kohe arsti poole, teatades talle, et puutusite kokku linnugripihaigega.

### **Üldised nakkustõrje juhised isikutele, kes puutusid kokku (gripi)haigete lindudega**

- Juhul kui teadmatult puutusite kokku (gripi)haigete lindudega, siis peske hoolikalt käsi ja jälgige oma

tervise seisundit 7 päeva jooksul; gripinähtude ja kõrge palaviku tekkimisel pöörduge kohe arsti poole viirusevastase raviprofülakтика alustamise eesmärgil.

- Juhul kui puutusite kokku oletatavalt linnugrippi surnud linnuga või selle väljaheitega, pöörduge kohe arsti poole viirusevastase raviprofülakтика alustamise eesmärgil.
- Juhul kui teie kodulinnud ootamatult haigestusid ja surid, teavitage sellest kohalikku veterinaarteenistust.
- Sisenedes eluslindude ruumi, kandke kaitsemaski/ respiraatorit, kitlit, kaitseprille ja kindaid.
- Lindla kahjutustamisel/desinfitseerimisel kandke kaitsemaski/respiraatorit, kitlit, kaitseprille ja kindaid.

### **Linnugripiviirusega saastunud pindade desinfitseerimine**

- Haige vere ja kehavedelikega saastunud esemed ja pinnad – 1% Na-hüpokloriid, 5% Na-hüpokloriidi

lahust lahjendatuna 1 : 5 veega.

- Tualettruum – kloorlubja lahus 7 g/l.
- Laua-, metall- jm pinnad, kus kloorlubjalahust ei või kasutada – 70% etanool, metanool, isopropüül (lasta kuivada).
- Pesta käsi pärast haige / haiguskahtlase isikuga või tema ümbruse saastunud/potentsiaalselt saastunud pindadega kokkupuutumist.
- Tuba/korterit ei desinfitseerita, kasutatakse niisket koristust.
- Ruumi õhku ei desinfitseerita.
- Põetusruumist väljunud isik ei pea desinfitseerima riideid, jalatseid, tarbeesemeid ning temale ei pea tegema sanitaartöötlust juhul, kui ei ole ilmset saastumist.

[eestiarst@eestiarst.ee](mailto:eestiarst@eestiarst.ee)