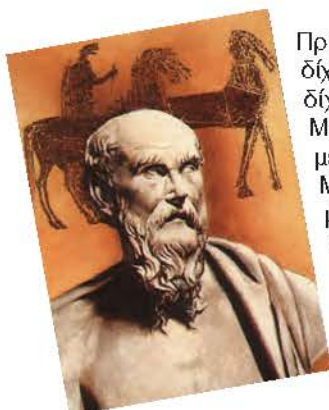




ΜΕΤΑΔΟΤΙΚΕΣ ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ



Πριν στη γην επάνω ζούσαν των ανθρώπων οι φυλές
δίχως τα κακά του κόσμου και τον πόνο τον σκληρό
δίχως τις βαριές αρρώστιες, που θανάτους δίνουνε.
Μα η γυναίκα απ' το πιθάρι με τα δεινά πήρε
με τα χέρια της το καπάκι και σκορπώντας έγγονες έφερε βαριές.
Μόνη αυτού πια η Ελπίδα μες στ' αράγιστο καυκή
μπρος στου πιθαριού τα χείλη έμεινε, δεν πέταξε
γιατί πρώτα το καπάκι στο πιθάρι έβαλε.
Άλλα όμως μύρια πάθη στους ανθρώπους σκόρπισαν
κι είν' η γη κακά γιομάτη, κι είν' γιομάτη η θάλασσα
και αρρώστιες στους ανθρώπους την ημέρα ή τη νυχτιά μόνες έρχονται
και φέρνουν τα κακά για τους θνητούς σιωπηλά
γιατί τους πήρε ο σοφός Δίας τη φωνή.

Ησίοδος, «Έργα και Ημέρα», 8ος αιώνας π.Χ.

Οι ασθένειες ταλαιπωρούσαν την ανθρωπότητα ήδη από την αρχαιότητα. Όπως φαίνεται και στο απόσπασμα του Ησίοδου, στην αρχαία Ελλάδα η στάση των ανθρώπων για τη ζωή, τις ασθένειες και τον θάνατο ήταν μοιρολατρική. Οι ασθένειες θεωρούνταν αναπόφευκτο κακό, τιμωρία των θεών. Οι λοιμοί εξαφάνιζαν πόλεις ολόκληρες. Από ιστορικά ευρήματα γνωρίζουμε ότι η ευλογία θέριζε από την εποχή των αρχαίων Αιγυπτίων και συνέχιζε να σκοτώνει μέχρι και τον περασμένο αιώνα.



Στον Μεσαίωνα, μια άλλη αρρώστια, η λέπρα, εμφανίστηκε στην Ευρώπη. Ήταν φοβερή μεταδοτική και προκάλεσε τον κοινωνικό αποκλεισμό των μολυσμένων ατόμων.

Οι ασθενείς απομονώνονταν υποχρεωτικά σε ειδικούς οικισμούς-θεραπευτήρια, τα οποία συνήθως βρισκόνταν σε μικρά νησιά. Η πανώλη, γνωστή και ως Μαύρος Θάνατος, αφάνισε τον 14ο αιώνα σχεδόν το ένα τέταρτο του πληθυσμού της Ευρώπης μέσα σε τέσσερα μόλις χρόνια.





Τη μετάδοση των επιδημιών ευνοούσαν οι μετακινήσεις πληθυσμών. Η ανακάλυψη του Νέου Κόσμου από τον Κολόμβο, για παράδειγμα, είχε ως αποτέλεσμα να αποδεκαπιστεί ο πληθυσμός των αυτόχθονων κατοίκων της Αμερικής, αφού τα πληρώματα του Κολόμβου μετέφεραν μικρόβια, άγνωστα ως τότε στους πληθυσμούς αυτούς. Αργότερα η χολέρα, η μεγάλη μάστιγα που «χτυπάει» πιο γρήγορα από κάθε άλλη ασθένεια, μεταδόθηκε, ακολουθώντας τους κυριότερους δρόμους του εμπορίου και της μετανάστευσης, κατά διαδοχικά κύματα από τις Ινδίες

στην Ευρώπη και από εκεί στην Αμερική, καθώς πολλοί από τους ταξιδιώτες είχαν μολυνθεί από την αρρώστια στα λιμάνια, πριν επιβιβαστούν στα πλοία.

Οι μεταδοτικές ασθένειες ήταν η αιτία θανάτου εκατομμυρίων ανθρώπων, ακόμη και στο πρόσφατο παρελθόν. Η παγκόσμια επιδημία γρίπης του 1918-1919 άφησε πίσω της πάνω από 20 εκατομμύρια νεκρούς. Για να καταλάβουμε το μέγεθος της τραγωδίας, αρκεί να συγκρίνουμε τον αριθμό αυτό με τα 8,5 εκατομμύρια νεκρών του Α΄ Παγκοσμίου Πολέμου.



Για πολλούς αιώνες ο άνθρωπος παρακολουθούσε ανήμπορος την εξάπλωση των επιδημιών προσπαθώντας να εμποδίσει τη μετάδοσή τους με ακραία μέσα, απομονώνοντας πληθυσμούς, πολλές φορές ακόμη και καίγοντας πόλεις ολόκληρες.

Μόλις τον 19ο αιώνα, με την εξέλιξη της επιστήμης, την καθιέρωση της δημόσιας υγιεινής και την εφαρμογή της προληπτικής ιατρικής άρχισε να αντιμετωπίζει αποτελεσματικά την εξάπλωση των μεταδοτικών ασθενειών και κυρίως να προλαμβάνει την εκδήλωσή τους.

Σήμερα τα τρόφιμα καθώς και το νερό που πίνουμε ελέγχονται σχολαστικά, ώστε να περιορίζεται ο κίνδυνος μετάδοσης μικροβιακών λοιμώξεων. Με την ενημέρωση και την αγωγή υγείας φροντίζουμε, ώστε ο καθένας μας να γνωρίζει και να εφαρμόζει τα απαραίτητα μέτρα προσωπικής υγιεινής.

Με τον προληπτικό εμβολιασμό θωρακίζουμε τον οργανισμό μας ήδη από την παιδική ηλικία απέναντι σε πολλές ασθένειες. Με τα εμβόλια και τα αντιβιοτικά προλαμβάνουμε και αντιμετωπίζουμε ασθένειες που στο παρελθόν βασάνισαν την ανθρωπότητα. Η εξέλιξη της ιατρικής και της τεχνολογίας σώζει ζωές...



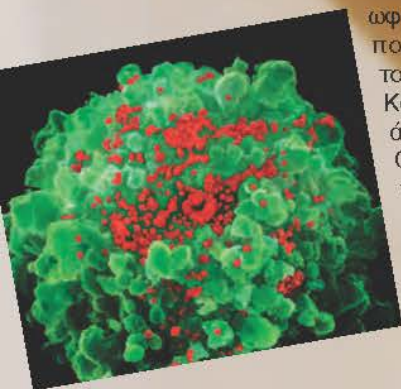


Μικρόβια



Γύρω μας υπάρχουν εκατομμύρια διαφορετικοί **μικροοργανισμοί**, αόρατοι με το γυμνό μάτι: ιοί, βακτήρια, μύκητες, πρωτόζωα. Οι μικροοργανισμοί, τα **μικρόβια**, όπως ονομάζονται αλλιώς, ζουν στο έδαφος, στον αέρα, στο νερό, ακόμη και μέσα στο σώμα μας. Οι περισσότεροι από αυτούς είναι αβλαβείς, πολλοί μάλιστα είναι και ωφέλιμοι. Χάρη σε αυτούς, για παράδειγμα, σαπίζουν και διαλύονται πολλά άχρηστα υλικά στη φύση. Χάρη σε αυτούς παρασκευάζεται το γιαούρτι, το τυρί και το κρασί...

Κάποιοι άλλοι μικροοργανισμοί όμως είναι επικίνδυνοι για τον άνθρωπο. Ονομάζουμε τους οργανισμούς αυτούς **παθογόνους**. Ο ανθρώπινος οργανισμός διαθέτει διάφορους μηχανισμούς, για να εμποδίζει την είσοδο των μικροβίων στο σώμα. Ωστόσο, ορισμένες φορές καταφέρνουν να εισέλθουν στο σώμα μας παθογόνοι μικροοργανισμοί, για τους οποίους δεν έχει αναπτυχθεί άμυνα. Τότε αρρωσταίνουμε.

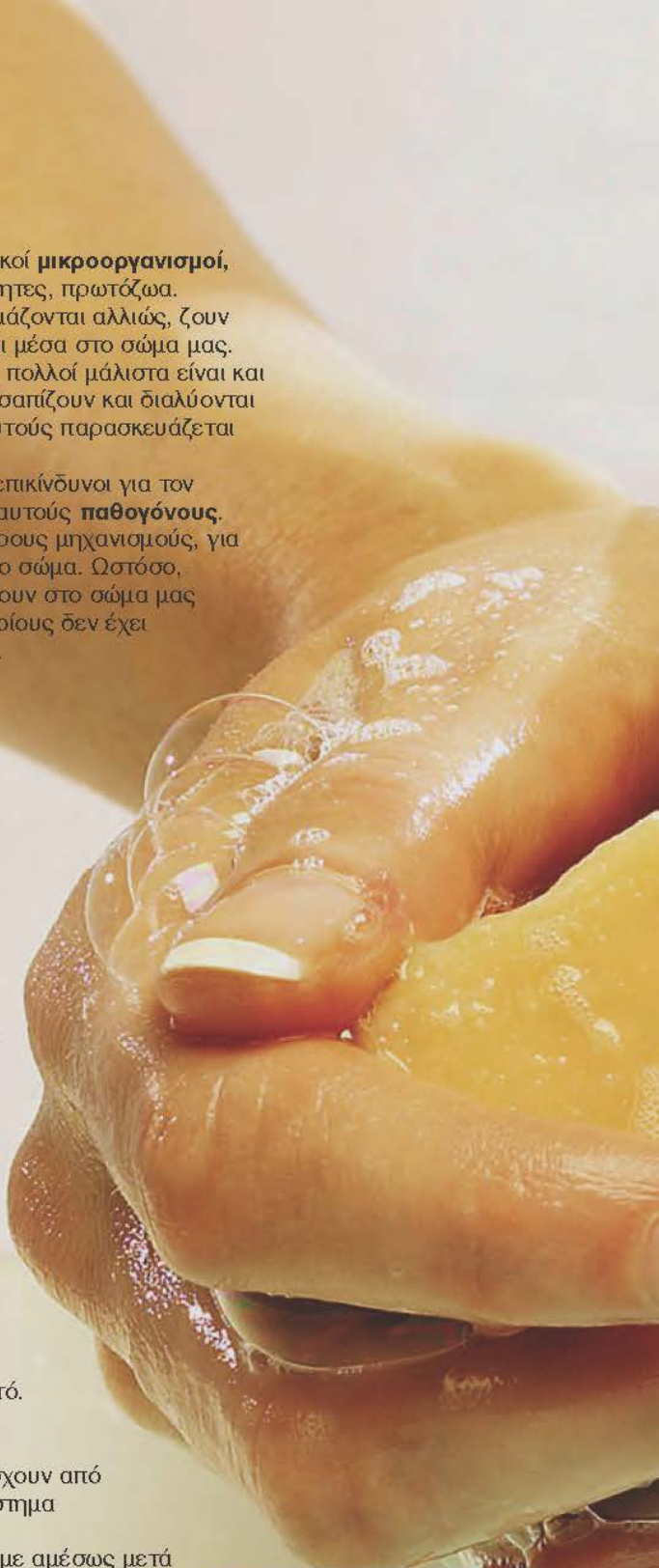


Ο δεκάλογος... της ατομικής υγιεινής

Τα μικρόβια εισέρχονται στο σώμα μας κυρίως από τη μύτη, το στόμα και τα ανοιχτά τραύματα. Για την αποφυγή της μετάδοσης των επιβλαβών μικροβίων είναι απαραίτητη η υιοθέτηση κανόνων υγιεινής. Η καθημερινή μας επαφή με άλλους ανθρώπους, η κατανάλωση βρώσιμων τροφίμων ή μη κατάλληλου νερού και η χρήση μολυσμένων αντικειμένων αποτελούν τις πιο συχνές αιτίες μετάδοσης ασθενειών.

Μπορείς να προστατευτείς από τη μετάδοση των ασθενειών, αλλά και να προστατέψεις τους άλλους, υιοθετώντας κάποιους απλούς κανόνες. Οι πιο βασικοί κανόνες ατομικής υγιεινής είναι:

- Πλένουμε καλά τα χέρια μας πριν από το φαγητό.
- Προστατεύουμε τα τρόφιμα από τα έντομα.
- Διατηρούμε τα περισσότερα τρόφιμα στο ψυγείο.
- Αποφεύγουμε να έρθουμε σε επαφή με ανθρώπους που πάσχουν από κάποια μεταδοτική ασθένεια για όσο χρονικό διάστημα επιβάλλεται.
 - Δε χαϊδεύουμε κάποιο ζώο, αν δεν μπορούμε αμέσως μετά να πλύνουμε τα χέρια μας.
 - Καλύπτουμε με επίδεσμο τραύματα ή πληγές στο δέρμα μας.
 - Δε βάζουμε τα χέρια μας στο στόμα, δεν τρώμε τα νύχια μας.
 - Δε χρησιμοποιούμε προσωπικά αντικείμενα άλλων (π.χ. οδοντόβουρτσα).
 - Βάζουμε πάντα το χέρι μας μπροστά από το στόμα μας, όταν βήχουμε ή όταν φτερνιζόμαστε.





Διαδεδομένες μεταδοτικές ασθένειες

Η ιλαρά είναι μια μεταδοτική ασθένεια με χαρακτηριστικά συμπτώματα τα εξανθήματα που εμφανίζονται σε όλο το σώμα. Μπορεί να προκαλέσει πνευμονία ή εγκεφαλίτιδα.

Οι ιοί της γρίπης μεταλλάσσονται διαρκώς. Τα συμπτώματα της γρίπης συνήθως είναι ήπια, κάποιες φορές όμως μπορεί να είναι και θανατηφόρα.

Μία ασθένεια του αναπνευστικού συστήματος είναι η πνευμονική φυματίωση. Μεταδίδεται, όταν τα άτομα που πάσχουν από την ενεργό

μορφή της βήξουν, γελάσουν ή φτερνιστούν, οπότε μεταφέρονται στον αέρα μικροσκοπικά σταγονίδια γεμάτα με το βακτήριο που προκαλεί τη φυματίωση.

Τα βακτήρια που μεταδίδονται με το μολυσμένο νερό προκαλούν διάρροια και πυρετό. Οι άνθρωποι που δεν πίνουν καθαρό νερό κινδυνεύουν περισσότερο από ασθένειες, όπως η δυσεντερία, η χολέρα ή ο τύφος. Η ελονοσία, τέλος, είναι μια ασθένεια που προκαλείται από πρωτόζωα. Μεταδίδεται κυρίως με το τσίμπημα μολυσμένων θηλυκών κουνουπιών.



Πρωτοπόροι εξερευνητές

Έως τον 19ο αιώνα λίγα πράγματα ήταν γνωστά για τις μολυσματικές ασθένειες. Η κυρίαρχη αντίληψη ήταν ότι αυτές οφείλονται σε κακοδαίμονια. Την ανακάλυψη της σημασίας της δημόσιας υγιεινής αλλά και την ανακάλυψη των εμβολίων την οφείλουμε σε μερικούς ερευνητές, οι οποίοι επισήμαναν κάποια σχέση μεταξύ της έλλειψης καθαριότητας και της μετάδοσης των ασθενειών. Γύρω στα 1860 τρεις επιστήμονες, ο Louis Pasteur, ο Joseph Lister και ο Robert Koch, επιδόθηκαν σε πραγματικό αγώνα εναντίον των μολυσματικών ασθενειών. Πότε διατυπώνοντας τις προσωπικές τους θεωρίες και πότε συζητώντας τις ιδέες τους, οι τρεις αυτοί επιστήμονες απέδειξαν ότι υπεύθυνα για τις ασθένειες είναι τα μικρόβια, τα οποία μπόρεσαν να αναγνωρίσουν και να απομονώσουν. Τελικά, παρασκευάστηκαν τα εμβόλια που εξασφάλιζαν την ανοσοποίηση εναντίον πολλών λοιμωδών ασθενειών, οι οποίες αποδεκάπιζαν την ανθρωπότητα για αιώνες.

