

Infekční mononukleóza

- lidově nemoc z líbání – přenáší se slinami (polibky, líbáním, pitím ze stejné lahve, ...)
- způsobena virem Epsteinova a Barrova a cytomegalovirem
- postihuje vnitřní žlázy – hlavně játra a slezinu a lymfatické žlázy v hrtanové oblasti (toto zprvu vypadá jako angína, často je diagnostikována poté, co neúčinkují antibiotika)
- častěji se vyskytuje u dětí, není však vyloučeno že u dospělých ne (u nich má těžší průběh)

Nákaza a příznaky

- i přesto, že má tato nemoc přívlastek „infekční“, je poměrně málo nakažlivá (EB virus má v sobě asi 98% světové populace, záleží však na okolnostech, zda se začne projevovat)
- k přenosu nemoci přispívá snížená obranyschopnost, stres a nervové vyčerpání
- **počáteční příznaky:**
 - vysoká tělesná teplota (asi 39° C)
 - zánět nosohltanu, mízních uzlin, otoky víček
 - zvětšená slezina, zánět jater

Inkubační doba: 4 – 6 týdnů

- po prodělání této nemoci získává člověk na infek. mononukleózu doživotní imunitu

Diagnostika

- krevní obraz: zvýšené množství jaterních enzymů (ALT, AST, bilirubin) a jednojaderných monocytů, přítomnost specifických protilátek

Průběh

- do organismu se EB virus dostane ústy a vniká do buněk nosohltanové sliznice, mandlí a slinných žláz
- namnoží se a napadne B-lymfocyty, které se začnou chovat jako cizorodé organismy => T-lymfocyty zahájí útok (T-lymfocyty mají schopnost ničit takto zdegenerované buňky)
- T-lymfocyty musí vyvinout takovou aktivitu, aby zamezily množení B-lymfocytů (toto je podstata infekční mononukleózy), dochází k porušení rovnováhy mezi jednotlivými složkami imunity

Komplikace

- Ucpání horních cest dýchacích
- Obtížné polykání (otok uzlin)
- Zápal plic
- Zánět srdečního svalu
- Zánět mozkových blan
- Oslabení imunity
- Onemocnění jater, hepatitida
- Straptokoková angína
- vzácně protžení sleziny

Léčba

- u malých dětí proběhne jen s lehkými příznaky, někdy i bezpříznakově (pacient dochází na kontroly)
- u vážnějšího průběhu (komplikace, větší zánět jater) je pacient hospitalizován
- jelikož jde o virovou infekci, nepůsobí na ni antibiotika (podávají se jen pro zmírnění vedlejších problémů)
- pro uzdravení je nejdůležitější klid a dieta (viz níže, trvá 3-6 měsíců)
- léčba – prvá asi 6 měsíců, 1. měsíc zůstává pacient doma (popř. v nemocnici), poté drží dietu (2-3 měsíce), potom musí zmírnit veškerou fyzickou zátěž (vždy záleží na laboratorních testech a stavu pacienta, v takovém případě se může léčba zkrátit či prodloužit)

Rekonvalescence

- krevní obraz a jaterní testy se normalizují do 2-3 měsíců, trvalé poškození jater se u pacientů nevyskytuje
- několik týdnů potrvá větší náchylnost k nemocem, proto se musí pacient chránit před nákazou a nachlazením
- pacient by se neměl fyzicky moc zatěžovat, měl by dodržovat předepsanou dietu (jejím nedodržením se pacient vystavuje riziku znovupropuknutí choroby s vážnějším průběhem)
- vrcholovým sportovcům se vrací plný trénink za 3 měsíce po normálních jaterních testech
- je nutno pravidelně chodit na kontrolu

Dieta

- mezi zakázané potraviny patří alkoholické nápoje, dále by se měla omezit tato jídla:
 - potraviny s vyšším obsahem konzervantů – hořčice, kečupy, nakládaná zelenina, masové konzervy, paštiky, pomazánky, ...
 - uzeniny, uzenářské výrobky a uzené ryby
 - ostré koření a kořenící směsi
 - tučné a smažené potraviny
- měl by se zvýšit příjem ovoce a zeleniny (až na 3 kg/den) nebo nápojů neobsahujících konzervanty

