



## 7 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2014 - ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΥΓΕΙΑΣ



Η 7η Απριλίου έχει καθιερωθεί από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ.) ως Παγκόσμια Ημέρα Υγείας και αφιερώνεται κάθε χρόνο σε κάποιο θέμα σχετικό με την Υγεία.

**Ο εορτασμός της φετινής Παγκόσμιας Ημέρας Υγείας εστιάζεται στις μολυσματικές νόσους που μεταδίδονται στους ανθρώπους μέσω διαβιβαστών-φορέων παθογόνων μικροοργανισμών.** Διαβιβαστές είναι οργανισμοί (κουνούπια, σκνίπες, κοριοί, τσιμπούρια, σαλιγκάρια) οι οποίοι ευθύνονται για την μετάδοση μεγάλου εύρους παθογόνων μικροοργανισμών στους ανθρώπους και τα ζώα. Οι σκνίπες μεταδίδουν την λεισμανίαση. Τα τσιμπούρια μεταδίδουν την εγκεφαλίτιδα, αιμορραγικό πυρετό Κριμαίας-Κονγκό, εξανθηματικό τύφο, νόσο του Lyme. Οι ψύλλοι μεταδίδουν την πανώλη και εξανθηματικό τύφο. Οι μύγες (διάφορα είδη) μεταδίδουν την ανθρώπινη Αφρικανική τρυπανοσωμίαση κ.ά. Τα σαλιγκάρια γλυκού νερού μεταδίδουν σχιστοσωμίαση.

Ο Π.Ο.Υ. με το θέμα αυτό θέλει να ευαισθητοποιήσει και να θέσει σε εγρήγορση κοινό και ειδικούς για την καλύτερη δυνατή θωράκιση της ατομικής και δημόσιας υγείας, διαπιστώνοντας ότι κατά τα τελευταία χρόνια μέσω ορισμένων διαβιβαστών, κυρίως κουνουπιών, πολλές μολυσματικές νόσοι (ελονοσία, Δάγγειος πυρετός και άλλες) άρχισαν να εμφανίζονται και να προκαλούν προβλήματα σε χώρες όπου μέχρι πρόσφατα ήταν άγνωστες. Βασικές αιτίες για την εξάπλωση αυτών των ασθενειών είναι η κλιματική αλλαγή, το παγκόσμιο εμπόριο, καθώς και οι μετακινήσεις εν γένει. Έτσι τα νοσήματα αυτά εμφανίζονται σε ολοένα περισσότερες χώρες.

**Μεταξύ των ασθενειών που μεταδίδονται με διαβιβαστές και συγκεκριμένα μέσω δειγμάτων κουνουπιών εκτός από την ελονοσία είναι και η λοίμωξη από τον ιό του Δυτικού Νείλου.**

Η Ελλάδα κηρύχτηκε «ελεύθερη ελονοσίας» από τον Π.Ο.Υ. το 1974, ωστόσο τα τελευταία τέσσερα χρόνια εμφανίστηκαν κρούσματα ελονοσίας από plasmodium vivax με ενδείξεις εγχώριας μετάδοσης, γεγονός που υποδηλώνει την **εγκατάσταση του ιού στη χώρα μας. Η κυκλοφορία του αναμένεται να συνεχιστεί και το φετινό καλοκαίρι.**

Ο Π.Ο.Υ. στο τελευταίο πρόγραμμα που ανέπτυξε για τον έλεγχο της ελονοσίας (**From Malaria Control to Elimination in the WHO European Region, 2006-2015**) έχει θέσει τους ακόλουθους **στόχους**:

1. Ανάσχεση της μετάδοσης της ελονοσίας μέχρι το 2015 και εξάλειψη της νόσου στις εναπομείνουσες ενδημικές χώρες.
2. Σε περιοχές/χώρες όπου η ελονοσία έχει εξαλειφθεί, δίνεται έμφαση στον να αποφευχθεί η επανεγκατάσταση της νόσου.
3. Μείωση των θανάτων σε εισαγόμενα κρούσματα ελονοσίας.

### **Μέτρα πρόληψης**

Η έγκυρη ανίχνευση και η κατάλληλη θεραπεία των κρουσμάτων σε συνδυασμό με την έγκαιρη εφαρμογή των κατάλληλων ολοκληρωμένων προγραμμάτων καταπολέμησης κουνουπιών αποτελούν θεμελιώδεις δράσεις της στρατηγικής Δημόσιας Υγείας για την αντιμετώπιση της ελονοσίας και λοίμωξης από τον ιό του Δυτικού Νείλου. Συγχρόνως όμως απαιτούνται τα ακόλουθα **βασικά ατομικά μέτρα προφύλαξης** που πρέπει να λαμβάνει ο καθένας με σκοπό την πρόληψη ασθενειών που μεταδίδονται από τα κουνούπια:

- ✓ Κατάλληλα ενδύματα, όπως μακριά μανίκια και παντελόνια. Πιο αποτελεσματικά είναι τα φαρδιά και ανοιχτόχρωμα ρούχα.
- ✓ Χρήση ανεμιστήρων ή κλιματιστικών. Ο δροσερός αέρας μειώνει την δραστηριότητα των κουνουπιών αλλά δεν τα σκοτώνει. Η χρήση ανεμιστήρων (ιδίως οροφής) δυσχεραίνει την προσέγγιση εντόμων.
- ✓ Χρήση εντομοαπωθητικών στο ακάλυπτο δέρμα και πάνω από τα ρούχα.
- ✓ Αντι-κουνουπικά πλέγματα (σήτες) σε παράθυρα, φεγγίτες και αεραγωγούς τζακιού.
- ✓ Χρήση εντομοκτόνων στον αέρα. Τα εντομοκτόνα δεν πρέπει να εφαρμόζονται στο δέρμα.
- ✓ Απομάκρυνση του στάσιμου νερού από λεκάνες, γλάστρες, παλιά λάστιχα, υδροροές και άλλα μέρη του κήπου, ώστε να μην έχουν πρόσβαση τα κουνούπια σε λιμνάζοντα νερά που αποτελούν σημεία εναπόθεσης των αυγών τους. Ακόμα και το έδαφος που παραμένει για μεγάλα διαστήματα υγρό μετά το πότισμα, μπορεί να αποτελέσει σημείο εναπόθεσης αυγών.
- ✓ Χρήση λαμπτήρων κίτρινου χρώματος για τον φωτισμό των εξωτερικών χώρων (προσελκύουν λιγότερο τα κουνούπια).

- ✓ Κούρεμα γρασιδιού, θάμνων, φυλλωσιών (σημεία που βρίσκουν καταφύγιο τα κουνούπια).
- ✓ Πότισμα κατά προτίμηση τις πρωινές ώρες.
- **Προσοχή** πρέπει να δίνεται κατά τις πιο επικίνδυνες ώρες έκθεσης στα τσιμπήματα των κουνουπιών. Τα περισσότερα είδη κουνουπιών, που μεταφέρουν τον ιό, τσιμπούν από το σούρουπο μέχρι το χάραμα.

#### **ΠΗΓΕΣ – ΧΡΗΣΙΜΟΙ ΣΥΝΔΕΣΜΟΙ**

1. [www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)

2. [www.malwest.gr](http://www.malwest.gr)

3. [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)

4. [www.who.int](http://www.who.int)