

Листовка

Внимание: норовирусная инфекция

Сегодня все чаще и чаще дети и взрослые заболевают кишечными инфекциями. Одной из частых причин этих инфекций являются вирусы. Существует несколько разновидностей вирусов, которые способны вызывать у человека кишечную инфекцию. Одним из таких вирусов является норовирус. Норовирусы вместе с ротавирусами являются основной причиной развития кишечных инфекций у детей.

Норовирусы очень заразны: всего 10-100 частиц вируса достаточно для заражения человека. Поэтому попадание этого вируса в детский коллектив очень часто ведет к быстрому распространению кишечной инфекции среди детей.

Основные пути передачи норовируса:

- пищевой, т.е. человек может заразиться, например, употребив в пищу немытые фрукты или овощи;
- водный, когда человек заражается, выпив некоторое количество жидкости, содержащей вирус;
- контактно-бытовой, когда вирус попадает в организм через немытые руки, предметы обихода, посуду и т.д. Чаще всего передача вируса происходит от больного человека через предметы обихода здоровому человеку. Люди, инфицированные вирусом, способны заразить окружающих во время разгара заболевания и в течение следующих 48 часов. В некоторых случаях вирусы могут выводиться организма в течение 2х недель после начала заболевания.

Симптомы норовирусной инфекции

Первые симптомы заболевания появляются через 24-48 ч. после заражения. Это может быть однократная, но чаще многократная рвота, понос, сильная тошнота, повышение температуры. Норовирус чаще всего вызывает диарею и сильную рвоту, но иногда может быть и только рвота. Нарушения со стороны пищеварительной системы могут сопровождаться мышечными, головными болями и слабостью. Обычно симптомы норовирусной инфекции проходят сами через 12-72 часа. После болезни организм вырабатывает иммунитет к вирусу, но на очень короткий период, около 8 недель. После этого срока человек может снова заразиться норовирусом и заболеть.

Профилактика норовирусной инфекции

На данный момент вакцины от Норовирусов не существует. Несмотря на высокую заразительность, устойчивость и длительное сохранение жизнеспособности вирусов на предметах во внешней среде, **меры профилактики элементарны. Как и при любой кишечной инфекции, чтобы не заболеть, следует выполнять следующие правила:**

- соблюдение личной гигиены (тщательное мытье рук перед едой и приготовлением пищи, после туалета, после возвращения с улицы);
- тщательная обработка овощей и фруктов, употребление в пищу термически обработанных продуктов;
- употребление гарантированно безопасной воды и напитков (кипяченая вода, напитки в фабричной упаковке);
- при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот.

Если в доме уже есть заболевший, то необходимо при уходе за больным тщательно мыть руки с мылом, обрабатывать их кожными антисептиками.

Необходимо проводить обработку всех поверхностей, с которыми контактировал заражённый человек: корпус кровати, прикроватные столики, санузлы, ручки и т.д. Учитывая высокую жизнестойкость вируса, уборку лучше проводить с дезинфицирующими средствами по режиму вирусных инфекций.

Посуду, моющиеся предметы, которыми пользовался инфицированный больной необходимо кипятить, игрушки – тщательно мыть.

Подобное соблюдение правил гигиены позволит избежать дальнейшего распространения инфекции и повторного заражения людей.

Норовирус и дети

Как известно, маленькие дети то и дело тянут в рот разные предметы. Хорошо, если это происходит дома, и это чистые игрушки. Но бывает, что такое происходит на улице, на детской площадке и в других местах, где никто не поручится Вам за чистоту предмета, взятого в рот. Именно поэтому у детей часто возникают кишечные инфекции. В детских коллективах (детский сад, школа, кружок, детский лагерь и т.д.) при нарушении санитарных правил довольно быстро может произойти распространение любой инфекции.

Так что же делать родителям?

Здесь можно посоветовать только одно - приучайте детей соблюдать правила гигиены.

ПОМНИТЕ!

Что главная защита от норовирусной инфекции и других кишечных инфекций, вызванные вирусами - это не только меры личной гигиенической профилактики, но и своевременное обращение за медицинской помощью в лечебно-профилактические учреждения, тем более, если это затрагивает ДЕТЕЙ!

Выполнение этих несложных советов поможет избежать заболеть острой кишечной инфекцией и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Нижегородской области в Балахнинском, Чкаловском районах»