

## Co je svrab

Svrab (sarkoptóza, scabies) je vysoce infekční kožní nemoc. Způsobuje ho svrabový roztoč s názvem **zákožka svrabová** (*Sarcoptes scabiei* – což v doslovném překladu znamená tělo dořezané od škrábanců). Tento maličký roztoč se skrývá ve vyvrtných chodbičkách v podkoží. Zde se také rozmnožuje a vyvolává nepříjemné projevy svrabu jako intenzivní svědění a vyrážku.

### Které části těla napadá svrab?

Svrab nejčastěji postihuje části těla s jemnou pokožkou: **vnitřní stranu zápěstí, dlaně, podpaží, vnitřní stranu stehen, kůži mezi prsty, loketní a podkolenní jamky, prsní dvorce, okolí pupíku a oblast genitálií**. Svrab ve vlasech se objevuje u nejmenších dětí v kojeneckém věku. U nich kromě vlásků postihuje i obličej a plosky nohou.

### Jak se šíří svrab

Svrab se rozšiřuje **blízkým kontaktem** s postiženou osobou (objímání, pohlavní styk) nebo infikovanými předměty jako jsou **oděvy, ložní prádlo nebo ručníky**. Snadněji onemocní lidé s oslabenou imunitou a osoby s nedostatečnými hygienickými návyky. **Inkubační doba svrabu trvá 2-3 týdny**. Léčbu svrabu je nutné zahájit co nejdříve, aby se zabránilo jeho dalšímu šíření. Pro svou vysokou nakažlivost podléhá povinnému epidemiologickému hlášení.

Svrab se vyskytuje po celém světě. Jeho epidemie se opakují přibližně v 15letých cyklech. Nakazit se může kdokoli bez ohledu na věk, rasu a sociální či ekonomický status. Nevyhýbá se ani malým dětem. Ohnisky nemoci bývají **přeplněná místa s nedostatečným hygienickým zázemím** jako ubytovny nebo uprchlické tábory. Svrab se šíří také ve věznicích, internátech, dětských domovech, domovech důchodců i v nemocnicích, protože zde žijí lidé v blízkém kontaktu. Častěji než u nás se svrab objevuje v zemích s vyšší hustotou obyvatel. Na svrab nevzniká imunita a není možná jeho prevence očkovaním. Při opakované infekci se rozvíjí projevy svrabu dříve.

## Původce svrabu – zákožka svrabová

Zákožka svrabová je malý parazitický svrabový roztoč. **Parazituje výhradně jen na člověku**, u kterého vyvolává nemoc nazývanou svrab. Tito roztoči mikroskopických rozměrů (maximálně do 0,3 mm) jsou okem prakticky nezahlédnutelní. Zákožky se mohou pohybovat po pokožce, kterou se také živí. A jak dlouho žije zákožka svrabová? Životní cyklus zákožky trvá přibližně 3-6 týdnů. Za tu dobu dokáže **jedna samička naklást až 50 vajíček**.

Samičky tohoto roztoče ale na povrchu kůže nezůstávají. Provrtávají se až do hlubších vrstev pokožky (do stratum corneum). V pokožce si pak vytváří chodbičky a tunely (svrabové hnízdo), kde kladou vajíčka. Jedna zákožka naklade denně 1-2 vajíčka. **Aktivní jsou zákožky hlavně v noci**, což jejich hostitelům způsobuje extrémní svědění. Už za několik dní se z vajíček vylíhnou larvy, které žijí na povrchu kůže. Z larev se za 10-14 dní vyvinou nové samičky, které mohou putovat do dalších

částí těla nebo nakazit jiného člověka. Nejlépe se zákožkám daří ve vlhkém prostředí, naopak mráz nebo sucho přímé sluneční záření zákožku svrabovou ničí.

## Příznaky svrabu

Jak vypadá svrab? **Toto jsou nejčastější projevy svrabu u člověka:**

- **intenzivní svědění** – svědění se zhoršuje v noci, když se člověk zahřeje pod příkrývkou, ale také při pocení,
- **světle růžové až červené mapy** na postižených místech, kde má zákožka vyhloubené chodbičky [1]; na konci chodbiček bývá strup a v něm schovaná samička,
- **rány na kůži způsobené škrábáním**, které se snadno infikují bakteriemi a následně hnisají [2],
- pokud následná infekce není залéčena, může dojít až k poškození ledvin a otravě krve.

### Jak se zbavit svrabu?

Svrab bez léčby sám neustoupí. Pro její započetí je potřebná správná diagnostika. Odhalení svrabu může být ale obtížné, protože jde snadno zaměnit s jinými kožními chorobami. Často i sami pacienti svrab a jím vyvolané svědění nejprve považují například za projevy atopické dermatitidy. Léčba svrabu musí být důsledná, aby byly vyhubeny všechny samičky zákožek.

### Léky na svrab

Na léčbu svrabu jsou používána antiparazitika. Používají se lokálně ve formě krému nebo pasty.

#### · Permethrin

Lékem 1. volby na svrab je permethrinový krém. Permethrin účinně zabíjí zákožku svrabovou ve všech jejích vývojových stádiích. Navíc krém s permethrinem tlumí i svědění. Používat ho mohou i dětští pacienti od 2 měsíců věku.

Krém proti svrabu se nanáší rovnoměrně **na celé tělo od plosek nohou až po krk**. U dospělých není nutné krém aplikovat na obličej nebo do vlasů, pokud zde přímo nejsou viditelné příznaky svrabu (to však neplatí u dětí). Obzvláště důkladně je krém třeba nanášet v místech nejčastějšího výskytu zákožek – mezi prsty, ohbí loktů a kolenou, vnitřní strana stehien, oblast genitálu, bedra. Permethrin nesmí přijít na sliznice nebo do otevřené rány a nesmí se dostat do očí.

Po nanesení se nechává krém **působit minimálně 8-14 hodin**, dle doporučení lékaře i déle. V této době se pacient nesmí umývat. Například při umytí rukou musí místa, kde byl krém odstraněn, znova natřít.

Svrabu vás může zbavit jediná aplikace permethrinu. **Avšak nepříjemné projevy na kůži po vyhubení zákožek ještě několik dní přetrvávají**. Pokud se na kůži objevily nové chodbičky, nepodařilo se zničit všechny samičky a aplikaci permethrinu bude nutné po 14 dnech od první kúry zopakovat. Léčivý přípravek s obsahem permethrinu je vázán na lékařský předpis.

#### · Síra

Pasta se sírou je léčivý přípravek, který vám podle receptu vyrobí v lékárně. Využívá se například jako bezpečná **alternativa léčby pro těhotné** nebo miminka do 2 měsíců věku. Nevýhodou síry je její charakteristický zápach. Léčba také musí probíhat déle a to 3-6 dní.

- **Ivermektin**

Možností léčby svrabu je také podávání tablet s ivermektinem. Běžně tato léčba ale není dostupná a mohou ji provázet závažné nežádoucí účinky.

## **Léčba symptomů souvisejících se svrabem**

Během léčby svrabu lze využít i přípravky na úlevu od nepříjemného svědění. Kromě svrabu je někdy nutné řešit i následné bakteriální infekce rozškrábané kůže.

- **Antihistaminika**

Antihistaminika jsou léky blokující účinky mediátoru histaminu. Účinně dokáží tlumit svědění při alergické reakci stejně jako svědění vyvolané svrabem.

- **Antibiotika**

Úporné svědění vede k rozškrábání kůže. Tím je přímo otevřená cesta pro vniknutí bakterií a vznik zánětu. Infekci kůže je pak nutné zaléčit antibiotiky.

## **Jak zabránit šíření svrabu**

Z preventivních důvodů se při zahájení léčby **musí léčit i všichni ostatní členové domácnosti** a další lidé, kteří byli s infikovanou osobou v blízkém kontaktu kvůli minimalizaci rizika rozšiřování infekce. Držte se pokynů lékaře a dokončete celou léčebnou kúru, aby byli všichni roztoči odstraněni. Souběžně s léčbou svrabu musí být také **dokonale** vydezinfikována **domácnost**. Povlečení na postelích, ručníky i oblečení je nutné denně prát na velmi vysokou teplotu a následně důkladně vyžehlit. Předměty, které praní na vysokou teplotu nesnesou, je možné zbavit zákožky svrabové uložením do plastového boxu nebo uzavíratelného pytle až na 7 dní. Případně je možné tento postup nakombinovat s použitím insekticidu.

### **Ocet na svrab?**

Přestože se ocet v minulosti používal na léčbu svrabu pro svoje dezinfekční vlastnosti, v současnosti se tento postup již nedoporučuje. Vedou k tomu 2 hlavní důvody. Prvním a zcela zásadním je jeho neúčinnost. Ocet nemusí odstranit všechny zákožky, **nemá totiž dostatečně silné antiparazitní vlastnosti**. Druhým problémem tohoto postupu je dráždivost octa. Ocet je pro pokožku příliš silná kyselina, která ji může poškodit a tím situaci ještě zkomplikovat. Raději proto spoléhejte na postupy doporučené lékařem.

## **Jak předejít chycení svrabu**

Pro prevenci svrabu je nutné vyhnout se kontaktu s nakaženými osobami a **dodržet několik dalších opatření**:

- **důkladná osobní hygiena** – pravidelné mytí rukou teplou vodou a mýdlem, preferujte jednorázové papírové ručníky,
- minimalizace kontaktu s cizími osobami,
- nesdílet osobní věci, každý člen domácnosti musí mít vlastní ručník a ložní prádlo, **pozor například i na sdílené sportovní dresy!**

- udržovat čisté prostředí – časté praní povlečení, oblečení i ručníků na minimálně 60 °C a následné vyžehlení, při manipulaci s prádlem je nutné používat ochranné pomůcky například rukavice, postele vysávejte a větrejte, aby byly suché, rovněž je možné je ošetřovat insekticidem,
- kosmetické přípravky (krémy, tělová mléka apod.), které nemocný používal, je nutné vyhodit.

## **Jak dlouho je člověk nakažený svrabem infekční?**

Dokud jsou na kůži nemocného živé zákožky svrabové nebo její vajíčka, může se snadno stát zdrojem infekce. Po provedení léčebné kúry a důsledném vyčištění pacientovy domácnosti již člověk svrab nepřenáší.

