



# MIŠJA MRZLICA



## Kaj je mišja mrzlica?

Mišja mrzlica je akutna nalezljiva bolezen, ki jo povzročajo virusi, imenovani hantavirusi.

## Kdaj in kje najpogosteje pride do okužbe?

- Bolezen se običajno pojavlja v pomladansko - poletnih in jesenskih mesecih.
- Okužimo se lahko pri opravilih na vrtu, polju ali v gozdu,
- pri čiščenju mest, kjer so vidni sledovi in/ali iztrebki glodavcev (kleti, podstrešja, skladišča),
- pri taborjenju in kopanju, zlasti na divjih kopališčih.

## Kako bolezen poteka?

- Bolezenski znaki se običajno pojavijo 2 do 4 tedne po okužbi, lahko pa vse od nekaj dni do dveh mesecev.
- Bolezen se začne nenadoma z visoko vročino, mrzlico, močnim glavobolom in bolečinam v ledvenem predelu in trebuhu.
- Pojavijo se motnje vida, bolečine pri gibanju očesnih zrkel, očne veznice so močno pordele, bolnik je v obraz rdeč, kot bi bil opečen po sončenju.
- Kasneje pride do nenadnega padca krvnega pritiska, pojavijo se motnje zavesti, krči, krvavitve v koži in sluznicah in akutna odpoved ledvic.
- Okrevanje lahko traja več tednov ali mesecev.



## Kako se okužimo z mišjo mrzlico?

- Virus kroži predvsem med glodavci, kot so miši, voluharji in podgane
- Bolezen se z glodavca na človeka prenese preko vdihavanja virusov, ki se nahajajo v izločkih glodavcev.
- Bolezen se ne prenaša s človeka na človeka.

# KAKO SE ZAVARUJEMO?



## Preprečevanje okužb doma

- Glodavcem preprečimo dostop v hišo.
- Varno odstranjujemo ostanke hrane, da ne privabljamo glodavcev.
- Izvajamo redno deratizacijo.
- Pred čiščenjem prezračimo prostor tako, da na stežaj odpremo vsa okna in vrata za najmanj 30 min.
- Pripravimo raztopino klornega razkužila, kjer eno enoto razkužila (npr. Varikine), zmešamo z devet enotami vode.
- Površine, kjer so iztrebki ali mrtve miši, razkužimo s pomočjo razpršila, v katerem je pripravljeno razkužilo. Razkužilo naj deluje najmanj 5 min.
- Pri delu si zaščitimo roke z rokavicami iz lateksa.
- Po končanem razkuževanju in čiščenju odstranimo uporabljene rokavice v vrečko za smeti med splošne komunalne odpadke ter si roke temeljito umijemo z vodo in milom.

## Preprečevanje okužb pri bivanju in delu v naravi

- Pazimo, da zaščitimo hrano in pijačo pred glodavci in odstranimo ostanke hrane.
- Hrane ne puščamo na tleh.
- Ne pijemo vode iz izvirov v naravi.
- Ne poležavamo in posedamo na golih tleh.
- Skrbimo za higieno rok.
- Pazimo na svoje osebne stvari in jih ne puščamo dlje časa nezaščitene na tleh.
- Pri delu, pri katerem se zelo praši, uporabljamo zaščitno masko.

