

## MONONUKLEOOS

### Haiguse olemus

Mononukleosis on viiruslik süljega leviv nakkushaigus, mida põhjustab Epstein-Barr viirus. Epstein-Barr'i viirus kuulub herpesviiruste hulka ja on üks levinumaid viirusi inimesel. Viirus paljuneb suu- ja neelu limaskestal ning süljenäärmetes, sattudes sealt edasi verre. Peale nakatumist jääb viirus varjatult kogu eluks organismi, elades neelus ja spetsiifilistes immuunsüsteemi rakkudes.

### Haiguse levik

Mononukleosis esineb kõige sagedamini vanuses 15-35 aastat. Viirus levib inimeselt inimesele peamiselt sülje kaudu. Väikelapsed nakatuvad peamiselt haigustekitajaga saastunud mänguasjade või muude esemete kaudu. Noored nakatuvad põhiliselt suudlemisel, samuti teiste inimestega toidu või joogi jagamisel. Õhu kaudu piisknakkusena viirus üldiselt ei levi.

### Sümptomid

Mononukleosis põetakse sageli läbi juba lapseas. Viiruse peiteaeg on tavaliselt 4-7 nädalat. Väikelastel kulgeb nakkus enamasti sümptomiteta, kuid noortel ja täiskasvanutel kujuneb sageli välja mononukleosis haiguspiilt.

Haigusele on iseloomulik kõrge palavik, kurguvalu, mandlite põletik, lümfisõlmede suurenemine, põrna suurenemine (tekitab kõhuvalu), maksapõletik. Haigusnähtud ei pea esinema korraga, ükskõik milline neist võib olla viirusnakkuse ainsaks väljenduseks. Lisaks võib esineda turseid silmade ümber ning peenetäpiline lööve kehal.

### Diagnoosimine ja ravi

Mononukleosisi diagnoositakse vereanalüüsi põhjal. Enamusel juhtudel ei ole spetsiifiline ravi vajalik – haigus on tavaliselt iseparanev nagu paljud teisedki viirushaigused. Kurguvalu ja palaviku leevendamiseks võib võtta külmetushaiguste puhul kasutatavaid ravimeid.

Tavaliselt on mononukleosis kahjutu, mõne nädala jooksul täielikult paranev haigus. Suurenenud lümfisõlmed muutuvad taas normaalseks umbes kolmandal haigusnädalal, kuid väsimus ja nõrkustunne võivad kesta veel mitu kuud. 3-4 nädalat pärast paranemist tuleks vältida füüsilist koormust kuna esineb suurenenud põrna rebenemise oht.

Kasutatud allikad:

**Infektsioosne mononukleosis (suudlemisnakkus), Epstein-Barri viirus (EBV).** Eesti Hambaravi Portaali

<http://kiku.hambaarst.ee/robot/35/infektsioosne-mononukleosis-suudlemisnakkus-epstein-barri-viirus-ebv>

**Mononukleosis.** Inimene.ee Terviseportaal.

<http://static.inimene.ee/index.php?disease=m&sisu=disease&did=368>

**Nakkuslik Mononukleosis.** Terviseamet.

<http://www.terviseamet.ee/fileadmin/dok/Nakkushaigused/nakkused/Mononukleosis.pdf>

Koostatud SA Pärnu Haigla Naiste- ja lastekliinik 2023