

## ATMINTINĖ UTĖLĖTUMO PROFILAKTIKA

(Visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, grupės auklėtojams)

### Utėlėtumo (Pedikuliozės) apibrėžimas

Utėlėtumas (pedikuliozė) – apsikrėtimas utėlėmis. Pedikuliozės sukėlėjai: galvinė utėlė *Pediculus humanus capitis*, parazituojanči žmogaus galvos plaukuose, drabužinė utėlė *Pediculus humanus corporis*, parazituojanči žmogaus drabužiuose, *Phthirus pubis*, parazituojanči gaktos srities (intensyvaus užsikrėtimo atveju – ir kitose plaukuotose kūno vietose) plaukuose. Visų rūšių utėlės maitinasi žmogaus krauju, deda kiaušinius (glindas), kuriuos priklįuoja prie plauko arti odos. Utėlės nešokinėja, bet greitai šliaužioja.

### Kaip atpažinti utėlėtumą?

Tušti glindų kiautai, negyvos glindos ar utėlės gali būti įvardijamos kaip buvęs užsikrėtimas.

Gyvos, judančios utėlės ar gyvos glindos, esančios arti plauko šaknies, patvirtina aktyvų užsikrėtimą.

Glindos yra 1,0–1,5 mm dydžio, suaugusi utėlė yra maždaug sezamo sėklos dydžio.

Geriausias būdas aptikti utėles – vandeniui sudrėkintomis tankiomis šukomis šukuoti plaukus.

Pleiskanos gali būti klaidingai priskiriamos glindoms. Glindos tvirtai prisiklijavusios prie plauko, jos nenukrenta nuo judesio, brūkštelėjimo ar pūstelėjimo.

Pagrindinis apsikrėtimo drabužinėmis utėlėmis požymis – utėlės drabužiuose. Dažniausiai pasitaiko, kai žmonės priversti nuolat dėvėti kelis sluoksnius drabužių (benamiai, asmenys karo lauke, katastrofų, stichinių nelaimių vietose). Drabužinės utėlės labiau mėgsta vilnonius drabužius. Maitinimosi metu jos išlieka ant artimiausio prie kūno esančio drabužio ir tik atsitiktinai iššliaužia ant kūno. Šios utėlės plinta dalijantis drabužiais arba kartu miegant.

### Gyvenimo ciklas (1 paveikslas)

Patelė padeda 6–8 kiaušinius (glindas) per dieną. Juos priklįuoja prie plauko, labai arti odos.

Lerva (nimfa) išsivysto per 7–10 dienų, o likęs glindos kiautas lieka priklįuotas prie plauko. Naujai išsiritusiai lervai (nimfai) būtinas kraujas per pirmas 24 val. Lervos (nimfos) vystymasis iki suaugusios utėlės, galinčios dėti kiaušinius, trunka 7–12 dienų. Lervos (nimfos) neplinta kitiems asmenims, užsikrėsti galima tik suaugusiomis utėlėmis.

Galvinė utėlė gyvena maždaug 30 dienų ir per gyvenimą sudeda apie 100 kiaušinių. Be žmogaus išorinėje aplinkoje utėlė išgyvena ne ilgiau kaip 24 val.

Drabužinės utėlės gyvena ir deda kiaušinius skalbinių ar drabužių raukšlėse, ypač – siūlėse. Kiaušinius prilipina prie audinio plaukelių arba prie žmogaus kūno plaukelių, išskyrus galvą. Glindos stambios, 0,9–1,0 mm ilgio.

### Utėlėtumo plitimas

Utėlėmis užsikrečiama ilgalaikio tiesioginio sąlyčio su utėlėmis apsikrėtusiais žmonėmis metu (vaikų kolektyvuose, perpildytame transporte) bei keičiantis drabužiais, patalyne, šukomis, šepetiais, naudojantis bendra lova, rankšluosčiais, pagalvėmis, kai sudaromos sąlygos utėlėms patekti nuo vieno asmens galvos į kito asmens galvą.

Dažniausiai plinta tiesioginiu būdu iš galvos į galvą, esant artimam sąlyčiui arba per šukas, plaukų šepetius, kitus plaukų priežiūros reikmenis, keičiantis galvos apdangalais bei juos laikant kartu ir kt.

### **Utėlėtumo profilaktika**

Žinios apie utėlėtumą yra esminis dalykas, keičiantis nuostatas ir elgesį bei užtikrinantis efektyvų jo plitimo mažinimą. Supratimas apie utėlių vystymosi ciklą padeda jas sėkmingai sunaikinti. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas privalo žinoti:

- utėlėtumo profilaktikos temas įrašyti į moksleivių sveikatinimo veiklos planus, informavimo priemones pritaikyti visų amžiaus grupių mokiniams;

- kiekvienų mokslo metų pradžioje ar kitu mokslo metų laikotarpiu arba pagal poreikius vaikus ir tėvus/globėjus aprūpinti mokomąja informacine medžiaga (atmintinės, informaciniai lapeliai, laišakai tėvams/globėjams, internetiniai puslapiai, mokyklos leidiniai, žiniasklaidos priemonės) apie pedikuliozės profilaktiką, ankstyvą išaiškinimą (inicijuoja reguliarių galvos plaukų tikrinimą šeimos narių pastangomis) ir utėlių naikinimą (tankių šukų naudojimą, glindų šalinimą). Darbas atliekamas etiškai, nesukeliant gėdos, nepilnavertiškumo ar pažeminimo jausmų;

- periodiškai, atsižvelgiant į esamą epidemiologinę utėlėtumo situaciją, organizuoti ugdytinių švietimą (pokalbius, paskaitas, rengti atmintines ir pan.) apie pedikuliozės profilaktiką.

### **Lopšelyje-darželyje**

- ugdytiniai neturėtų dalintis šukomis, plaukų šepečiais, kitais galvos priežiūros reikmenimis, galvos apdangalais ir/ar drabužiais;

- galvos apdangalai laikomi palto (apsiausto), kuris kabykloje saugomas atskirai, rankovėje;

- sportiniai čiužiniai, galvą saugantys įrenginiai (šalmai) valomi (siurbiami dulkių siurbliu) po kiekvieno panaudojimo;

- kilimai dulkių siurbliu siurbiami kasdien.

### **Utėlių pašalinimas šukomis**

Mechaninis utėlių šalinimas yra rekomenduojamas daugelyje šalių, nes pastaruoju metu išaiškintas utėlių atsparumas medikamentams.

Plaukai sudrėkinami 4–5% acto tirpalu ir šukuojami tankiomis šukomis apie 30 min., kol pašalinamos gyvos utėlės.

Šukavimas kartojamas dvi savaites kas 3–4 dienas.

Panaudojus utėlių naikinimo priemones, plaukus rekomenduojama skalauti 4–5% acto ar citrinos rūgšties vandeniniu tirpalu. Tai padeda pašalinti glindas, nes plauko paviršius tampa slidesnis. Glindas būtina šalinti ne tik dėl estetinių paskatų, bet ir siekiant sumažinti klaidingos diagnozės galimybes. Glindas lengviau pašalinti specialiomis tankiomis šukomis šukuojant vandeniui sudrėkintus plaukus. Šis metodas turėtų būti kartojamas kelias savaites.

### **Utėlių naikinimas**

Utėles naikinantys medikamentai (pedikulicidai) naudojami tik išaiškinus utėlėtumą ir pasitarus su vaistininku ar gydytoju.

Utėlės naikinamos ugdytinio tėvų/globėjų pastangomis. Šiam tikslui skirti medikamentai perkami vaistinėje, jie naudojami griežtai laikantis vartojimo aprašymo informaciniame lapelyje.

Jei panaudojus medikamentą galvos plaukuose pastebimos gyvos utėlės, procesą būtina kartoti pasirenkant kitą medikamentą.

Dažniausiai pasitaikančios neefektyvaus medikamentų naudojimo priežastys:

- medikamentas panaudotas nesilaikant informaciniame lapelyje nurodytų reikalavimų;

- panaudotas neefektyvus medikamentas;

- pakartotinis užsikrėtimas nuo kito asmens.

Sąlytį turėjusių asmenų (turėjo artimą sąlytį galva su galva per paskutinį mėnesį) išaiškinimas – pagrindinė pakartotinio užsikrėtimo profilaktinė priemonė. Visiems užsikrėtusiems asmenims turi būti taikomi tie patys utėles naikinantys medikamentai tuo pačiu metu.

Galvinių utėlių atveju medikamentas taikomas taip, kaip nurodyta jo informaciniame lapelyje, vėliau plaunama karštu vandeniu su muilu, šampūnu. Galvos apdangalai, lovos skalbiniai, pagalvės (jei skalbiamos) kruopščiai plaunami karštesniame nei 60°C vandenyje, šukos ir kiti plaukų priežiūros reikmenys plaunami arba mirkomi 4–5% acto tirpale 30 min.

Bet kurios išsivystymo stadijos drabužinės utėlės (kiaušiniai, lervos, suaugusios utėlės), aptiktos ant skalbinių, drabužių ar kitų daiktų, naikinamos kaip galima greičiau. Skalbiniai virinami 2% kalcinuotos sodos tirpale 15 min., drabužiai lyginami karštu lygintuvu iš abiejų audinio pusių, atkreipiant dėmesį į siūles, raukšles. Drabužiai, kurių negalima virinti, skalbiami karštesniame nei 60°C vandenyje. Efektyvus utėlių, esančių drabužiuose, patalynėje (pagalvėse, čiužiniuose, antklodėse) ir kituose minkštuose daiktuose, naikinimo būdas yra kaitinimas specialiuose įrenginiuose (dezinfekcijos kameroje).

### Lietuvoje registruoti utėles naikinantys medikamentai (pedikuliocidai)

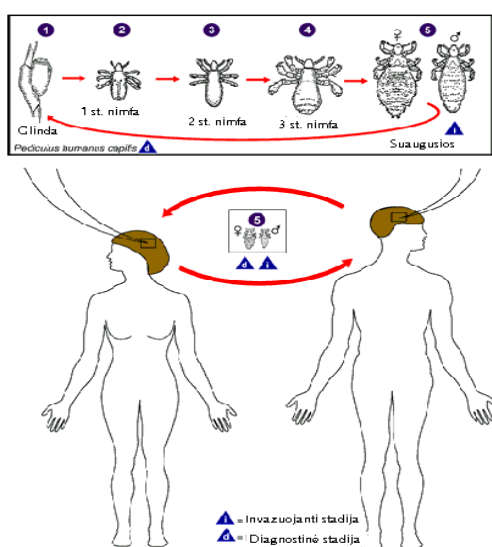
Benzilbenzoat – tepalas, gaminamas Estijoje,

Nittyfor (permetrinas) – tirpalas, gaminamas Vengrijoje,

Pedeks (permetrinas) – 0,5 proc. losjonas, gaminamas Latvijoje,

Permetrino 4 proc. tepalas, gaminamas Latvijoje.

### 1 paveikslas. GALVINIŲ UTĖLIŲ VYSTYMOSI CIKLAS



Vystymosi stadija	Atpažinimas	Optimali temperatūra	Išgyvenimo laikas be šeimininko	Kiti duomenys
Glinda (kiaušinis)	Gelsvai rudos ar pilkos spalvos. Ovalo formos. 0,8–1 mm ilgio. Negyva pabąla ir pakeičia formą. Tvirtai laikosi prie plauko.	28–35°C	-	Inkubacijos periodas – 7–10 dienų. Dažniausia glindų lokalizacijos vieta – pakaušio ir smilkinių sritis. Glindos nesivysto žemesnėje kaip 28°C, bet temperatūrai pasikeitus iki optimalios, gali vystytis toliau.
Nimfos (3 stadijos)	Permatoma, po pirmo pasimaitinimo – rusvai raudona. 3 poros kojų su nageliais.	30,5–35 °C	Vidutiniškai 12–15 val. Išsivysčius iš glindos, mitybai būtinas kraujas per pirmas 5 val.	Po 7–12 dienų išsivysto iki suaugusios utėlės.
Suaugusi utėlė	Gelsvai ruda spalva. 3 poros kojų su nageliais.	30,5–35 °C	Vidutiniškai 12–15 val.	Gyvenimo trukmė – 23–30 dienų.