

21 מאי 2012

מחלת הלגיונריס וכיצד להתגונן מפניה

מהי מחלת הלגיונריס?

מחלת הלגיונריס מתבטאת בדלקת ריאות, שהגורם לה הוא חיידק ממשפחת ה-*Legionella*, בדרך כלל חיידק ה-*Legionella pneumophila*. החיידק מצוי בסביבה, בעיקר במקורות מים, ומתרבה באופן מואץ במערכות מים עומדים בטמפרטורות שבין 25-45°C. לרוב מדובר במקרי מחלה בודדים שאין ביניהם קשר, אבל לעיתים מתרחשות התפרצויות הקשורות במקור חשיפה משותף.

מהם התסמינים?

למחלת הלגיונריס תסמינים דומים לאלה של דלקות ריאה מסיבות אחרות, והם כוללים: חום גבוה, צמרמורת ושיעול (יבש או המלווה בהפרשת ליחה). אצל חלק מהחולים מופיעים גם כאב שרירים, כאב ראש, בלבול ושלשול.

התסמינים מתחילים בדרך-כלל יומיים עד 10 ימים (ובדרך-כלל 5 עד 6 ימים) אחרי ההידבקות. משך המחלה עד להחלמה מלאה עלול להמשך מספר שבועות. לעיתים רחוקות המחלה עלולה להיות קשה, ואף קטלנית, בייחוד בקרב חולים קשישים או הסובלים ממחלות נוספות.

קיימת צורה קלה יותר של מחלה, הנגרמת על ידי חיידק הלגיונלה ומכונה בשם Pontiac fever. מחלה זו מתבטאת בתסמינים דמויי שפעת, הכוללים חום, כאב ראש ושרירים. במחלה זו לא מתפתחת דלקת ריאות, והיא חולפת ללא טיפול בתוך 2-5 ימים.

מיהם האנשים הנמצאים בסיכון גבוה לפתח את מחלת הלגיונריס?

- אנשים בגיל מבוגר, בדרך כלל מעל גיל 65.
- מעשנים כבדים
- לוקים במחלת ריאה כרונית
- הסובלים מליקוי חיסוני: חולי סרטן, חולי איידס, מטופלים בתכשירים מדכאי חסינות, חולי סכרת ומטופלי דיאליזה.

מדינת ישראל
STATE OF ISRAEL

Ministry of health
Public health services
Department of environmental health
Jerusalem

משרד הבריאות
שירותי בריאות הציבור
המחלקה לבריאות הסביבה
ירושלים

כיצד נדבקים במחלה?

החיידקים מועברים ברסיסי מים הנישאים באוויר ומזוהמים בחיידקי Legionella, והנשאפים למערכת הנשימה של אדם החשוף אליהם. הטיפות הנישאות באוויר, והמזוהמות בחיידק, עלולות להגיע ממקורות שונים, ביניהם:

- רחצה ושימוש במים חמים (בייחוד מראשי מקלחת מזוהמים)
 - בריכות זרמים (ג'קוזי) ומזרקות
 - מגדלי קירור של מערכות מיזוג אוויר
 - מערכות מיזוג אוויר על בסיס קירור אוויר במגע ישיר עם מים
 - שאיפת רסיסי מים ממכשירים המיועדים להגברת לחות
- יש לציין כי החיידק אינו מועבר מאדם לאדם.

האם כל אחד השואף חיידקי לגיונלה לריאות יפתח את המחלה?

רק חלק קטן מהנחשפים לחיידק יפתחו מחלה. מחלה תתפתח בדרך כלל בעקבות חשיפה של אנשים הנכללים בקבוצות הסיכון המוזכרות מעלה.

כיצד מטפלים במחלה?

מטפלים במחלה בתרופות אנטיביוטיות. לעיתים יש צורך באשפוז החולה ובמתן אנטיביוטיקה דרך הוריד.

אלו תנאים מעודדים את התרבות החיידק?

חיידקי הלגיונלה נפוצים מאוד בסביבה, ומצויים במים טבעיים ברמות נמוכות שבדרך כלל אינן מגיעות למנה מדבקה. חשש לזיהום מתעורר כאשר ריכוזים גבוהים של החיידק מתפתחים במערכות אספקת מים, ובנוסף מתקיימים תנאים אידיאליים התורמים להתפתחות החיידק: מים העומדים ללא תחלופה במשך זמן רב במערכת האספקה, טמפרטורת מים פושרת, משקעי חלודה ואבנית.

תכנון נכון של מערכות מים ותחזוקה שוטפת של מתקני המים מונעים התרבות החיידק. טמפרטורת מים גבוהה וחומרי חיטוי בריכוזים גבוהים משמידים את חיידקי הלגיונלה.

מדינת ישראל
STATE OF ISRAEL

Ministry of health
Public health services
Department of environmental health
Jerusalem

משרד הבריאות
שירותי בריאות הציבור
המחלקה לבריאות הסביבה
ירושלים

כיצד ניתן למנוע את התפתחות החיידק במערכות ומתקני מים ביתיים?

למניעת מחלת הלגיונרים במבנים מסחריים וציבוריים יש לתכנן ולתחזק את מערכות המים בהתאם להנחיות המחלקה לבריאות הסביבה, המופיעות באתר האינטרנט של משרד הבריאות.

להקטנת הסיכון בבתים פרטיים מומלץ לנקוט בפעולות הבאות:

א. במערכת אספקת המים

1. להקפיד כי טמפרטורת המים בדודי המים החמים תהיה גבוהה מ- 60 מעלות צלסיוס. כדי להוריד את טמפרטורת המים ולמנוע כוויות בנקודות הקצה, ניתן להתקין שסתום ערבוב בנקודות הצריכה.
2. להימנע ככל הניתן מתנאים המאפשרים למים לעמוד ללא תחלופה זמן רב, בעיקר באמצעות צריכת מים קבועה בצנרת, שטיפה תקופתית של מים בקווים הנמצאים בשימוש נמוך, וביטול קווים ללא שימוש. לאחר היעדרות ארוכה מהבית מומלץ לשטוף את המערכת ולהזרים מים לזמן מה, עד קבלת מים טריים.
3. להימנע מהצבת מערכות האספקה ואגירת המים הקרים חשופות לשמש.
4. בבית משותף, יש לדאוג לניקוי וחיתוי תקופתי של מאגרי המים שבאחריות וועד הבית, ע"פ הנחיות משרד הבריאות המופיעות באתר האינטרנט המוזכר לעיל, ועל ידי איש מקצוע שעבר הכשרה מתאימה שאושרה על ידי משרד הבריאות.
5. להחליף או לנקות באופן תקופתי לכלוך המצטבר במסננים בנקודת הכניסה ובתוך הבית, ולהסיר משקעי אבנית מראשי הברזים והמקלחות.
6. ניקוי תקופתי של דוד המים החמים ע"פ הוראות היצרן.
7. במידה ומותקנת בריכת זרמים ("ג'קוזי"), יש לבצע תחזוקה תקופתית על פי הוראות היצרן.

ב. בתחזוקת מכשירים מחוללי אדים והוספת לחות

1. כללי:

מדינת ישראל
STATE OF ISRAEL

Ministry of health
Public health services
Department of environmental health
Jerusalem

משרד הבריאות
שירותי בריאות הציבור
המחלקה לבריאות הסביבה
ירושלים

- על כל פעולות התחזוקה להיעשות ע"פ הוראות יצרן, לרבות הוראות הבטיחות, השימוש, התחזוקה, והחלפת האביזרים.

2. תחזוקה יומית (במהלך שימוש שגרתי):

- הרקת המיכל, ניגוב וייבוש.
- מילוי מחדש במים רתוחים שצוננו או במים סטריליים. מים מבוקבקים (כגון מים מינרליים) שלא הורתחו אינם עונים לדרישה זו.

3. תחזוקה שבועית (במהלך שימוש שגרתי):

- הרקת המיכל ושפשוף המשטח הפנימי (במברשת או ספוג), על מנת להסיר משקעים ולמנוע התרבות משקע של אבנית וחיידקים בדפנות המיכל הפנימיים.
- ייבוש וחיטוי כל שטח הפנים הבא במגע עם המים. באין הוראות יצרן אחרות, ניתן לעשות זאת באמצעות סבון, חומץ, סודה או תמיסת מלח בישול. ניתן גם לשפוך ולהשהות מים רותחים למשך 10 דקות לפחות.
- לאחר שימוש בחומר חיטוי כלשהו, הרקת המיכל לחלוטין ושטיפה במספר תחלופות מי ברז, למניעת פיזור שאריות חומרי הניקוי לאוויר החדר במהלך השימוש מחדש.
- מומלץ לאוורר מדי פעם את החדר בו נעשה שימוש במכשיר האדים.

4. תחזוקה תקופתית

- עם סיום תקופת השימוש במכשיר יש לנקותו ולחטאו היטב (כמתואר בסעיפים קודמים).
- לפני אחסון, יש לוודא שכל החלקים יבשים, לפרק ולשחרר את האביזרים המשמשים לטיפול במים.
- לאחסן את המכשיר במקום יבש.
- לאחר האחסון וטרם חידוש השימוש, לנקותו שוב היטב.