

Suomen jääkiekkoliitto

Markku Tuominen

## **PAIKALLISIA ENTEROVIRUS EPIDEMIOITA SUOMESSA**

Enteroviruksen aiheuttamia epidemioita on havaittu Suomessa syyskuun aikana useammalla paikkakunnalla. Valtaosa sairastuneista on 10–20-vuotiaita ja heistä kaksi kolmasosaa poikia/miehiä. Tautitapauksia on ilmennyt myös juniori jääkiekkjoukkueissa.

Nuoria aikuisia on joutunut sairaalahoitoon aivokalvontulehdusoireiden vuoksi (äkillinen kuume, kova päänsärky, oksentelu, niskan jäykkyys). Sairaalahoitoa on tarvittu 2-3 päivän ajan. Osalla hoidetuista tauti on varmistunut enteroviruksen aiheuttamaksi. Sairastuneiden lähipiirissä on lievempiäkin taudinkuvia. Valtaosa enteroviruksen aiheuttamista infektioista on oireettomia tai vähäoireisia.

Spesifistä lääkitystä enterovirusinfektioon ei ole vaan hoito on oireenmukaista. Rokotetta ei ole. Tartunnan leviämisen estämiseksi huolellinen käsihygienia on tärkeää.

Enterovirukset ovat saaneet nimensä alun perin siitä, että ne lisääntyvät pääasiassa suolistossa (kreikan enteron = suoli) **ja tartunnan saanut ihminen erittää viruksia yleensä viikkokausia ulosteeseen.**

Enterovirusia esiintyy maailmanlaajuisesti ja ne ovat yleisimpiä ihmisiä infektioivista viruksista. Lauhkean ilmaston maissa, kuten Suomessa, enterovirukset aiheuttavat infektioita erityisesti loppukesäisin ja syksyisin, kun taas trooppisilla alueilla enterovirusinfektioita esiintyy ympäri vuoden.

### **Miten enterovirus tarttuu?**

Enterorokko on helposti tarttuva. Tärkein tartuntareitti on ulosteesta käsiin, käsistä toisiin ihmisiin ja edelleen käsistä suuhun. Myös pisaratartunta hengitystie-eritteiden kautta on mahdollinen.

### **Mitä oireita tautiin liittyy?**

Valtaosa enterovirusten aiheuttamista infektioista on oireettomia tai hyvin vähäoireisia.

Enterovirukset eivät tavallisesti aiheuta suolistotauteja vaan systeemisiä infektioita, joiden oirekirjo määräytyy virusten toissijaisen lisääntymispaikan mukaan. Enterovirus voi aiheuttaa

aivokalvotulehdusta, sydänlihastulehdusta, enterorokkoa ja muita ihottumatauteja sekä vastasyntyneelle yleistyneen infektiion.

## Mikä on enterorokko (hand-foot-mouth disease)?

Enterorokko on enterovirusten aiheuttama rokkotauti, jota esiintyy normaalisti lähinnä lapsilla. Suomessa sen tavallisin aiheuttaja on coxsackie A16-virus, mutta sitä voi aiheuttaa myös muut enterovirukset.

Enterorokon ensioireita ovat kuume, päänsärky, nielukipu, vatsaoireet ja yleinen voimattomuus. Noin kahden vuorokauden kuluttua suun limakalvolle, kämmeniin ja jalkapohjiin ilmaantuu punottavia alueita, joihin voi kehittyä rakkuloita ja haavaumia. Oireet ovat yleensä lieviä ja paranevat itsestään 7-10 päivässä. Enterorokon itämisaika on 3-7 vrk.

## Miten enterovirusinfektioita ehkäistään ja hoidetaan?

Taudin ehkäisyyn liittyvä ohjeistus on samankaltainen, kuin ovat ohjeet, jotka annettiin influenssa A(H1N1) epidemian ehkäisemiseksi.

Tartunnan leviämisen estämiseksi huolellinen **käsihygienia** on tärkeää. Kädet pestään runsaalla vedellä ja pesunesteellä/saippualla erityisesti WC-käyntien ja ennen ruokailua. Käsien kuivaamiseen käytetään kertakäyttöisiä paperipyyhkeitä.

Jokainen pelaajan tulee käyttää **henkilökohtaista juomapulloa** tai juotto hoidetaan käyttäen kertakäyttöisiä mukeja.

Joukkueen yhteisistä pyyhkeistä luovutaan ja hien yms. pyyhkimiseen käytetään esim. aitioissa ainoastaan kertakäyttöisiä **paperipyyhkeitä**. Paperipyyhkeet tulee heittää suoraan roskakoriin ja aitiot tulee varustaa riittävällä määrällä roskakoreja.

**Syljeskely** on ehdottomasti kiellettyä.

Pukuhuoneissa jokainen pitää mahdollisimman hyvin omat varusteet erillään toisten pelaajien varusteista. Säännöllisestä pyykinpesusta huolehditaan.

**Kättelyä** vältetään toistaiseksi sekä joukkueiden välillä että joukkueen jäsenten kesken. Tervehtiminen hoidetaan ja erotuomareiden kättely jätetään toistaiseksi myös pois.

**Rokotetta ei ole. Spesifistä lääkitystä enterovirusinfektioon ei ole vaan hoito on oireenmukaista.**

# Helpot ohjeet hyvään käsihygieniaan:

- poista sormukset, korut, ja kellot pesun ajaksi
- kostuta kädet lämpimällä vedellä
- ota käsiin nestesaippuaa
- hiero kämmeniä yhteen n 20 sekunnin ajan
- pese huolellisesti myös kämmenien selkäpuolet, sivustat, ranteet ja sormien välit sekä kynsien ja sormuksien alustat
- huuhtelee kädet puhtaiksi
- kuivaa kädet huolellisesti puhtaaseen kertakäyttöiseen käsipaperiin
- sulje hana siten, että suojaat puhtaita käsiä esimerkiksi käsipaperilla
- tarvittaessa käytä pesun jälkeen vielä käsien desinfiointiin tarkoitettua valmistetta

**EPIDEMIAN  
AIKANA  
VÄLTÄMME  
KÄTTELYÄ**

# **OHJEITA HUOLTAJILLE:**

## **Siivoaminen, pyykinpesu ja puhtaanapito**

- Heitä käytetyt nenäliinat ja muut kertakäyttöiset tuotteet roskeen, käytä kertakäyttökäsineitä. Muista pestä kätesi, jos kosket käytettyihin nenäliinoihin yms.
- Pyyhi kosketus- ja pöytäpinnat päivittäin tavanomaisella puhdistusaineella.
- Sairastuneiden henkilöiden käyttämiä varusteita, aterimia ja astioita ei tarvitse pestä erikseen, mutta ne tulisi pestä tai puhdistaa huolellisesti ennen kuin muut koskevat niihin.
- Pese pyykki tavanomaiseen tapaan. Tartunnan välttämiseksi älä pidä pyykkejä sylissäsi, kun lastaat niitä koneeseen. Kun olet käsitellyt likaisia pyykkejä, pese kätesi huolellisesti vedellä ja saippualla sekä käytä tarvittaessa desinfioivaa ainetta.