

Чем опасна краснуха? Как защититься?

Краснуха — это вирусная инфекция, которая чаще всего протекает легко, особенно у детей. Однако её главная опасность заключается в серьёзном риске для беременных женщин и их будущих детей.

Чем опасна краснуха

Для беременных женщин вирус краснухи особенно опасен, так как способен проникать через плаценту и заражать плод. Это может привести к тяжёлым последствиям: выкидышу, мертворождению, синдрому врождённой краснухи (СВК) — комплексу тяжёлых пороков развития у новорождённого который может включать: пороки сердца, поражение органов зрения (катаракта, глаукома); нарушение слуха, поражение центральной нервной системы, задержку внутриутробного развития.

Риск осложнений сильно зависит от срока беременности. Наиболее критичен первый триместр, когда происходит закладка органов и систем плода. Например, при заражении на 3–4 неделях риск СВК достигает 60%, на 9–12 неделях — около 15%, а после 16 недель — значительно ниже.

У детей, заразившихся внутриутробно, могут развиваться долгосрочные проблемы: слепота, глухота, сердечная недостаточность, задержка развития.

У самих заболевших детей и взрослых краснуха тоже может давать осложнения, хотя и редко: артрит (воспаление суставов), энцефалит (воспаление головного мозга) — крайне редкое, но тяжёлое осложнение; тромбоцитопения (снижение числа тромбоцитов, повышающее риск кровотечений).

У взрослых болезнь часто протекает тяжелее, чем у детей, с более выраженной интоксикацией и болями в суставах.

Как защититься

Самый эффективный способ защиты — вакцинация. В России она входит в Национальный календарь профилактических прививок.

Схема вакцинации: Детям — в 1 год, ревакцинация — в 6 лет. Девушкам и женщинам 18–25 лет, которые не болели краснухой, не были привиты в детстве или привиты однократно.

После прививки формируется стойкий иммунитет.

Дополнительные меры профилактики:

Избегайте контактов с заболевшими. Краснуха передаётся воздушно-капельным путём, и человек становится заразным ещё до появления сыпи.

Соблюдайте гигиену рук. Регулярно мойте руки, особенно после контакта с больными. Носите защитную маску в местах массового скопления людей.

Изолируйте заболевшего. Его нужно держать дома не менее 7 дней с момента появления сыпи. Если в коллективе есть беременные женщины, изоляцию продлевают.

Для женщин, планирующих беременность:

Проверьте свой иммунитет к краснухе с помощью анализа на антитела класса IgG. Если антител нет, сделайте прививку. Важно: после вакцинации нужно подождать не менее 3 месяцев перед зачатием. Вакцинация во время беременности не проводится.

Если беременная женщина контактировала с больным краснухой, ей необходимо как можно скорее обратиться к врачу для наблюдения и, при необходимости, серологического обследования.

Если вы или ваш ребёнок контактировали с заболевшим, и нет данных о вакцинации или перенесённой болезни, в первые 72 часа возможна экстренная профилактика — введение вакцины или иммуноглобулина.

При появлении симптомов (мелкопятнистая сыпь, увеличение лимфоузлов, умеренная температура) обязательно обратитесь к врачу (педиатру или терапевту). Самолечение недопустимо, так как под маской краснухи могут скрываться другие инфекции.

Помните, что вакцинация — это самый надёжный способ защитить себя, своих близких и будущих поколений от этой инфекции.