

Ветряная оспа (ветрянка): симптомы, признаки, лечение

Ветрянка — это болезнь, вызываемая вирусом *Varicella Zoster* и характеризующаяся появлением на коже папулёзно-везикулёзной сыпи. Чаще всего ветряная оспа встречается у детей, так как её клинические проявления появляются при первом контакте с вирусом. Если человек уже переболел ветрянкой, вирус сохраняется в его организме и впоследствии вызывает уже другое заболевание — **опоясывающий лишай**. Таким образом, **после ветрянки формируется своеобразный иммунитет — дважды ею обычно не болеют**. Заболеть ветрянкой повторно можно только при сильно сниженном иммунитете, что может быть связано с его врождённой или приобретенной патологией.



Максимальное количество случаев ветрянки регистрируется у детей в возрасте от 3 до 7 лет. Ветрянка у подростков и взрослых — явление достаточно редкое и протекает значительно тяжелее. У детей до года ветрянка тоже встречается нечасто, так как они находятся под защитой материнских антител на протяжении всего периода грудного вскармливания, к тому же, в раннем возрасте дети мало контактируют с окружающим миром, и риск заразиться ветрянкой у них минимален. Обычно ветрянка у младенцев и грудничков бывает связана или с внутриутробным инфицированием, или с врождённым иммунодефицитом. При заражении

уже после рождения здорового ребёнка, находящегося на грудном вскармливании, ветрянка может протекать бессимптомно.

Как можно заразиться ветрянкой?

Заражение ветрянкой происходит при попадании в организм **вируса Varicella Zoster** (варицелла-зостер), который относится к семейству Herpesviridae (герпес-вирусов 3 типа). **Способ передачи вируса ветрянки — воздушно-капельный.** Вирус нестойк во внешней среде и быстро погибает под действием ультрафиолетовых лучей, повышенных температур. Средняя продолжительность жизни вируса вне организма человека составляет 10 минут. Если в течение этого времени он попадает на слизистые верхних дыхательных путей неинфицированного человека, в 100% случаев происходит заражение. Вирус с током крови переносится в кожу, где вызывает характерные изменения в эпидермисе — появление сыпи.

Учитывая высокую контагиозность вируса ветрянки и восприимчивость к нему детей, чтобы избежать эпидемии в школах и, особенно, в детских дошкольных учреждениях очень важно знать, через сколько дней можно заразиться ветрянкой и сколько дней заразен больной. **Заразен больной ветрянкой становится за сутки до появления первых элементов сыпи и вплоть до пятого дня с момента появлений последних высыпаний.** Инкубационный период ветрянки может длиться от 7 до 21 дня, поэтому **карантин по ветряной оспе в детских учреждениях обычно составляет 21 день.** Если за этот период не появляются характерные для заболевания элементы сыпи, то можно уверенно сказать, что ребёнок не инфицирован. В случае инфицирования раньше 11 дня с момента контакта элементы тоже обычно не появляются.

Ответ на вопрос, как не заразиться ветрянкой, актуален для всех инфекций, передаваемых воздушно-капельным путем. При появлении в семье или коллективе инфицированного ребёнка, необходимо максимально быстро изолировать его от других детей и членов семьи. Чтобы снизить риск заражения ветрянкой, необходимо хорошо проветривать помещения и использовать ватно-марлевые повязки, эффективны кварцевые лампы.

Как проявляется ветрянка?

Первые признаки ветрянки — это симптомы интоксикации, которые возникают за 1-2 дня до появления сыпи. Поднимается температура тела,

появляются жалобы слабость, головную и мышечные боли. Обычно эти явления сохраняются в течение 2-5 дней. Бывает и ветрянка без температуры, которая сразу манифестирует с появления сыпи.



Главным симптомом ветрянки является сыпь, которая появляется на лице (в том числе, на глазах), волосистой части головы, туловище, конечностях. Преимущественная локализация ветрянки — верхняя часть тела, на ногах, половых органах элементов всегда меньше или они отсутствуют вовсе. Сначала появляется участок гиперемии, размером 2-4 мм, который довольно быстро уплотняется за счёт воспалительной инфильтрации — образуется папула. Далее внутри элементов образуется полость с жидким содержимым — везикула. После её вскрытия образуется корочка. Заживление происходит в течение 1-2 дней. Новые элементы появляются в течение нескольких дней, все они находятся на разных стадиях развития, поэтому высыпания при ветрянке носят полиморфный характер. На слизистых оболочках тоже образуются характерные для ветрянки элементы сыпи. Ветрянка во рту называется энантемой. Пузырьки быстро вскрываются, превращаются в язвочки и заживают в течение 2-3 дней.

Сколько дней сохраняются высыпания при ветрянке — вопрос индивидуальный. Новые элементы появляются от 2 до 9 дней, затем довольно быстро заживают. Элементы сыпи затрагивают только поверхностные слои эпидермиса (в отличие от опоясывающего лишая, при котором воспаление распространяется и на дерму). По этой причине пузырьки после ветрянки обычно заживают быстро, не оставляя на коже шрамов и рубцов.

Очень редко встречается ветрянка без высыпаний — это атипичная форма, которую может диагностировать только опытный педиатр.

Ветрянка: течение болезни



Ветряная оспа: стадии развития болезни

Для ветрянки характерна стадийность, которая позволяет оценить протекание болезни и сориентироваться в сроках карантина.

- **Инкубационный период ветрянки** — это время, которое проходит между попаданием вируса в организм и появлением первых симптомов болезни. Обычно он составляет 2 недели, может колебаться от 10 до 21 дня. Инкубационный период ветрянки у взрослых и детей обычно имеет одинаковую продолжительность.

- **Продромальный период** — начальная стадия ветрянки. Она короткая (1-2 дня), может отсутствовать вовсе. Её характерные признаки — нарушение самочувствия, лихорадка, мышечные и головные боли, катаральные явления в носоглотке. Первые симптомы ветрянки у взрослых обычно более ярко выражены, чем у детей.
- **Период высыпаний** длится 3-10 дней. Элементы сыпи появляются волнами, это сопровождается повышением температуры тела и нарушением самочувствия. Между «волнами» высыпаний проходит 1-2 дня. Всего этих «волн» обычно бывает 2-5, затем новые элементы перестают появляться и постепенно заживают. Наступает следующая стадия — заживления.
- **Период выздоровления** начинается с того момента, когда перестают образовываться новые элементы, а все появившиеся покрываются корочками.
- **Период реконвалесценции** (восстановления) после перенесённой ветрянки может длиться до 1 года. Вирус варицелла-зостер наносит серьёзный удар по иммунной системе человека, и процесс её восстановления обычно довольно длительный. В течение этого периода снижается устойчивость организма к другим вирусным инфекциям, например, ОРВИ.

Сколько дней длится ветрянка — зависит от индивидуальных особенностей заболевания, возраста пациента, состояния его иммунитета. В среднем с момента появления первых признаков ветрянки у ребёнка до полного заживления элементов сыпи проходит 3 недели, у взрослых может быть больше.

Формы ветрянки



Выше описаны симптомы и течение типичной формы ветряной оспы. Ветрянка в лёгкой форме может протекать без повышения температуры и признаков интоксикации, сыпь необильная, заживление элементов происходит быстро. Иногда такую ветрянку называют рудиментарной.

Существуют и тяжёлые атипичные формы ветрянки, которые могут вызвать сложности в диагностике.

- **Геморрагическая форма.** Её отличительной особенностью является появление в пузырьках геморрагического экссудата, а на коже — кровоизлияний. В тяжёлых случаях возможны носовые и даже внутренние кровотечения (почечные, желудочно-кишечные). Причиной обычно является патология гемостаза (тромбоцитопения, тромбоцитопатия), на фоне которой развивается ветрянка.
- **Буллёзная форма.** Встречается довольно редко. Характерная особенность — тонкостенные пузыри, которые вскрываются и образуют мокнущие, плохо заживающие поверхности.
- **Гангренозная форма.** После вскрытия пузырьков с кровянистым содержимым образуется чёрная корка, под которой — язва с гнойным дном, которая чрезвычайно плохо заживает. Этот процесс сопровождается выраженной интоксикацией и может привести даже к летальному исходу.
- **Висцеральная форма.** Самая тяжёлая. Характеризуется поражением внутренних органов с нарушением их нормального функционирования, что может стать причиной смерти. Висцеральная форма ветрянки встречается у сильно ослабленных больных.

Осложнения после ветрянки

В некоторых случаях возможны более тяжёлые её формы: буллёзная, гангренозная, геморрагическая. В качестве осложнений могут выступать пиодермии, связанные с занесением на раневую поверхность бактериальной инфекции. Пиодермии — это чаще всего осложнения ветрянки у детей. Если обычные элементы сыпи при ветрянке не оставляют следа, то после нагноившихся могут образовываться рубцы и шрамы. К более серьёзным осложнениям ветрянки относятся энцефалит, миокардит, они более характерны для взрослых пациентов и для детей с ослабленным иммунитетом.



Диагностика ветряной оспы

Обычно диагностика ветрянки не вызывает проблем, сложности возникают только при атипичных формах, когда ветрянка протекает без высыпаний, температуры. В ряде случаев необходимо проведение дифференциальной диагностики ветряной оспы с другими заболеваниями, сопровождающимися появлением сыпи.

- Инфекции, вызванные другими типами герпес-вирусов, которые могут вызывать появление везикул;
- Укусы насекомых;
- Осложненные формы чесотки;
- Аллергические реакции;
- Герпетиформный дерматит.

Подтверждением диагноза ветряной оспы является обнаружение вируса *Varicella Zoster* в крови и в содержимом пузырьков.

Ветрянка: что делать?

Если диагноз ветрянки установлен, необходимо изолировать заболевшего человека от коллектива и от других членов семьи. Больной заразен ещё до появления первых элементов сыпи и остается переносчиком ветрянки вплоть до пятого дня после появления последних свежих высыпаний. Только после истечения этого периода возможно возобновление контакта с окружающими. Сразу же назначается лечение ветряной оспы, которое должно быть комплексным, включать в себя местную и общую терапию. На время лечения рекомендуется соблюдать постельный режим, особенно на период интоксикации.

Как лечить ветрянку?

Лечение ветряной оспы в большинстве случаев (если речь не идёт о врожденных формах) носит симптоматический характер. Его основная цель — уменьшить интенсивность субъективных ощущений, ускорить процесс заживления кожных изменений.

- В продромальном периоде для улучшения самочувствия назначаются жаропонижающие препараты.

- Снять зуд при ветрянке помогают антигистаминные средства, которые могут приниматься внутрь в виде таблеток, а могут использоваться наружно, в виде мазей и гелей.
- Иногда врачи рекомендуют приём противовирусных препаратов, которые помогают быстрее справиться с инфекцией.

Местное лечение ветрянки

Местная терапия — ключевой момент лечения ветряной оспы; она способствует быстрому заживлению без образования рубцов и шрамов, которые могут появляться при длительном течении и присоединении вторичной инфекции.



Элементы сыпи рекомендуется обрабатывать антисептиками, а также веществами, стимулирующими регенеративные процессы. Многие родители по-прежнему используют спиртовой раствор [бриллиантового зелёного](#), то есть **зелёнку**, но есть и более современные средства. Среди препаратов, которыми можно смазывать элементы сыпи при ветрянке кроме зелёнки хорошую эффективность показали [фукорцин](#), [банеоцин](#), [циндол](#). Все они обладают подсушивающим действием и ускоряют процессы заживления. В последние годы врачи всё чаще назначают при ветрянке лосьон «Каламин». Он успокаивает кожу, ускоряет заживление элементов без образования рубцов и шрамов и может быть использован вместо антисептиков и антигистаминных.

Часто у родителей возникает вопрос, чем при ветрянке обработать элементы во рту. Существует несколько препаратов, помогающих предотвратить присоединение инфекции и ускорить заживление.

- [Солкосерил](#), облепиховое масло обладают выраженными заживляющими свойствами.
- [Раствор борной кислоты](#) (1%) или [риванола](#) — эффективный антисептик.
- Обезболивающие гели ([калгель](#), [камистад](#)) помогут справиться с болевыми ощущениями.

Ветрянку во рту можно лечить полосканиями, для которых используются слабые растворы соды, марганцовки, [фурацилина](#), отвары трав, разбавленные спиртовые [настойки календулы](#), [прополиса](#).

Диета при ветрянке

Учитывая, что элементы сыпи обычно образуются не только на коже, но и на слизистых, в том числе полости рта, диета при ветрянке обычно механически, химически и термически щадящая, исключающая возможность излишней травматизации и дискомфорта. Кроме того, обычно исключают из питания облигатные аллергены, которые могут усилить кожный зуд и интенсивность воспаления в области элементов сыпи.

Можно ли мыться при ветрянке?



«Можно ли при ветрянке купаться?» — извечный вопрос, который задают педиатру родители. Ответ на него зависит от самочувствия больного. В целом, купание при ветрянке не только безопасно, но даже полезно — поддержание чистоты кожи снижает риск вторичного инфицирования и способствует более быстрому заживлению. Однако при высокой температуре тела лучше воздержаться от водных процедур и ограничиться обработкой элементов сыпи антисептиками.

При ветрянке можно купаться в ванне со слабым раствором марганцовки или с отварами трав, но вот от использования косметических средств (гелей для душа и даже мыла) лучше воздержаться. Мочалки, полотенца тоже использовать нежелательно, так как они могут травмировать кожу.

Что делать, если беременная заболела ветрянкой?



При инфицировании ветрянкой во время беременности последствия зависят от срока, на котором это произошло. В 1-м и 2-м триместрах риск развития патологий плода минимален. Если всё же вирус ветрянки оказывает свое пагубное воздействие, то беременность чаще всего заканчивается самопроизвольным прерыванием. В 3-м

триместре беременности, ближе к моменту родов, инфицирование может привести к врожденной ветрянке, симптомами которой являются поражения внутренних органов, бронхопневмония.

С целью снижения риска для плода при первых признаках ветрянки беременной вводится специфический иммуноглобулин. Ветрянка опасна для грудничков, поэтому при инфицировании плода после рождения ребёнку также вводится иммуноглобулин, проводится противовирусная терапия.

Многие женщины, планирующие беременность, не помнят, болели ли они ветрянкой в детстве. Узнать это можно, выполнив анализ крови на антитела к ветрянке. После первой встречи с *Varicella Zoster* в организме образуются специфические IgG, которые и выявляет данный анализ.

Профилактика ветрянки

Профилактика ветрянки у взрослых требуется нечасто, так как обычно ею болеют в детстве, получая иммунитет на всю жизнь. Вирус сохраняется в клетках нервной системы и может активироваться при ослаблении иммунной защиты, но вызывает уже другое заболевание — опоясывающий герпес (лишай).

Профилактика ветрянки у детей, не болевших ею, сводится к своевременному разобщению с заболевшими детьми. Если болен член семьи, то он должен жить в отдельной комнате и пользоваться индивидуальными предметами быта. Хороший эффект оказывает кварцевая лампа, которая может использоваться в домашних условиях. Учитывая воздушно-капельный путь распространения инфекции, рекомендуется носить ватно-марлевые повязки.

Специфической профилактикой ветряной оспы является вакцинация (прививка). Вакцина была разработана в 1994 году и с 1995 года включена в календарь прививок в США. В России вакцины появились только в 2008 году. С 2009 года началось ее использование по показаниям (в очагах инфекции). Прививка от ветрянки может быть плановой или экстренной (в течение 96 часов после контакта с больным).

Прививка против ветряной оспы рекомендуется не только детям, но и взрослым, не болевшим ветрянкой. У взрослых ветрянка протекает гораздо более тяжело, поэтому так важно её предотвратить. Особенно, если речь идёт о планировании беременности, — в этом случае ветрянка может быть опасна для будущего ребёнка.

Важным профилактическим мероприятием является изоляция заболевшего ребёнка с другими детьми в условиях детского учреждения. Помещение не требуется дезинфицировать — вирус очень нестойк во внешней среде.

