

Памятка для населения по профилактике кишечных инфекций вирусной этиологии.

Ротавирусная и норовирусная инфекции имеют выраженную сезонность с подъемом заболеваемости в осенне-зимний период, что связано с лучшей выживаемостью вирусов в окружающей среде при низких температурах.

Инкубационный период ротавирусной инфекции составляет от 10 часов до 7 дней, чаще 1-3 дня. Длительность заболевания - 5-7 дней. Основные симптомы: рвота (чаще однократная), которая может начинаться одновременно с диареей и выраженной лихорадкой. Часто заболевание начинается с симптомов ОРВИ, к которым через 2-3 дня присоединяются явления гастроэнтерита. Инкубационный период норовирусной инфекции короткий - 1-2 дня. Длительность заболевания - 2-5 дней. Основные симптомы заболевания: тошнота, рвота (чаще многократная), диарея (но диареи может не быть), лихорадка выражена слабо, также отмечаются симптомы ОРВИ.

Главным источником ротавирусной и норовирусной инфекций является больной, выделяющий с фекалиями достаточно значительное количество вирусов. Вирусоносители без клинических проявлений также представляют опасность в эпидемиологическом отношении.

На различных объектах внешней среды кишечные вирусы сохраняют жизнеспособность от 10-15 дней до одного месяца (в зависимости от температуры и влажности воздуха), в фекалиях - от нескольких дней до семи месяцев.

Основной механизм передачи - фекально-оральный, который реализуется преимущественно посредством контактно-бытового пути передачи. Нередко заражение может происходить при употреблении инфицированной воды и пищи. В редких случаях может реализовываться воздушно-капельный механизм передачи.

Меры профилактики всех кишечных инфекций вирусной этиологии:

1. При появлении симптомов острой кишечной инфекции необходимо сразу обратиться за медицинской помощью, а не заниматься самолечением, которое в таких случаях может лишь временно облегчить самочувствие.
2. Чтобы избежать заражения других членов семьи, дважды в день необходимо проводить влажную уборку комнаты водой с раствором дезинфицирующих средств согласно инструкции по применению, регулярно проветривать помещение.
3. Посуду и белье больного рекомендуется на час замачивать в растворе дезинфицирующего и моющего средств, после чего приборы нужно тщательно промыть и ошпарить кипятком.
4. При покупке продуктов обращайте внимание на соблюдение сроков годности, особенно скоропортящихся продуктов.
5. Овощи и фрукты, употребляемые в сыром виде, необходимо хорошо мыть под горячей проточной водой, желательнее с мылом. После промывки обдайте фрукты, овощи кипятком.
6. Содержите кухню в идеальной чистоте. Так как пища легко загрязняется, любая поверхность, используемая для ее приготовления, должна быть абсолютно чистой. Полотенца для протирания посуды должны меняться каждый день. Ветошь для мытья полов также требует частой стирки.
7. И, наконец, просто чаще мойте руки. Мойте руки всегда - после прихода домой, до и после посещения туалета, до и после приготовления пищи, перед кормлением ребенка.

Уважаемые родители!

Если у ребенка появились клинические признаки кишечной инфекции обязательно обратитесь за медицинской помощью!

Не отправляйте больных детей в детские организованные коллективы, это может привести к распространению инфекции и возникновению групповой заболеваемости!