

MONONUKLEOOSITIETOA POTILAALLE (Lähde Terveysportin artikkeli)

Mikä mononukleosi on?

Mononukleosi on viruksen aiheuttama kuumetauti, johon liittyy usein kovaa kurkkukipua. Taudin aiheuttaa Epstein-Barrin virus, joka siirtyy ihmisestä toiseen yleensä limakalvojen välityksellä. Mononukleosi on tavallisin nuorilla ja tarttuu monesti suutelemalla, josta se on saanut lempinimensäkin (suutelutauti tai pusutauti). Itämisaika vaihtelee 7 ja 50 vuorokauden välillä.

Lähes kaikki sairastavat mononukleosin: Suomessa puolella alle 5-vuotiaista ja miltei kaikilla aikuisista on veressä vasta-aineita sairastetun infektion merkinä.

Miten mononukleosi tunnistetaan?

Pikkulapsilla mononukleosi voi mennä ohi huomaamatta tai aiheuttaa vain lievän kuumetaudin. Vanhemmilla potilailla oireet ovat voimakkaammat: korkeaa kuumetta, nielutulehdusta, lihaskipuja, imusolmukkeiden ja pernan suurenemista ja myös maksatulehdusta esiintyy.

Joka kuudennella potilaalla tauti alkaa silmäluomien turvotuksella. Joka kymmenes saa punapilkkuisen ihottuman. Ihottuma puhkeaa lähes aina, jos potilas käyttää sairauden aikana amoksisilliini-antibioottia.

Lääkäri voi tunnistaa tyypillisen mononukleosin taudinkuvan perustella. Varmistukseksi voidaan tutkia potilaan verenkuvat tai mononukleosia tunnistava pikatesti. Epäselvissä tapauksissa voidaan määrittää verestä vasta-aineita Epstein-Barrin virukselle. Kurkkukipuisilta mononukleosipotilailta tutkitaan nieluviiljely, koska usein potilaalla on samanaikaisesti streptokokin aiheuttama nielutulehdus.

Mononukleosi paranee itsestään

Yleensä mononukleosi paranee itsestään parin viikon kuluessa. Kuumetta voi kuitenkin kestää 4–6 viikkoa. Epstein-Barrin virukseen sopivaa täsmälääkettä ei toistaiseksi ole, ja antibiootit eivät tepsivät virukseen.

Jos potilaalla on samanaikaisesti mononukleosin kanssa streptokokki-infektio, sitä hoidetaan penisilliinillä tai muulla antibiootilla.

Kotihoito-ohjeita

Nuorilla ja aikuisilla mononukleosi on kova kuumetauti ja vuodelepo on aluksi tarpeen. Sairausloman pituus on yleensä 1–2 viikkoa. Seuraavista ohjeista on apua oireisiin:

- Juo paljon vettä tai mehua, se auttaa kuumeeseen ja kurkkukipuun sekä ehkäisee elimistön kuivumista.
- Ota kipuun ja kuumeeseen esim. parasetamolia (Panadol[®] tai Para-Tabs[®]) tai ibuprofeenia (esim. Burana[®], Ibumax[®], Ibumetin[®], Ibusal[®], Ibuxin[®]) tarpeen mukaan. Aspiriinia ei pidä antaa alle 16-vuotiaille lapsille.
- Kurlaa suolavedellä, se auttaa kurkkukipuun. Sekoita teelusikallinen suolaa lasilliseen lämmintä vettä.
- Oireet pääosin helpottuvat kymmenessä päivässä, mutta täysi toipuminen saattaa viedä jopa 2–3 kuukautta.

Osalla potilaista perna suurenee. Rasitusta ja kontaktilajeja kannattaa välttää jopa kuukauden ajan, koska suurentunut perna saattaa revetä, mistä seuraa vakava verenvuoto ja välitön sairaalahoidon tarve.

Mononukleosipotilasta ei tarvitse eristää taudin leviämisvaaran vuoksi, koska virusta on oireettomillakin henkilöillä. Verta ei pidä luovuttaa 6 kk:n kuluessa infektiosta.

Milloin lääkäriin?

Jos oireet ovat tyypilliset ja tauti on tunnistettu (tartuntalähde tiedossa), lääkäriin ei ole kiirettä. Kuumetta, väsymystä ja lihaskipuja voi hoitaa kotikonstein 1–2 viikon ajan.

Jos kurkkukipu on voimakasta, kannattaa varmistaa, että kyseessä ei ole streptokokin aiheuttama tulehdus, johon antibiootti auttaa. Terveystenhoitaja tai lääkäri voi antaa lähetteen nielunäytteeseen.

Mononukleosi saattaa aiheuttaa jälkitauteja, tosin ne ovat harvinaisia. Jos vointi heikkenee, tai tulee esimerkiksi kovia vatsakipuja tai pahoinvointia, kannattaa ottaa yhteys lääkäriin.