

## **Informacija apie tymus ir prevencines priemones**

### **Tymai – lengvai plintanti užkrečiamoji liga**

Tymai – tai ūmi, užkrečiama virusinė infekcija, kuri plinta oro lašeliniu būdu. Sąlytis tarp žmonių, trunkantis ilgiau nei 15 min., yra pakankamas, kad įvyktų imlaus asmens užsikrėtimas. Skaičiuojama, kad vienas tymais susirgęs asmuo gali užkrėsti iki 18 asmenų. Tymais sergantis asmuo gali užkrėsti kitus asmenis dar 4-5 dienas iki ir 4 dienas po bėrimo atsiradimo. Didžiausią riziką tymai kelia nesirgusiems, neskiepytiems ar nepilnai skiepytiems kūdikiams, nėščiosioms ir imunosupresiniams asmenims (kai yra pakitusi imunologinė būklė (pvz.: sergantieji ŽIV, po transplantacijos, po chemoterapijos).

Dažniausiai susirgimas tymais pasireiškia karščiavimu, vėliau – akių gleivinės uždegimu, sloga, trečią-septintą ligos dieną atsiranda bėrimai. Bėrimai, kurie neniežti, prasideda veido srityje, už ausų, vėliau išplinta į kitas kūno vietas ir išlieka 4-7 dienas. Siekiant išvengti tymų plitimo aplinkoje ir atsižvelgiant į tai, kad ligos pradžioje gali pasireikšti ne tik tymams būdingi simptomai, labai svarbu, kad asmuo iš karto kreiptųsi į asmens sveikatos priežiūros įstaigą, kurioje būtų įvertinta jo sveikatos būklė ir paskirti reikalingi tyrimai bei gydymas.

Asmenys, kuriems įtariami ar patvirtinti tymai, ar jų artimieji kuo greičiau turėtų informuoti su sergančiuoju bendravusius asmenis apie buvusį kontaktą su tymais.

### **Efektyviausia apsaugos priemonė – skiepai**

Vienintelė tymų infekcijos valdymo ir profilaktikos priemonė – vakcinacija. Pagal Lietuvos Respublikos vaikų profilaktinių skiepimų kalendorių vaikai kombinuota vakcina (tymų, epideminio parotito ir raudonukės) yra nemokamai skiepijami du kartus (15-16 mėnesių ir 6-7 metų amžiaus).

Tymams valdyti būtina sukurti ir išlaikyti labai aukšto lygio kolektyvinį imunitetą. Tam, kad susidarytų kolektyvinis imunitetas ir būtų apsaugoti žmonės, kurie dėl sveikatos sutrikimų negali būti skiepijami, Pasaulio sveikatos organizacija rekomenduoja paskiepyti ne mažiau kaip 95 proc. visuomenės narių.

Tymų virusas itin lakus, todėl nesiėmus specialių priemonių, jis ypač greitai pasklinda uždaroje patalpose. Siekiant išvengti susirgimo tymais, labai svarbu laikytis kosulio etiketo ir nepamiršti rankų higienos reikalavimų, užtikrinti tinkamą patalpų vėdinimą ir valymą bei vengti masinio žmonių susibūrimo uždaroje patalpose, daugiau būti gryname ore.

### **Kaip elgtis po kontakto su tymais susirgusiu asmeniu**

Plintant tymų virusui Lietuvoje, suaugę asmenys, turėję sąlytį su sergančiuoju tymais (kontaktiniai asmenys), per 72 val. gali pasiskiepyti nemokamai tymų, raudonukės ir epideminio parotito (toliau – MMR) vakcina „Priorix“, kuri skirta ir vaikams, skiepijamiems pagal Lietuvos Respublikos vaikų profilaktinių skiepimų kalendorių. Atkreipiame dėmesį, kad MMR vakcina draudžiama skiepyti besilaukiančias moteris.

Nespėjus pasiskiepyti per nurodytą laikotarpį, būtina išlaukti visą inkubacinį laikotarpį (21 d.) ir jei nesusergama – pasiskiepyti (mokamai). Per 72 val. nespėjusiems pasiskiepyti sąlytį turėjusiems asmenims rekomenduojama stebėti savo sveikatą vidutiniškai 10 dienų po turėto kontakto ir pasireiškus bet kokiems tymams būdingiems sveikatos sutrikimams, nedelsiant kreiptis į savo šeimos gydytoją ir informuoti prieš kiek laiko buvo sąlytis su tymais sergančiu asmeniu.

Suaugusieji, kurie neskiepyti, nepersirgę tymais ar nežino, ar turi imunitetą šiam susirgimui, savo iniciatyva gali pasiskiepyti mokamai asmens sveikatos priežiūros įstaigose. Tam reikėtų kreiptis į tas asmens sveikatos priežiūros įstaigas, kurios skelbia turinčios komercinės, t.y. mokamos, vakcinų nuo tymų. Taip pat verta paminėti, kad laboratorijose galima atlikti tyrimą, parodysiantį, ar žmogus turi imunitetą tymams. Paslauga yra mokama.