

Puukborrelioos ehk Lyme'i tõbi

Haiguse kirjeldus

Puukborrelioos on puukidega leviv haigus, mis kahjustab nahka, närvisüsteemi, liigeseid ja südant. Puukborrelioosi haigestumist iseloomustab geograafiline levik ja sesoonne aktiivsus. Eesti on puukborrelioosi leviku endeemiline piirkond. Eestis levitavad puukborrelioosi tekitajaid kaks puugiliiki: võsa- ja laanepuuk. Puugid muutuvad aktiivseteks varakevadel, mil pinnas soojeneb vähemalt +5 kraadini. Puugihooaeg kestab tavaliselt oktoobrini.

Haigustekitaja

Puukborrelioosi tekitajaks on spiroheet *Borrelia burgdorferi*, mida inimestele kannavad üle puugid.

Nakkusallikas

Puukborrelioosi nakkusallikateks ja pärisperemeesteks on närilised, veised, kitsed, hobused, põdrad, hirved ja muud loomad, kelle verest puugid toituvad. Loomad on bakterite kandjad, kes ise ei haigestu.

Levikuteed

Borrelioosi tekitajate ülekandjateks inimestele on puugid, kes verd imedes kannavad ühtlasi üle ka borreliabakterit. Haigus ei levi inimeselt inimesele, seega haige ei ole teistele nakkusohtlik.

Puugid varitsevad saaki niisketes ja varjulistes kohtades ehk hõredates sega- ja lehtmetsades, metsaserval ja puisniitudel või lihtsalt rohu sees ning haagivad sealt ennast ohvri riiete külge. Enamasti varitseb puuk ohvrit rohukõrrel mõnikümmend sentimeetrit maapinnast kõrgemal. Tihtipeale märkame me puuki alles siis, kui ta on roninud juba ülakehale, mis kindlasti ei tähenda, et puugid kukutavad end inimeste peale puu otsast.

Haigusnähud

Kui puukentsefaliidiviirus jõuab inimese organismi kiiresti pärast hammustust, siis borrelianakkuse saamiseks kulub enamasti kaks ööpäeva kuni nahka imendunud puugilt haigustekitajad inimesele üle kanduvad.

Puukborrelioosile on iseloomulikud palavik, peavalu, üldine nõrkus, pearinglus, liigeste ja lihaste valud, kaalu langus. Haiguse peamiseks tunnuseks on nahalööve *erythema migrans*, mis kujutab endast vähemalt 5 cm läbimõõduga punetavat laiku. Erüteem tekib 60-80% nakatunutest puugi hammustuse kohale 1–4 nädala jooksul pärast puugihammustust. Aja möödudes lööve kaob. Ravimata jäänud borrelioos võib põhjustada kroonilist haiguskulgu: närvisüsteemi-, südame- või liigeskahjustusi. Puukborrelioosi registreeritakse aastaringelt. Talvel registreeritud puukborrelioosi juhud on tavaliselt need, mille puhul inimene on pöördunud arsti poole haiguse tüsistuste, kõrvalnähtude või jääknähtudega.

Puukborrelioosi ravitakse antibiootikumidega.

Pärast puukborrelioosi läbipõdemist ei teki immuunsust ning inimene võib uuesti nakatuda.

Diagnoosimine

Haigus diagnoositakse kliiniliste sümptomite, anamneesi (eelnev puugihammustus) ja

spetsiifiliste viirusevastaste antikehade tuvastamisega veres või seljaajuvedelikus. Käesoleval ajal on võimalus ka kiirtestimiseks.

Ennetamine

Kuna puukborrelioosi vastane vaktsiin puudub siis saab haigestumist ennetada vaid puugihammustusi vältides.

Puugihammustuse vältimiseks:

- kanna heledat, pikkade varrukatega riietust, kust puugid kergesti silma hakkavad. Püksisääred topi sokkide või kummikute sisse;
- kasuta putukatõrjevahendeid;
- pärast puugiohtlikus piirkonnas viibimist kontrolli kogu keha, lastel hoolikalt ka kõrvatagused.

Kui puuk on hammustanud:

- katsi puuk võimalikult kiiresti nahalt eemaldada - kui puuk on nakatunud, siis on ka paar tundi olulised;
- kui ise puuki kätte ei saa, siis pöördu arsti poole abi saamiseks;
- ära haara puugist väga kõvasti kinni, hoidu tema tagakeha pigistamisest või määrimisest;
- võta puugist kinni võimalikult pea lähedalt;
- võimalusel kasuta peenikesi pintsette (müügil on ka eriline puugieemaldamisvahend), sikuta ettevaatlikult;
- pese hammustuskoht vee ja seebiga või desinfitseeriva vahendiga;
- kui pärast metsaskäiku tekib mõne päeva või kuni kuu jooksul palavik või ilmnevad külmetushaiguse taolised haigusnähud või hakkab hammustuskoht punetama, siis otsi abi arstilt. Kindlasti räägi arstile nahalt leitud puugist või puugiohtlikus piirkonnas viibimisest.