

OSNOVNE ČINJENICE KOLERA

Šta je kolera?

Kolera je akutno oboljenje izazvano otrovima koje proizvodi bakterija *Vibrio cholerae* i koje se manifestuje jakim proljevom.

Ko je sve izložen riziku?

Svaka osoba koja pojede hranu ili popije vodu zaraženu bakterijom. U visoku rizičnu grupu spadaju osobe koje putuju u krajeve u kojima je moguća zaraza kolerom i osobe oslabljenog imuniteta.

Kako se kolera prenosi?

Virus kolere se obično prenosi konzumiranjem zaražene hrane ili vode (direktno ili indirektno), izmetom ili izbljuvkom od povraćanja zaraženih ljudi (kroz kanalizaciju, na primjer), ili konzumiranjem svježih ili nedovoljno kuhanih morskih plodova koji potiču iz zaraženih voda.

Koji su simptomi kolere?

Većina oboljelih od kolere ispoljava blage simptome koji uključuju samo proljev. Manje je uobičajeno da inficirane osobe ispolje karakteristike težeg oboljenja poput obilnih vodenastih stolica, mučnine, povraćanja i grčeva u nogama. Ovi simptomi mogu postati opasniji zbog brzog gubljenja tjelesnih tečnosti, a u najtežim slučajevima može doći do dehidracije i šoka. Bez ponovne hidracije organizma smrt može nastupiti za nekoliko sati. Rizik od smrti se znatno smanjuje pravilnim liječenjem.

Kako se kolera dijagnosticira?

Dijagnoza se često postavlja izolovanjem bakterije u stolici ili laboratorijskim testiranjem krvi.

Kako se kolera liječi?

Glavni dio liječenja u slučaju proljeva je agresivno nadomještanje izgubljene tečnosti. Uz to, ljekar može da propiše i određene antibiotike.

Kako se kolera može spriječiti?

Iako je opasnost od kolere u USA mala, ipak postoji rizik od ovog oboljenja za osobe koje putuju u priobalne regije i u krajeve u kojima je kolera tipična pojava.

Opšti savjeti:

- Nemojte jesti sirovu ili nedovoljno kuhanu ribu ili školjke, uključujući i "ceviche" južnoameričko jelo od svježih morskih plodova koje se marinira u limunovoj kiselini.
- Uvijek dobro operite ruke sapunom prije pripremanja ili konzumiranja hrane, nakon upotrebe zahoda, ili mijenjanja dječijih pelena.
- Nakon mijenjanja pelena operite i svoje i dječije ruke.
- Dječiji izmet uklonite na propisani način.

Kad putujete:

- "Prokuhajte, skuhajte, ogulite, ili zaboravite."
- Pijte samo flaširanu ili prokuhanu vodu, imajući na umu da je flaširana gazirana voda sigurnija od negazirane.
- Tražite piće bez leda, osim ako ovaj nije napravljen od flaširane ili prokuhane vode.
- Izbjegavajte vodene sladolede i led sa različitim ukusima zato što mogu biti pripremljeni sa zaraženom vodom.
- Jedite hranu koja je dobro potpuno skuhana i koja je još vrela i puši se.
- Izbjegavajte svježe voće i povrće koje se ne može oguliti. Povrće kao što je zelena salata se lako zagadi a teško se dobro pere.
- Sami gulite svoje voće i povrće i nemojte jesti koru.
- Izbjegavajte hranu i piće od uličnih prodavača.
- Nemojte donositi nikakvu kvarljivu hranu sa sobom u USA.