Літній відпочинок навіть у найбільш комфортних, «цивілізованих» умовах замість зміцнення здоров’я може доставити «болючі» неприємності. Часом у відпочиваючих навіть в теплу пору року виникає «застуда». Одні думають, що це алергія, інші — що лише «хвороблива акліматизація»; дехто переконаний, що їх просто «продуло» вентилятором або кондиціонером або що вони просто «перекуповувалися» в басейні. Але практично ніхто не підозрює, що став жертвою лихоманки Понтіак або «хвороби легіонерів».

Легіонельоз (хвороба легіонерів) – це гостра інфекція, що викликається бактеріями легіонелами і супроводжується лихоманкою. Найчастіше при цьому захворюванні відбувається ураження легенів і нервової системи, рідше -інших органів. Лікування легіонельозу призначає лікар, самолікування цієї інфекції не практикується. При виникненні симптомів хвороби легіонерів слід звернутися за медичною допомогою.

На жаль, заразитися можна просто на робочому місці в офісі, в квартирі, де є кондиціонер, а також у ванній, душі, джакузі, басейн і навіть у фонтанчиків та фонтанів.

Збудниками легіонельозу є бактерії легіонелли, які при недотриманні санітарних правил розвиваються у вологому середовищі і легко можуть проникати в організм людини, викликаючи у легких випадках гостре захворювання типу грипу, а в важких — пневмонію.

**Можливість зараження цими захворюваннями від інших людей, поки не встановлена.**

Багато хто, хто коли чув про таке захворювання, думають, що «хвороба легіонерів» відома чи не з часів римських легіонів. Насправді вона отримала свою назву лише після 1976 р., коли в США на з’їзді організації «Американський легіон» захворіли відразу 220 його учасників, 34 з яких померли.

**Увага!** Легіонели легше всього вражають палять, зловживають алкоголем, страждають якимись важкими захворюваннями внутрішніх органів, особливо людей середнього і старшого віку.

Хвороба протікає у вигляді горезвісної ГРВІ — з температурою, загальною слабкістю, нездужанням, головним болем, нежитем, до яких може приєднуватися кашель, а часом і діарея.

Профілактика легіонельозу (хвороби легіонерів) включає в себе знезараження ванних приміщень, басейнів, душових сіток, дезінфекцію системи водопостачання, вбудовування в кондиціонери спеціальних фільтрів. У домашніх умовах, крім регулярного чищення кондиціонерів, сітки з кранів (на ній теж можуть поселятися легіонели) кип’ятити її содовому розчині. Якщо у Вас довго не має гарячої води, то потім, коли вона відновлюється, не поспішайте відразу ж приймати душ – нехай вода застояна в старих водопровідних трубах, спочатку стече. І тільки через 1 – 1,5 години приступайте до водних процедур.

Олексій Косько, лікар-епідеміолог, завідувач відділу.