**A járványok története**

A legrégebbi időktől kezdve az emberiség állandó kísérői a járványok. Nyomait fellelhetjük már az ókori irodalmi művekben és a középkori feljegyzésekben is. Mindig számítani lehetett komoly járványok megjelenésére a világban zajlott háborúk során. A XX. századig a járványok a háborúk természetes velejárói voltak, és sokkal több áldozatot szedtek, mint maguk a hadicselekmények. Új kórokozók megjelenésén túl – mint az AIDS, SARS, Ebola, új típusú influenza - bizonyos okok miatt a régi kórokozók visszatérésére is számítani kell, úgymint a szamárköhögés, a tuberkulózis, vagy a gennyes agyhártyagyulladás. Az elmúlt években kiemelt jelentőséget kaptak a járványügyi katasztrófák, ún. pandémiák, amikor a járvány több országra, földrészre vagy akár az egész világra kiterjed. A fertőző betegségek elterjedését jelentősen befolyásolja a migráció, a szociális helyzet romlása, a hajléktalanok tömeges megjelenése, az éhínség, a nyomor stb.

***A járvány mozgatóerői***

Ahhoz, hogy egy járvány létrejöjjön **3 tényező szükséges**:

1. Fertőző forrás
2. A fertőzés terjedésének lehetősége
3. Fogékony emberi szervezet

Bármelyik tényező hiányában a fertőzés nem jön létre, vagy a járványfolyamat megszakad.

1. **A fertőzés forrása lehet:**
	* A beteg ember
	* A kórokozó-hordozó ember: nem beteg, de hordozza a kórokozót
	* Fertőzött/beteg vagy kórokozó-hordozó állat
2. **A fertőzés terjedésének lehetősége:**
	* Közvetlen érintkezés útján: kézfogás (rühesség), szexuális érintkezés (szifilisz, HIV fertőzés), állatharapás (veszettség)
	* Közvetett terjedési módok:
		+ Cseppfertőzés: influenza, kanyaró, szamárköhögés
		+ Víz által terjesztett fertőzések: hastífusz, kolera
		+ Élelmiszerek által terjesztett fertőzések: Salmonella, Hepatitis A
		+ Tárgyak közvetítésével: Calicivírus, torokgyík
		+ Talaj közvetítésével: tetanusz, Anthrax
		+ Intrauterin (anyaméhen belüli) fertőzés: Hepatitis B, HIV fertőzés
		+ Rovarok- és rágcsálók által terjesztett fertőzések: kiütéses tífusz, malária
3. **Fogékony emberi szervezet:** függ az illető veleszületett vagy szerzett immunizáltságától, védettségétől. A veleszületett védettséget az anyatejjel szerezzük meg, valamint egyes betegségeken átesve leszünk védettek. A szerzett immunizáltságot az életkorhoz kötött kötelező védőoltásokkal kapjuk meg, illetve az életünk során kapott egyéb védőoltások biztosítják számunkra.

**Ajánlott magatartási szabályok járványok megjelenése esetén:**

* Folyamatosan kövesse a híradásokat, a hatóságok közleményeit, utasításait.
* Ha magán vagy másokon a betegség tünetit észleli, azt azonnal jelezni kell a hatóságoknak, illetve egy orvosnak.
* Járvány idején fokozottan törekedjen a maximális higiéniára: mosson kezet, illetve mosakodjon gyakran.
* Használjon fertőtlenítőszereket kézmosáshoz, illetve takarítás során.
* Maradjon távol a tényleges és a lehetséges gócpontoktól.
* Lehetőleg kerülje azokat a helyeket, ahol sok ember fordul meg (például a tömeközlekedés).
* Ügyeljen a cseppfertőzés megelőzésére, takarja el arcát egy kendővel vagy maszkkal.
* Kerülje az emberi vagy állati eredetű váladékokkal való közvetlen érintkezést.
* Kerülje azon tárgyakat, amelyek kapcsolatba kerülhettek a fertőzöttel.
* Állati eredetű fertőzés esetén kerülje az állatokkal történő érintkezést.
* Amennyiben halott embert vagy járvány idején elhullott állatot talál, kerülje a velük való érintkezést és azonnal értesítse a hatóságokat.
* Fokozottan figyeljen a gyerekekre, idősökre, továbbá azokra, aki valamilyen okból önállóan nem tudják betartani a szükséges óvintézkedéseket.
* Ne fürödjön a természetes vizekben.
* Kizárólag palackozott vizet és vákuumcsomagolt ételt fogyasszon.