

JUHISED PATSIENDILE SÜGELISTE KORRAL

Mis on sügelised?

Sügelised on nahahaigus, mida põhjustab palja silmaga vaevu nähtav sügelisest. See levib peamiselt otsese nahk-naha kontakti kaudu. Lest uuristab naha pindmisesse kihti umbes 0,5–1 cm pikkuse käigu ja muneb sinna.

Sügelised on hästi ravitavad. Haigus ei tähenda halba hügieeni – nakatuda võib igaüks.

Levik

Nakatumiseks piisab ligikaudu 10-minutilisest nahknaha kontaktist, nakatuda võib igaüks ja seda olenemata vanusest. Lühiajaliselt võivad lestad levida ka voodi- ja aluspesu ning rätikute kaudu.

Nakkusohtlikkus kestab seni, kuni ravi on hävitanud lestad ja munad.

Sümptomid

Esmakordsel nakatumisel tekib sügelus 2–6 nädala jooksul. Selle aja jooksul võib inimene juba teisi nakatada. tugev sügelus muutub eriti häirivaks öhtuti, raskendades uinumist.

Nahale tekivad väikesed sügelevad punnid või peened käigujooned. Lööve paikneb sagedamini:

- sõrmede vahel ja randmetel;
- küünarnukkide siseküljel ja kaenlaalustes;
- vöökohal, tuharatel ja suguelunditel;
- naistel ka rindadel ja nibudel.

Imikutel võib lööve olla ka peas, kaelal, peopesadel ja jalataldadel.

Ravi

Sügelisi ravitakse esmaselt (Permetriin) nahale määritava ravisalvi või -kreemiga, mida saab apteegist ilma retseptita. Ravi õnnestub, kui kõik lähikontaktid ravitakse korraga, vajadusel võib ravi korrata nädala pärast.

1. Ravige kõik korraga. Kõik pereliikmed samal päeval, teavitage ka koole, lasteaedu, hooldekodusid, kus olete viibinud.
2. Kandke ravim kogu nahale – kaelast varvasteni, ka sõrmede ja varvaste vahele, küünte alla, kõrvade taha, nahavoltidesse ja suguelunditele.

3. Laske ravimil mõjuda nii kaua, kui on kirjas ravimi infolehel. Kui pesete vahepeal käsi, kandke ravimit kätele uuesti.
4. Pärast mõjuaga peske ravim maha ning pange selga puhtad riided ja voodisse puhas pesu.
5. Korrake ravi ühe nädala pärast, et hävitada vahepeal munadest koorunud lestad.

Kollektiivi võib naasta 24 tundi peale ravi.

Lõigake küüned lühikeseks, sest lestad võivad peituda küüntes all. Sögelus võib pärast edukat ravi kesta veel 2–4 nädalat. See ei tähenda tingimata, et ravi ei toiminud. Rasedad, imetavad emad ja alla 2-aastaste laste vanemad peaksid enne ravi alustamist nõu pidama arstiga.

► **NB! Raviga koos hoolitsege keskkonna eest:**
Kodused meetmed tehke samal päeval, kui alustate ravi, ja korrake neid pärast ravi lõppu.

- Nakatunu magab eraldi voodis ja kasutab oma rätikuid ning hügieenitarbeid.
- Peske viimase 7 päeva jooksul kasutatud riided, voodipesu, rätikud pesumasinas vähemalt 60 °C juures (temperatuur peab püsima 10 minutit).
- Kuivad esemed, mida ei saa pesta (jalanõud, mantlid, pehmed mänguasjad), pange suletud kilekotti 7 päevaks toatemperatuuril.
- Visake ära avatud isiklikud kreemid, õlid ja losjoonid. Isiklikud kosmeetikavahendid pange suletud kilekotti 14 päevaks.

Millal pöörduda arsti poole?

Sögelusi diagnoosib perearst või nahaarst. Pöörduge arsti poole, kui:

- kahtlustate sögelusi, kuid ei ole diagnoosis kindel;
- nahal on paksud koorikud või lööve katab suurt osa kehast;
- nahk on punetav, valulik, soe või mädane (võimalik põletik);
- sögelus ja lööve ei ole 4 nädalat pärast teist ravikuuri taandunud või tekivad uued käigud;
- ravi vajab rase, imetav ema, imik või nõrgenenud immuunsusega inimene.