

**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.

## 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

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.

## Симптомы и признаки кори у детей


Симптом	Механизм развития	Как выглядит
<b>Катаральный период</b> у детей длится 3-5 дней		
Лихорадка	<a href="#">Повышение температуры</a> – первый симптом болезни. Температура – это защитная реакция организма на появление вируса кори в крови.	
Психомоторное возбуждение	Ребенок становится капризным, плаксивым, раздражительным, плохо спит. Это результат поражения вирусом клеток коры и других структур головного мозга.	
<a href="#">Насморк</a>	Через стенки поврежденных вирусом капилляров вытекает жидкость из крови. А слизистая носа вырабатывает особые белки для защиты от вируса. Поражение слизистой оболочки носа, горла вызывает <a href="#">зуд</a> в носу, чихание, боли в горле. Выделения из носа чаще прозрачные слизистые, но могут быть и желтоватые – слизисто-гнойные.	
<a href="#">Кашель</a>	Кашель «лающий» громкий. Голос у ребенка становится осиплым. Это результат воспаления в глотке, которое распространяется и на голосовые связки. Отек и воспаление могут вызвать у ребенка спазм гортани (ларингоспазм). Если малышу стало трудно дышать, немедленно вызывайте скорую!	
<a href="#">Конъюнктивит</a>	Внутренняя оболочка век отекает и пропитывается жидкостью, выходящей сквозь стенки сосудов. Это создает благоприятные условия для развития <a href="#">вирусов</a> и <a href="#">бактерий</a> . Появляются гнойные выделения из глаз.	
Светобоязнь	Ребенка раздражает яркий свет. Он жмурится, глаза слезятся. Это проявление воспаления во внутренней оболочке век.	
Одупловатость лица	Лицо выглядит отечным в результате воспаления шейных лимфатических узлов, которые поражаются вирусом. Отечность вызвана аллергической реакцией и застоем лимфы и крови в сосудах лица.	

Коревая энантема	На 2-4 день болезни на слизистой оболочке твердого и мягкого неба появляются красные пятна. Они не возвышаются над остальной тканью и достигают 0,5 см в диаметре. Через 1-2 дня у ребенка горло становится красным, и пятна сливаются на этом фоне.	
Пятна Вельского - Филатова - Коплика	На слизистой оболочке щек возле жевательных зубов появляются небольшие белые пятна. Они плотно фиксированы, немного возвышаются над остальной тканью и окружены узкой красной каймой, напоминают крупинки манной каши. Пятна – участки омертвления пораженных клеток слизистой в очаге размножения вируса. Они являются характерным симптомом кори и появляются на 3-5 день болезни. У детей до года они могут отсутствовать.	
Боли в животе	Ребенок отказывается от еды, жалуется на боли в животе. Стул становится учащенным, может появиться <a href="#">рвота</a> . Такие проявления болезни связаны с поражением слизистой оболочки кишечника и его лимфоузлов.	
<b>Период высыпаний</b> продолжается 4-5 дней		
Сыпь на коже	Сыпь появляется на 3-4 день после начала болезни. Первые высыпания на лице и за ушами. Постепенно они распространяются на шею, верхнюю часть груди и спины. На 2-й день сыпью покрывается туловище, а на 3-й день ноги и пальцы на руках. Сыпь при кори называется пятнисто-папулезной экзантемой. На фоне здоровой неизменной кожи появляются розовые узелки неправильной формы, возвышающиеся над кожей. Папулы кори имеют плоскую поверхность и окружены красноватыми пятнами. Они быстро увеличиваются в размерах и сливаются между собой. Новые высыпания и сопровождаются высокой температурой, кашлем, насморком. С четвертого дня сыпи состояние начинает улучшаться, и ребенок считается незаразным.	
<b>Период реконвалесценции (пигментации)</b> длится 7-10 дней		
Пигментация "грязная кожа"	Через пять дней после начала высыпаний, на месте папул остаются пятна светло-коричневого цвета. Это результат отложения на пораженных участках кожи большого количества пигмента меланина.	
Шелушение кожи	Кожа на месте высыпаний шелушится – это скопления отмерших клеток рогового эпителия. Чешуйки при кори мелкие, напоминающие муку.	

Улучшение состояния	Температура нормализуется, уменьшается кашель и насморк. Освобождение организма от вируса происходит благодаря появлению в крови противокоревых антител.
---------------------	--




## 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 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.	
Интоксикация	Это реакция на попадание в организм вируса, который отравляет нервную систему и вызывает аллергию. Проявления интоксикации: головная боль, <a href="#">слабость</a> , нарушения сна, <a href="#">снижение аппетита</a> .	
Насморк	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 <a href="#">лейкоциты</a> , то выделения из носа становятся желто-зелеными, гнойными.	
Навязчивый сухой кашель	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.	
Конъюнктивит, который сопровождается светобоязнью и гнойными выделениями	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	

	морганя.	
Воспаление шейных лимфатических узлов	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.	
Частый <a href="#">жидкий стул</a>	Поражение слизистой оболочки кишечника и его лимфоузлов нарушают процесс переваривания и всасывания пищи. В результате стул становится частым, кашицеобразным или жидким.	
Пятна Филатова-Коплика-Вельского характерный признак кори	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.	
Сыпь на слизистой оболочке неба (корева энантема)	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.	
<b>Период высыпания</b> продолжается 3-4 дня		
Яркая пятнисто-папулезная сыпь	<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><u>Тахикардия</u> (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 <u>токсинами</u>. Поэтому в эти дни повышается температура, ухудшается общее состояние: кашель, насморк, слабость.</p>	
<p><b>Период выздоровления (пигментации) продолжается 5-7 дней</b></p>		

Улучшение состояния	Иммунная система определила тип вируса и создала специальные антитела, способные его уничтожить. Их появление сопровождается снижением температуры, уменьшением насморка и кашля.	
Угасание сыпи	Сыпь угасает в том порядке, в каком появлялась. Часто пока на ногах появляются новые высыпания, на лице папулы уже темнеют.	
Пигментация и шелушение	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.	

## 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.

### 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.

- 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, *Humana 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 подойдут 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.

Вакцинация против кори, краснухи и паротита детям проводят в возрасте 1, 6, 14 лет. Взрослым – до 55 лет. Привитые люди даже если заболевают, то переносят болезнь в легкой форме.