



Томуу, томуу төст өвчнийг үүсгэгч анхдагч шалтгааны 95% орчим нь вирус бөгөөд 200 гаруй нэр торлийн вирус амьсгалын замын хамшинжээр илрэх өвчин үүсгэдэг байна.

Томуугийн вирус

Томуугийн А хэв шинжийн вирус нь маш хувьсамтгай, тахиа, шувуу, гахай зэрэг амьтдад өвчин үүсгэх ба амьтнаас хүнд халдварлан улмаар томуугийн цартахал үүсгэх чадвартай бол томуугийн В, С вирус нь хувирамтгай шинж чанар багатай юм. Өвчний нууц үе ихэвчлэн 1-5 хоног байна. Бие шархирах, толгой хүчтэй өвдох, чичрүүдэс хүрэх, ядрах, сульдах, ондор халуурах шинж тэмдэг илэрнэ.

Респиратор-синцитиаль вирус (РСВ)

РСВ-ийн В хэв шинж нь хүндрэл бага, эмнэлзвйн шинж тэмдэг бүдэг балархай хэлбэрээр

явагддаг бол А хэв шинж нь хоруу чанар ондортэй, амьсгалын доод замыг гэмтээх, ялангуяа бага насны хvvxдэд уушгины хатгалгааны гол шалтгаан болдог байна. РСВ-ийн халдварын вед ханиалгах, нусгайрах, хоолой овдох, чих овдох, халуурах зэрэг эмнэлзvйн шинж тэмдгvвд илрэх ба амьсгалын доод замыг овчлvвлэн бронхиолит, уушгины хатгалгаа, астма зэрэг хvндрэлийг vvcгэдэг байна.

Риновирvс

Риновирvс нь хамрын ханиад, шуухинааны голлох шалтгаан юм. Хvний риновирvс нь жилийн дорвон улиралд эргэлтэнд байж, намар эрт 8-9 сард дэгдэлт хэлбэрээр тархан, бvх насны хvmvvc халдварт ортох эрсдэлтэй. Риновирvсийн халдварын вед хоолой овдох, нусгайрах, хамар битvврэх, найтаах, ханиах зэрэг эмнэлзvйн шинж тэмдэг илрэх ба булчин овдох, ядрах, сульдах, толгой хvчтэй овдох, хоолонд дургvй болох, халуурах зэрэг томуу тост эмнэлзvйн шинж илэрдэг.

Аденовирvс

Аденовирvс нь хэв шинжээсээ хамаарч амьсгалын зам, нvдний салст, эвэрлэг бvрхvвл, ходоод гэдэс, давсагны vрэвсэлт овчнvвдийг vvcгэдэг. В, С, Е хэвшинжvвд нь амьсгалын замын халдвар, D хэвшинж нь нvдний салст, эвэрлэг бvрхvвлийн vрэвсэлт овчнvвдийг зонхилон vvcгэгдэг байна. Аденовирvсийн халдварын вед нусгайрах, хоолой овдох зэрэг шинжvвд илрэх ба нvдний салстыг vрэвсvвлнэ.

Коронавирvс

Хvний коронавирvсийн зарим хэв шинжvвд (OC43, HKU1, NL63 болон 229E) нь амьсгалын дээд замын цочмог халдвар vvcгэнэ. Халдвар авснаас 2-4 хоногийн дараа ханиах, хоолой овдох, толгой овдох, халуурах зэрэг риновирvсийн халдвартай ойролцоо эмнэлзvйн шинжvвд илэрдэг байна. Амьсгалын дээд замын халдварын 30% орчим нь шинж тэмдэггvй явагддаг байна. Ларингит, трахеит, бронхит, пневмони, бронхилит vvcгэх ба синусит, отит зэрэг хvндрэл vvcсэх нохцлийг бvрдvвлнэ. Овчлол овол, хаврын эхэн вед ихэвчлэн бvртгэгддэг.

Бокавирүс

Ихэвчлэн бага насны хvvxэд, залуучууд ортох эрсдэлтэй ба амьсгалын доод зам, хоол боловсруулах эрхтэнийг гэмтээдэг. Ханиалгах, найтаах, халуурах, нусгайрах, боолжих шинжvүд давамгайлан илэрдэг.

Энтеровирүс

Ихэвчлэн бага насны хvvxэд халдварт ортох эрсдэлтэй. Энтеровирүсийн халдварын үед халуурах, хоолой овдох, хэвлийгээр овдох, суулгах, толгой овдох зэрэг эмнэлзвйн шинж тэмдгvүд илэрдэг байна.

Урьдчилан сэргийлэлт

1. Бага насны хvvxдийг аль болох дааруулахгвй, дулаан хувцаслах, ханиад шуухинаатай бол гэрээс гарахгвй байх;
2. Ханиаж, найтаасан тохиолдолд ам, хамраа алчуураар таглах, амны хаалтыг хэрэглэх;
3. Гараа савандаж, угаах, ялангуяа ханиаж найтаасны дараа гараа заавал угаах, эсвэл спиртэн суурьтай халдваргвйтгэлийн уусмалаар гараа арчих;
4. Халдвар авахгвй, халдвар тараахгвйн тулд, шаардлагагвй тохиолдолд vзвэр вйлчилгээ, олон нийтийн газраар зорчихгвй байх;
5. Биеийн эсэргvүцэл сайжруулах амин дэмээр баялаг хоол хvнсний звйл хэрэглэх, цацаргана, аньсны шvүс зэрэг шингэнийг уух;
6. Хамрын хондийг одорт 2-оос багагвй удаа цэвэрлэх, угаах;
7. Хоолойгоо давс, содын уусмал, сармисны хандаар зайлах;
8. Гэр, орондоо чийгтэй цэвэрлэгээ, агаарын сэлгэлтийг байнга хийх;

Хэрэв та болон танай гэр бүлийн хэн нэгэнд 38 хэмээс дээш ондор халуурах, ханиалгах зэрэг томуу, томуу төст өвчний шинж тэмдэг илэрсэн бол бусдад халдвар тараахаас сэргийлж, сургууль, цэцэрлэг, ажилдаа явалгвй харъяа дvүрэг, хорооны орхийн эрvүл мэндийн товдоо хандан эмчийн зааврын дагуу эмчилгээг хийх.

Эх сурвалж: **Томуугийн Үндэсний Төвийн вэб-сайтаас (www.flu.mn)**