

## **Профилактика ветряной оспы: Не только «зеленые точки»**

### **Введение**

Ветряная оспа, известная в народе как «ветрянка», – острое инфекционное заболевание, вызываемое вирусом *Varicella Zoster*. Характеризуется лихорадкой и папуловезикулезной сыпью. Большинство людей переносят ее в детском возрасте, считая болезнь безобидной. Однако у подростков, взрослых, беременных и лиц с иммунодефицитом она может протекать тяжело и давать серьезные осложнения (энцефалит, пневмония, геморрагическая форма). После перенесенной болезни вирус остается в нервных ганглиях и может активироваться годы спустя, вызывая опоясывающий лишай (герпес Зостер).

### **I. Специфическая профилактика: Вакцинация – современный стандарт**

Долгое время единственным методом «профилактики» была плановая встреча с вирусом в детстве. Сегодня существует безопасная и эффективная альтернатива.

- **Принцип действия:** Вакцина содержит ослабленный живой вирус, который не может вызвать полноценное заболевание, но стимулирует выработку стойкого и длительного иммунитета.
- **Схемы вакцинации:**
  - **Плановая (для детей):** Входит в Национальный календарь профилактических прививок по эпидемическим показаниям. Проводится двукратно: в 12 месяцев и в 6 лет.
  - **Для взрослых и подростков:** Лицам, не болевшим ветрянкой и не привитым ранее, также рекомендуется двукратное введение вакцины с интервалом в 6-10 недель.
  - **Экстренная профилактика:** Вакцина, введенная в течение 72-96 часов (в идеале) после контакта с больным, может предотвратить заболевание или обеспечить его более легкое течение.
- **Кому особенно показана прививка:**
  - Женщинам, планирующим беременность (заболевание во время беременности чревато тяжелыми пороками развития у плода).
  - Лицам с тяжелыми хроническими заболеваниями.
  - Работникам детских учреждений, медикам – всем, кто входит в группу профессионального риска.

### **II. Неспецифическая профилактика: Карантин и изоляция**

Ветрянка – одна из самых заразных болезней в мире. Индекс контагиозности достигает 90-95%. Вирус передается воздушно-капельным путем и обладает

невероятной летучестью – может распространяться через вентиляцию, коридоры, с этажа на этаж.

- **Изоляция больного:** Больной становится заразным за 1-2 дня до появления первых элементов сыпи и продолжает выделять вирус до момента, когда все пузырьки покроются плотными корочками (обычно 5-7 день с момента последних высыпаний). На весь этот период он должен быть изолирован от здоровых людей, не болевших ветрянкой.
- **Наложение карантина:** В детских садах и школах при выявлении случая ветряной оспы объявляется карантин на 21 день – это максимальный инкубационный период болезни. В течение этого времени группа/класс не смешивается с другими коллективами, а за всеми детьми ведется усиленное наблюдение.
- **Проветривание и уборка:** Вирус очень нестоек во внешней среде, быстро погибает под воздействием ультрафиолета, высокой температуры и дезинфицирующих средств. Регулярное проветривание и влажная уборка помещения, где находится больной, помогают снизить концентрацию вируса, но не являются гарантией защиты из-за его летучести.

### **Заключение**

Современный взгляд на профилактику ветряной оспы смещается от практики «переболеть в детстве» к целенаправленной вакцинации. Это позволяет не только избежать самой болезни и ее осложнений, но и предотвратить в будущем развитие опоясывающего лишая.