

«О профилактике острых кишечных инфекций вызванными рота- и норовирусами».

Сегодня все чаще и чаще дети и взрослые заболевают кишечными инфекциями, вызванными вирусами.

Вирусы характеризуются высокой устойчивостью и длительным сохранением жизнеспособности на предметах обихода.

Основной причиной развития кишечных инфекций у детей являются норовирусы и ротавирусы.

Как правило, ротавирусной инфекцией болеют дети до 2-х лет (в основном 6-23 месяцев), норовирусной инфекцией же болеют дети более старшего возраста и подростки.

Основные пути передачи вирусов:

- пищевой (употребление немытых овощей и фруктов);
- водный (употребление некачественной воды);
- контактно-бытовой (через предметы обихода, посуду, немытые грязные руки и т.д.).

Также при данных инфекциях возможен воздушно-капельный путь передачи (при разговоре, при чихании).

Люди, инфицированные вирусом, способны заразить окружающих во время разгара заболевания и в течение следующих 48 часов. В некоторых случаях вирусы могут выделяться из организма в течение 2-х недель после начала заболевания.

Симптомы:

Ротавирусная инфекция обычно начинается очень остро: понос, высокая температура, многократная рвота.

Норовирусная инфекция протекает волнообразно: начинается с рвоты, при этом других проявлений может не быть. Поэтому большинство людей считают, что это обычное пищевое отравление. Начинают регулировать свое питание и становится легче, но при этом остается некоторая слабость. Через несколько дней может вновь появиться рвота, на 3-4 день и несколько позже появляется температура.

Течение заболевания, как правило, при ротавирусе тяжелое, зачастую требуется госпитализация из-за сильного обезвоживания организма, а при норовирусе заболевание протекает легче.

При появлении признаков заболевания необходимо обратиться за медицинской помощью.

Самолечением не занимайтесь! Лечение может назначить только врач в зависимости от проявлений.

Обязательно соблюдение диеты. При этом исключаются из рациона молочные продукты, фрукты, соки, сладости, жирная, острая, соленая пища, допускаются каши на воде или на овощном отваре, не жирные бульоны, отварные, тушеные овощи. В основном назначаются противовирусные препараты, препараты, восполняющие дефицит жидкости в организме, адсорбенты, пробиотики.

Обязательно!

- соблюдение правил личной гигиены (тщательное мытьё рук с мылом перед едой, после посещения туалета и по возвращении с улицы и т.д.);
- тщательная обработка овощей, фруктов и зелени, достаточная термическая обработка кулинарных изделий;
- употребление заведомо качественной воды (кипяченая вода, вода в промышленной упаковке).

Воду из родников, из-под крана обязательно кипятить.

- при купании в водоёмах и бассейнах не допускать попадания воды в рот.

Если в семье кто-то заболел, необходимо особо тщательно соблюдать правила личной гигиены:

- защищать руки перчатками при обслуживании больного;
- посуду, моющиеся предметы, игрушки (если заболел ребёнок), которыми пользовался больной необходимо кипятить;
- одежду, бельё испачканную рвотными массами, стирать при температуре 60°C;
- обязательно проводить влажную уборку в помещении с применением хлорсодержащих дезинфицирующих препаратов, обращая внимание на предметы, которых касался больной.



Соблюдение этих простых правил поможет вам предотвратить заболевания и сохранит ваше здоровье и здоровье ваших близких!

ВТО Управления Роспотребнадзора по Пермскому краю.