

**Корь** – острое инфекционное заболевание, которое проявляется температурой выше 39 градусов, сильной интоксикацией, болью в горле, кашлем и характерной сыпью. Болезнь вызывается вирусом, который проникает в организм через слизистую оболочку рта, носа и глаз. Переболеть корью можно только 1 раз в жизни, после нее в организме вырабатывается стойкий иммунитет.

Корь – одна из самых заразных болезней в мире. Заражается практически 100% людей, контактировавших с больным. Случалось, что заражение происходило через вентиляцию. Люди заражались корью от соседа, живущего несколькими этажами ниже.

Хотя мы привыкли считать корь обычной детской болезнью, она очень опасна. Каждый час в мире от нее умирает 15 человек, это составляет 165 000 людей в год. А до 1980 года количество летальных случаев было больше в 20 раз! Особенно высокая смертность в развивающихся странах Африки и Азии. Там с корью связывают 20% детских смертей.

В нашей стране удалось избавиться от крупных эпидемий кори благодаря всеобщей вакцинации. Детям в возрасте 1 и 6 лет делают прививку от кори, краснухи и паротита. Привитые люди даже если заболевают, то переносят болезнь в легкой форме.

Интересно, что тяжелее всего болеют дети, которые испытывают недостаток витамина А. Поэтому ВОЗ рекомендует принимать его 2 дня во время лечения, чтобы ускорить выздоровление. А вот дети, рожденные переболевшими женщинами, не боятся кори до 6 месяцев, так как имеют врожденный иммунитет, который потом исчезает.

Еще несколько фактов о кори:

- Корь распространена во всех странах и континентах.
- Всплески заболеваемости наблюдаются каждые 8-10 лет, особенно на фоне нынешней моды отказа от прививок.
- Самым опасным считается период с ноября по май.
- Чаще всего болеют дети до 10 лет, которые заражаются в детском саду или в школе.
- Взрослые болеют реже, но заболевание у них протекает тяжелее, и в 30% случаев возникают осложнения.

### **Возбудитель кори**

Вирус кори представляет собой одну нитку РНК, свернутую в спираль. Ее окружает оболочка (капсид) из белков и липидов. А сверху этот организм покрыт еще одной защитной оболочкой с выростами, похожими на шипы. Вирус имеет правильную круглую форму и небольшие размеры 120-230 нм.

### **Свойства вируса кори:**

1. **Поражает в основном клетки эпителия верхних дыхательных путей**, что проявляется в воспалении конъюнктивы, горла, гортани, трахеи. Также корью поражаются клетки нервной системы. С этим связывают сильную интоксикацию, иногда судороги и потерю сознания, воспаление оболочек мозга (менингит). Страдает и слизистая оболочка кишечника, что вызывает расстройство пищеварения.
2. **Белковые частички оболочки вируса вызывают аллергическую реакцию**, которая лежит в основе большинства симптомов болезни: пятна Филатова-Коплика-Вельского на слизистой оболочке щёк и губ, сыпь на коже и слизистой неба.
3. **Снижение иммунитета**, связывают с тем, что вирус поражает лимфоидную ткань и структуры мозга, которые отвечают за иммунные реакции.

4. **Вирус снижает активность макрофагов**, которые считаются пожирателями бактерий и обеспечивают защиту от инфекций. В связи с этим 30% случаев заканчиваются бактериальными осложнениями (пневмониями, отитами, энцефалитами)
5. **Гемагглютинирующая активность вируса** (склеивает эритроциты в хлопья) помогает лаборантам определить вирус кори в крови.
6. **Гемолитическая активность вируса** (вызывает разрушение эритроцитов в крови и сопровождается выделением в кровь гемоглобина) также используется в лабораторной диагностике.
7. **Вирус вызывает образование многоядерных гигантских клеток**. Они появляются в результате слияния соседних клеток в небных миндалинах, лимфатических узлах, слизистой оболочке дыхательных путей. Их функция – производить новые вирусы.
8. **Возбудитель кори повышает проницаемость капилляров**. Через их стенку выходит жидкая составляющая крови, что вызывает насморк, влажный кашель, конъюнктивит, отек на поверхностных участках кожи.
9. **Полнокровие сосудов и повреждение вирусом их стенок**, вызывает кровоизлияния на коже и в глазах.
10. **Проникая в клетку, вирус кори перестраивает ее** таким образом, что она превращается в фабрику по производству новых вирусов. В клетке производятся спирали РНК и белковые оболочки для капсидов.
11. **Когда вирус попадает в окружающую среду, то гибнет довольно быстро**. Он плохо переносит солнечный свет, УФ-облучение, высокие температуры, и любые кислоты и дезрастворы. Самостоятельно погибает через 2-3 часа, поэтому дезинфекцию при кори можно не проводить. Источником заражения является больной человек. Он становится заразен уже в последние 2 дня инкубационного периода, когда еще нет признаков болезни. Вирус выделяется из организма до 4 дня высыпаний. То есть человек остается опасным для окружающих 7-10 дней. Вирус кори передается по воздуху воздушно-капельным путем, с каплями слюны и слизи, при кашле и разговоре.

### Как вирус кори ведет себя в организме



Вирус попадает в организм здорового человека через слизистую оболочку дыхательных путей. А оттуда выходит в кровь, которая заносит его в лимфатические узлы и селезенку, где он активно размножается. Это происходит во время инкубационного периода, который длится 7-17 дней.

После этого новое поколение вирусов второй раз выходит в кровь и рассеивается по организму. Они поражают кожу, конъюнктиву, слизистую оболочку полости рта, дыхательных путей, кишечника и ЦНС. Вирус кори размножается на отдельных островках, образуя воспалительные инфильтраты. На этих участках происходит разрастание клеток, при этом их оболочки растворяются, и образуются многоядерные клетки.

### Симптомы и признаки кори у взрослых

Люди старше 20 лет тяжелее переносят корь. У них больше элементов сыпи, больше выражена интоксикация и выше вероятность осложнений.

Симптом	Механизм развития	Как выглядит
<b>Катаральный период</b> продолжается 5-6 дней		
Лихорадка	Болезнь начинается с резкого повышения температуры до 38-40 градусов. Частицы оболочки вирусов попадают в кровь и взаимодействуют с лимфоцитами. А те	

	<p>выделяют вещества, которые служат сигналом для гипоталамуса (отдела головного мозга) повысить температуру тела. Лихорадка помогает создать неблагоприятные условия для размножения вируса и ускоряет выработку антител и интерферонов, которые могут победить болезнь.</p>	
Интоксикация	<p>Это реакция на попадание в организм вируса, который отравляет нервную систему и вызывает аллергию. Проявления интоксикации: головная боль, слабость, нарушения сна, снижение аппетита.</p>	
Насморк	<p>Вирусы поселяются на слизистой носа. Для борьбы с ними вырабатывается белок муцин, а из поврежденных капилляров выделяется много жидкости. В этом случае сопли прозрачные, слизистые. Если в борьбу включаются лейкоциты, то выделения из носа становятся желто-зелеными, гнойными.</p>	
Навязчивый сухой кашель	<p>Вирус повреждает слизистую оболочку верхних дыхательных путей, и она воспаляется. Это вызывает саднение в горле. Отек гортани становится причиной кашля. Если воспаление распространилось на голосовые связки, то пропадает голос.</p>	
Конъюнктивит, который сопровождается светобоязнью и гнойными выделениями	<p>Задняя поверхность век заселяется вирусом. Это приводит к ее отеку, воспалению, покраснению. В склере глаза видны расширенные сосуды и мелкие кровоизлияния, которые появляются из-за поражения капилляров. Светобоязнь – результат воспаления оболочек глаза. Иногда она становится причиной частого непроизвольного моргания.</p>	

<p>Воспаление шейных лимфатических узлов</p>	<p>Лимфатические узлы фильтруют кровь, очищая ее от вирусов. Они активно вырабатывают лимфоциты для борьбы с инфекцией. Повышенная нагрузка на лимфоузел и размножение в нем вирусов приводит к его увеличению и воспалению.</p>	
<p>Частый жидкий стул</p>	<p>Поражение слизистой оболочки кишечника и его лимфоузлов нарушают процесс переваривания и всасывания пищи. В результате стул становится частым, кашицеобразным или жидким.</p>	
<p>Пятна Филатова-Коплика-Вельского характерный признак кори</p>	<p>Размножение вируса на слизистой рта происходит на отдельных островках размером 1-2 мм. Ткань на этом месте отмирает, образуются очаги некроза. Они напоминают, приклеившиеся к щекам или деснам, крупинки манки. Пятна белого цвета, немного возвышаются над поверхностью и окружены тонкой красной каймой. Они плотно прикреплены к слизистой. Пятна появляются на 2-3 день болезни и держатся около 5 дней.</p>	
<p>Сыпь на слизистой оболочке неба (корева энантема)</p>	<p>Сыпь во рту в виде красных пятен неправильной формы размером с булавочную головку появляется в тех местах, где интенсивное размножение вируса вызвало расширение капилляров. Энантема появляется на 2-3 день болезни. Еще через 2-3 дня воспаляется и краснеет вся слизистая рта, и пятна становятся незаметными.</p>	
<p><b>Период высыпания</b> продолжается 3-4 дня</p>		

<p>Яркая пятнисто-папулёзная сыпь</p>	<p>Элементы сыпи – яркие розовые образования (без полости внутри) неправильной формы. Они имеют плоскую верхушку и немного возвышаются над поверхностью кожи. Постепенно элементы растут и сливаются между собой, покрывая большие участки на лице.</p> <p>Появление сыпи связывают с воспалительно-аллергической реакцией в верхних слоях кожи. Она сопровождается расширением сосудов и отеком отдельных участков.</p>	
<p>Этапность высыпаний характерный признак кори</p>	<p>Этапность – характерный признак кори. В первый день сыпь появляется на лбу, за ушами, на лице и шее. Во второй день она распространяется на туловище и руки. А на третий на ноги и пальцы рук.</p>	
<p>Кровоизлияния на коже</p>	<p>Небольшие кровоизлияния связаны с повреждением стенки сосудов и выходом крови под кожу.</p>	
<p>Тахикардия (учащенное сердцебиение) более 100 ударов в минуту</p>	<p>Вирусы влияют на симпатический отдел нервной системы, который отвечает за повышение ритма сердца. Также они поражают мышцу сердца.</p>	



<p>Пониженное артериальное давление (артериальная гипотензия)</p>	<p>Снижение тонуса кровеносных сосудов становится следствием поражения вегетативной нервной системы, которая управляет этим процессом.</p>	
<p>Ухудшение состояния</p>	<p>В период высыпаний увеличивается активность вирусов и усиливается отравление организма токсинами. Поэтому в эти дни повышается температура, ухудшается общее состояние: кашель, насморк, слабость.</p>	
<p><b>Период выздоровления (пигментации) продолжается 5-7 дней</b></p>		
<p>Улучшение состояния</p>	<p>Иммунная система определила тип вируса и создала специальные антитела, способные его уничтожить. Их появление сопровождается снижением температуры, уменьшением насморка и кашля.</p>	
<p>Угасание сыпи</p>	<p>Сыпь угасает в том порядке, в каком появлялась. Часто пока на ногах появляются новые высыпания, на лице папулы уже темнеют.</p>	
<p>Пигментация и шелушение</p>	<p>На месте, где были папулы, активно вырабатывается пигмент меланин, что приводит к появлению светло-коричневых пятен. А отмирание клеток верхнего слоя кожи приводит к ее шелушению. Кожа покрывается мелкими белыми чешуйками, похожими на муку. Кожа приобретает здоровый вид через 7-10 дней.</p>	

## Лечение кори

## **Необходимо ли лечение в больнице?**

Обычно лечение кори проводят дома. Врач будет вас периодически посещать в этот период и следить за течением болезни. Он выпишет вам необходимые лекарства, порекомендует хорошо питаться и пить много жидкости, а также принимать витамины А и С.

Лечение в инфекционном отделении больницы требуется в таких случаях:

- если возникли серьезные осложнения;
- тяжелое течение болезни, сильное отравление организма (интоксикация);
- невозможно изолировать больного от других членов коллектива (в интернате или в армии).

## **Режим дня при кори**

Больному корью необходим постельный режим пока держится температура. По возможности, выделите ему отдельную комнату. Влажная уборка должна проводиться не реже 2-х раз в день. Очень важно, чтобы воздух постоянно оставался свежим, поэтому чаще проветривайте помещение.

Если яркий свет вызывает неприятные ощущения, то задерните шторы, а вечером вместо люстры включайте настольную лампу.

Соблюдайте режим дня. Хотя сон нарушен и появилась бессонница, старайтесь ложиться вовремя. Особенно это касается детей.

Если трудно удержать ребенка в кровати, то разрешите поиграть в спокойные игры, немного посмотреть телевизор, почитайте вместе. Но желательно, чтобы после обеда он поспал.

## **Диета при кори**

Диета при кори должна быть легкой, чтобы не раздражать кишечник и калорийной, чтобы поддерживать силы организма. Очень важно принимать достаточно витаминов А и С, которые улучшат состояние и ускорят выздоровление.

Если есть нарушения пищеварения, то врачи назначают диету №2. Когда работа кишечника нормализовалась, то диета №15 поможет восстановить силы.

## ***Еще несколько рекомендаций, которые помогут победить корь***

- Пейте много жидкости. Норма взрослого 2,5-3 литра в день, а для ребенка по 100-150 мл/кг в сутки. Соблюдение этого правила помогает вывести из организма вредные продукты жизнедеятельности вирусов, снизить аллергизацию организма и не допустить появления осложнений. Пить можно чистую воду, компоты, соки, морсы, чай.
- Восстановить запасы воды и минеральных веществ помогают готовые растворы для дегидратации Регидрон, *Нитана Электролит*. Приготовить аналогичный раствор вы можете самостоятельно, растворив в литре кипяченой воды 1 ст.л. сахара, 1/2 ч.л. пищевой соды и 1 ч.л. соли.
- В меню должно быть много овощей и фруктов, как в сыром виде, так и в тушеном и вареном. Хорошо подойдет овощные супы с крупами на нежирном мясном бульоне.

- Пища должна быть теплой, но не горячей, чтобы не раздражать воспаленное горло. По этой же причине желательно, чтобы блюда были протертые и полужидкие (супы-пюре или молочные каши). Такая пища легко глотается, не раздражая слизистую оболочку рта.
- Для укрепления иммунитета нужны белковые блюда из нежирного протертого мяса и рыбы (паровые котлеты, паштет или суфле). А также омлеты, творог в натуральном виде или в запеканке с крупами и ягодами.
- В качестве гарнира подойдут любые полужидкие каши: рисовая, гречневая, пшенная.
- Хорошо поднимают иммунитет кисломолочные продукты, особенно кефир, наринэ и домашние йогурты.
- Из питания исключите:
  1. жесткое, жирное и жилистое мясо;
  2. животные жиры (сало, кулинарный жир);
  3. жареные блюда;
  4. острые специи: острый красный и черный перец, хрен, горчица.

## **ДЛ**

- незначительное повышение температуры;
- насморк;
- кашель;
- конъюнктивит;
- необильная сыпь на лице.

### **Как обезопасить себя, если кто-то в семье болеет корью?**

Если вы привиты против кори, то опасность вам практически не грозит. Но все же лучше посоветоваться с врачом. Он может порекомендовать ввести противокоревой иммуноглобулин для профилактики заражения. Это необходимо сделать в первые 5 дней с момента контакта с больным.

Мероприятия, позволяющие ограничить распространение вируса кори. В заключение, напомним еще раз, что если у вас или у вашего малыша поднялась температура, появился насморк, кашель и сыпь, то немедленно обращайтесь к врачу. Вовремя начатое лечение кори убережет вас от опасных осложнений.

- Больной должен оставаться в своей комнате до 4-го дня от начала высыпаний.
- Если у больного есть необходимость выйти, то следует надевать ватно-марлевую или одноразовую маску, закрывающую рот и нос.
- Желательно, чтобы заботу о больном взял на себя переболевший или привитый член семьи.
- Выделите больному отдельную посуду и полотенце.
- Нет необходимости делать дезинфекцию в квартире, так как вирус самостоятельно погибает через 2 часа. Но влажная уборка 2 раза в день обязательна.
- Все члены семьи должны принимать витамины, особенно А и С.
- Если в семье есть не болевший и не вакцинированный ребенок, то ему нельзя посещать детский коллектив с 8 до 17 дня от контакта с больным.