**Лишний раз лучше «поберечься»**

До XVIII века ветрянка считалась разновидностью (лёгкой формой) оспы («натуральной»). Сама оспа – заболевание очень серьёзное (благодаря вакцинации исчезнувшее), с высокой вероятностью летального исхода, оставляющее на коже неисчезающие глубокие ямки – оспины. А ветрянка считается детским (но это не значит, что ей болеют только дети) и для детей – лёгким заболеванием, вызванная же ей сыпь исчезает быстро и без следа.

 Оспа и ветряная оспа – совершенно разные заболевания (в 1772 году немецкий врач Фогель выделил ветрянку в отдельную нозологическую единицу).

Доказано, что ветрянка – очень заразная болезнь. Если кто-то в организованном коллективе заболеет ветрянкой, переболеет 90% детей (если они не болели ей раньше). Передается заболевание двумя путями: воздушно-капельным – при кашле, чихании, обычном разговоре; контактным  – здоровому человеку, контактирующему с зараженной слюной или жидкостью из накожных пузырьков, которые образуются при ветрянке.

Бытовой способ (через предметы обихода) считается маловероятным.

Сезонность заболевания – преимущественно осенне-зимняя.

Вирус ветрянки (а это разновидность вируса герпеса ) плохо сохраняется во внешней среде, на свежем воздухе вирус быстро погибнет. Очень часто нельзя сказать, от кого человек заразился.

Ветрянка имеет длительный инкубационный период (две недели), в течение которого явных симптомов заболевания нет, а человек может быть уже заразен. Установлено, что заразиться ветрянкой можно от вирусоносителя за 3-5 дней до появления высыпаний. Находясь рядом с таким человеком, легко заболеть, даже не подумав, что подвергаешься риску заразиться. Кто кого заразил можно установить лишь позднее, - по тому, кто первый слёг с температурой или у кого раньше обнаружилась сыпь.

До 6-ти месяцев ребёнка защищает врождённый иммунитет, а вот дальше риск заболеть возрастает. Пока ребёнок воспитывается дома, у него не так много мест, где он может встретиться с вирусом, а вот когда он начнёт социализироваться – пойдёт в детский сад или школу, встреча становится практически неизбежной.

Специалисты заболевание стараются предотвратить, для чего проводится иммунопрофилактика – ребенку делают соответствующие прививки.

Прививок от ветряной оспы в Национальном календаре профилактических прививок – нет, но эту прививку рекомендуется делать тем, кто находится в группе риска

(у кого проблемы с иммунитетом – ВИЧ-инфицированным, онкобольным, кто страдает тяжелыми хроническими заболеваниями).

Считается, что ветрянкой болеют один раз: формируется устойчивый специфический иммунитет, который сохраняется всю жизнь. Достаточно переболеть в детстве, и больше ты с этой болезнью не встретишься.

Данное утверждение справедливо для подавляющего большинства людей. В детстве же ветрянка переносится легко. А вот если детство позади, а встречи с ветрянкой не было, то лучше её избегать и впредь. Взрослые переносят это заболевание гораздо хуже. Так что, если вы – не болевший ветрянкой взрослый, то лучше подстраховаться и сделать прививку.

Симптомы заболевания: вначале ребёнок жалуется на недомогание, [заболела голова](https://www.fdoctor.ru/simptom/golovnaya_bol/), возникла [ломота в теле](https://www.fdoctor.ru/simptom/lomota_v_tele/), запершило в горле, через несколько часов или на следующие сутки поднимается температура, и на её фоне появляется сыпь. Причём температуры и предшествующих ей симптомов может не быть, а вот сыпь будет обязательно. Поэтому до появления сыпи на теле трудно определить заболевание.

Элементы сыпи имеют свой «жизненный цикл»: маленькие красные пятнышки превращаются в бугорочки, напоминающие укусы комара (папулы), затем в них накапливается жидкость, (элементы называются везикулами). Везикулы лопаются, на их месте возникают корочки, которые потом отпадают, открывая чистую кожу. Превращение папул в везикулы обычно совершается в течение суток, корочки появляются через пару дней после образования везикул. А вот отпадают они дольше – на это может потребоваться до двух недель.

Сыпь появляется волнами, в одно и то же время на теле ребёнка могут быть и папулы, и везикулы, и корочки. Период высыпаний занимает от 5-ти до 8-ми дней, через пять дней после появления последних элементов сыпи ребёнок перестаёт быть заразным.

Примерно чуть больше недели болезнь пройдёт, и от неё останется недолгая память в виде корочек, которые также исчезнут без следа.

Ускорить выздоровление вряд ли возможно. Всё лечение ветрянки – симптоматическое, направлено на устранение проблем, которые приносит с собою болезнь.

Ветряночная сыпь очень сильно зудит, а чесаться нельзя. В везикулах накапливается вирус, и, расчесывая, можно спровоцировать дополнительное распространение сыпи по телу. Также поврежденные везикулы хуже заживают, их содержимое может загнаиваться (в этом случае везикулы превращаются в пустулы), на их месте образуются ямки-оспины, которые долго не исчезают.

Если новые элементы сыпи больше не появляются с ребёнком можно и нужно гулять на свежем воздухе. Однако от других детей следует держаться в сторонке, так как какое-то время он ещё будет заразным.

Когда все везикулы покрылись корочкой, ребёнка можно мыть, однако лучше не использовать ни шампуня, ни мыла. Ни в коем случае не стоит тереть ребёнка мочалкой – прикосновения должны быть бережными, чтобы не сорвать корочки. Полотенцем лучше не обтирать, а промакивать.

У взрослых ветряная оспа протекает, как правило, тяжелее, чем у детей. Длительность заболевания возрастает. Дольше длится период предшествующий появлению сыпи – до 5 дней. Температура часто оказывается высокой (39-40 °C). Период высыпаний тоже удлиняется – в среднем он составляет 10 дней. Сыпь покрывает не только кожу, но и слизистые оболочки – носоглотки, половых органов (встречается практически у 100% больных). Везикулы чаще превращаются в папулы (то есть загнаиваются). Они мокнут, плохо заживают, на их месте образуются ямки-оспинки.

Тяжелое течение и развитие осложнений характерны, для пациентов с иммунодефицитными состояниями: ВИЧ-инфекцией; онкологическими заболеваниями; при лечении кортикостероидами и/или

иммуносупрессорами.

Основные "претенденты" на осложненную ветрянку: новорожденные; взрослые (старше 18-20 лет); пожилые люди (50+ лет).

В таких случаях "безобидная" ветрянка становится крайне опасной: возможны бактериальные инфекции кожи, энцефалит, пневмония, отит, гнойный паротит, вторичные бактериальные инфекции кожи, костей и суставов, поражения печени, селезенки, почек и надпочечников, ЖКТ, эндокринной системы и даже сепсис.

Даже тем, кто болел в детстве и, вроде, должен иметь иммунитет против ветрянки, вирус может устроить неприятный сюрприз (сохраняется в нервных узлах организма пожизненно). Если в силу каких-то причин (возраста, тяжелых болезней, при ослаблении клеточного иммунитета) общий иммунитет оказался снижен, возможно заболевание в иной форме – в виде опоясывающего герпеса.

Опоясывающий герпес вызывается тем же самым вирусом, что и ветряная оспа. Вирус может спать в организме, а потом, при благоприятных для себя условиях, активизироваться. А может проникнуть извне: если пожилой человек окажется рядом с ребёнком болеющим ветрянкой, этого может оказаться достаточно.

При рецидиве человек может заражать окружающих людей ветрянкой – а именно тех из них, кто ею никогда не болел и не вакцинировался от нее.