



ZDRAVÍ A KRÁSA 01. 08. 2023

Svrab řadí napříč republikou: Jak se před nákazou chránit? A co vás zaručeně vyléčí?

Svrab je vysoce nakažlivé infekční onemocnění, které postihuje kůži. V posledních měsících se s ním doslova roztrhl pytel. Svrab rozhodně nepřehlédnete. I když zpočátku můžete mít pocit, že jde jen o alergii, neustupující obtíže a úporná svědivost vás k lékaři nakonec přeci jen doženou. Jak postupovat, pokud zjistíte, že máte svrab? A může pomoci i nějaká alternativní léčba?

Onemocnění svrabem bylo popsáno již v dobách antiky. Svrab způsobuje **zákožka svrabová** a zapomeňte na to, že jde o onemocnění vyskytující se v oblastech s nízkým hygienickým standardem. Svrab se může objevit naprosto kdekoli a u kohokoliv. Mezi místa s nejvyšším výskytem patří pochopitelně školní kolektivy či domovy důchodců. Můžete si jej však přivést třeba i ze zahraniční dovolené.

Svrab má na svědomí malý parazit

Zákožka svrabová žije v kůži, živí se **tkáňovým mokem a uvolněnou rohovinou** a je pěkně

nepříjemná. Čím déle u nás "bydlí", tím větší nepohodlí nám způsobuje. A vystavuje nás i potencionálním nepříjemnostem. Dobrou zprávou může být snad jen to, že chytit svrab není úplně jednoduché. Pouhé podání si ruky s nakaženým člověkem nestačí. Je třeba být v dlouhodobějším a těsnějším kontaktu. Ostatně svrab patří i mezi **sexuálně přenosné nemoci**. Inkubační doba svrabu, tedy doba od setkání se s nakaženým po první projevy, je v rozmezí dvou až šesti týdnů. Hlavním příznakem svrabu je svědění kůže, které zesiluje především v nočních hodinách **po přikrytí přikrývkou**.

Alergie, ekzém nebo svrab?

V raném stádiu může být svrab zaměněn za jiné kožní onemocnění. Nejčastěji za **alergii** nebo **ekzém**, jelikož vyrážka vypadá podobně. To, co odlišuje svrab od jiných druhů kožních obtíží, je právě neúnavné svědění. Přičemž nejhůžší na tom bývají malé děti a starší lidé. Dalším charakteristickým znakem mohou být delší klikaté cestičky v kůži. Obvykle jsou **šedobílé nebo v barvě kůže**. Dělají se samice roztočů a dovnitř nakladou 10-25 vajec. I když se může svrab objevit kdekoli na těle, nejčastěji se objevuje mezi prsty, v záhybech, pod kolena, kolem pasu a pupíku, na prsou nebo genitáliích a u malých dětí i **na hlavě, krku, dlaních a na chodidlech**.

Svrab se šíří pomalu

V náš prospěch je rozhodně to, že svrab se šíří velice pomalu. V jednom okamžiku se na kůži vyskytuje zhruba **10-15 aktivních jedinců**. Vzhledem k tomu, že jsou menší než půl milimetru, je těžké je rozeznat. Pokud však budete mít štěstí, můžete je zahlédnout jako drobné černé tečky. Co se nakažlivosti týče, je nutný dlouhodobý kontakt "kůže na kůži", abyste se svrab chytli. **Roztoč totiž nemůže skákat ani létat** a pohybuje se jen velmi pomalu. Potřebuje tedy určitý čas, aby mohl "přelézt" z jedné osoby na druhou. Snadno se svrab šíří například prostřednictvím ložního prádla nebo ručníků. Přenos tak může být snadný v některých kolektivech, mezi členy jedné domácnosti nebo mezi sexuálními partnery. Je nepravděpodobné, abyste svrab získali **pouhým podáním ruky nebo objetím**.

Svrab: Léčba a prevence

Na svrab vám lékař předepíše **speciální mast, kterou je třeba mazat se přesně podle návodu**. Často se používá i sirná mast. Mezitím je však nutné celou domácnost vydezinfikovat. Veškeré prádlo, lůžkoviny a oblečení je nutné **vyprat v pračce na 60 stupňů** a přežehlit. Vzhledem k tomu, že svrab přežívá na oblečení až tři dny, je nutné vyprat vše, s čím přišla postižená osoba během posledních tří dnů do kontaktu.



Předměty, které nemůžete **vyprat nebo umýt v horké vodě**, uzavřete do plastového sáčku nebo pytle alespoň na dobu sedmi dní. Veškeré **matrace**, židle, sedačky v autě atd. je nezbytné vydezinfikovat insekticidem. A rovněž je vhodné vytepotat koberce v celém bytě. Počítejte také s tím, že vzhledem k vysoké infekčnosti podléhá toto onemocnění také povinnému epidemiologickému hlášení. **Je rozhodně nutné nařízenou izolaci striktně dodržovat!** Ostatně svrab je dlouhodobě epidemiologicky sledovanou nákazou. **Má 30leté cykly** a poslední rozsáhlejší epidemie v Česku byla zaznamenána v roce 1993.

Svrab a alternativní léčba

Skvělým a silným přírodní antiparazitikem je neemový olej. Ten můžete doplnit o **několik kapek vhodného esenciálního oleje nebo směsi olejů**. Mezi ty, které skvěle fungují, patří například tymián, rozmarýn, [levandule](#), tea tree, eukalyptus, hřebíček, citronela, citronová tráva nebo pačuli.

Autor článku: [Monika Poledníková](#)