

ОСТРОРОЖНО: НОРОВИРУС!

ЧТО ТАКОЕ НОРОВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ?

Это острая кишечная инфекция, возбудителем которой является норовирус – один из известных разновидностей кишечных вирусов, о котором вдруг заговорили в последнее время в связи с подъемом заболеваемости норовирусной инфекцией в мире. Норовирус очень заразен: всего 10-100 частиц вируса достаточно для заражения. Вирус выделяется от больного человека.

КАК ПЕРЕДАЕТСЯ НОРОВИРУС?

Норовирус очень заразен: всего 10-100 частиц вируса достаточно для заражения. Вирус выделяется от больного человека с естественными испражнениями и другими выделениями, например, с рвотой.

Инфицированный человек может заразить окружающих на пике заболевания и в течение следующих 48 часов. Человек может быть заразен в течение нескольких недель (обычно 7-14 дней) после выздоровления, что и обуславливает заражение окружающих и эпидемическую опасность.

Установлено, что случаи заболевания норовирусной инфекцией, в том числе вспышки, регистрируются в течение всего года, с сезонным пиком в осенне-зимний период.

ОСНОВНЫЕ ПУТИ ПЕРЕДАЧИ НОРОВИРУСА:

-контактно-бытовой (попадание в организм вируса через немытые руки, предметы обихода, посуду и т.д.);

-пищевой (человек заражается, употребив в пищу немытые фрукты, овощи или продукты питания, инфицированные больным во время приготовления им пищи);

-водный (человек заражается, выпив некоторое количество жидкости, содержащей вирус);

-воздушно-капельный (в результате вдыхания человеком воздуха, который содержит вирусные частицы).

Чаще всего передача вируса происходит от больного человека к здоровому через предметы обихода. В отличие от бактерий кишечные вирусы в пищевых продуктах, воде, на поверхности предметов не размножаются, но долго выживают. Это характерно и для норовирусов: влажная уборка с обычными моющими и спиртосодержащими средствами не обеспечивает его уничтожение, вирус устойчив к высыханию,

замораживанию, нагреванию до 60 градусов. Погибает он только от хлорсодержащих дезинфицирующих средств.

КАКОВЫ СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

Человек чаще заболевает через 24-48 часов после заражения. Это, как правило, самоизлечивающаяся болезнь. Ее характерные признаки - тошнота, рвота, незначительное повышение температуры тела, диарея (понос), симптомы общей интоксикации, проявляющихся слабостью и бледностью кожных покровов. Симптомы могут продолжаться несколько дней, и если игнорировать и не бороться с обезвоживанием организма, заболевание чревато серьезными последствиями.

КТО ЧАЩЕ «ПОДХВАТЫВАЕТ» ИНФЕКЦИЮ?

Норовирусная инфекция поражает все возрастные группы. Особое внимание необходимо уделять детям, так как малыши очень часто тянут в рот разные предметы, в том числе игрушки, при прогулках на улице, на детской площадке и т.п.

Именно поэтому у детей часто возникают кишечные инфекции. Кроме того, дети и подростки часто бывают объединены в детские коллективы (детский сад, школа, кружок, детский лагерь и т.д.), где довольно быстро может произойти распространение любой инфекции, в том числе и норовирусной. Наиболее опасен норовирус для физически ослабленных лиц, престарелых и детей. Известны даже случаи летального исхода от данной инфекции.

После болезни организм вырабатывает иммунитет к вирусу, но на очень короткий период (до 8 недель). После этого срока человек может снова заразиться норовирусом и заболеть.

ЗНАЙТЕ! Вакцины и специфического лечения против норовирусов нет (антибиотики на вирусы не действуют).

Не занимайтесь самолечением! При подозрении на любую кишечную инфекцию обязательно обращайтесь к врачу.

ОСНОВНЫЕ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ:

избегать прямого контакта с больными людьми;

соблюдать правила личной гигиены (тщательное мытье рук перед едой и приготовлением пищи, перед и после ухода за больным, после туалета);

следить за чистотой рук детей, учить их правилам личной гигиены;

тщательно мыть под проточной водой и затем обдавать кипятком овощи и фрукты, употреблять в пищу термически обработанные продукты;

отделять сырые продукты от приготовленных; использовать разделочный инвентарь (ножи, разделочные доски) отдельно для сырых и готовых продуктов, салатов, хлеба;

выбирать свежие и непорченные продукты;

хранить продукты при безопасной температуре, и не хранить приготовленную пищу долго даже в холодильнике;

всегда промывать и дезинфицировать после приготовления пищи все используемые поверхности и кухонные принадлежности;

употреблять гарантированно безопасную воду и напитки (кипяченая вода, напитки в заводской упаковке);

при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот;

во время болезни оставаться дома, не идти в школу, детский сад или на работу;

если в доме уже есть заболевший, то необходимо очень внимательно следить за гигиеной: не менее одного раза в день проводить обработку всех поверхностей, с которыми контактировал больной человек (корпус кровати, прикроватные столики, санузлы, дверные ручки и т.д.); (норовирус можно инактивировать хлорсодержащими дезинфицирующими средствами)

все вещи, которые были загрязнены рвотными массами больного, сразу же стирайте при температуре не менее 60 градусов.

ПОМНИТЕ! Защита от норовирусной инфекции и других кишечных инфекций, вызванных вирусами, - это не только меры личной гигиенической профилактики,

но и своевременное обращение за медицинской помощью в территориальное учреждение здравоохранения, тем более, если заболели ДЕТИ!

Острая кишечная инфекция – это собирательное понятие. Сюда входят кишечные инфекции, вызванные вирусами (ротавирусная, астровирусная, аденовирусная и норовирусная инфекции) и бактериями (брюшной тиф, сальмонеллёз, дизентерия, холера и др.).

Источниками инфекции при вирусных и бактериальных кишечных инфекциях являются люди (с клиническими проявлениями заболевания и носители возбудителя) и животные.

Острые кишечные инфекции вирусной этиологии передаются от человека к человеку и имеют разнообразные пути передачи:

- Водный – при употреблении некипяченой воды, инфицированной вирусами.
- Контактно – бытовой: возможно заразиться через предметы обихода и грязные руки (возбудители заболеваний могут жить на различных предметах в течение 5-7 дней).
- Пищевой – при употреблении в пищу инфицированных продуктов.

К сожалению, вакцин, защищающих от этих инфекций, пока не разработано. Болеют острыми кишечными инфекциями люди любого возраста, но особенно высока заболеваемость детей до 7 лет.

Для ротавирусной инфекции характерна повышенная заболеваемость в зимнее время года, что объясняется лучшим сохранением вируса при низких температурах.

От момента заражения до начала появления клинических симптомов проходит от 1 до 5 дней. Наиболее часто у заболевших отмечается рвота, которая является многократной, продолжается до трёх дней, подъём температуры, понос. У многих детей выявлено сочетание кишечных расстройств с воспалением верхних дыхательных путей (заложенность носа, гиперемия зева, покашливание).

Астровирусной инфекцией круглый год болеют дети и подростки, но наиболее часто заболевание регистрируется у детей до года. Астровирус находится в организме до 9 дней. При этом заболевании больной часто жалуется на жидкий стул, снижение аппетита, повышение температуры. Дети из организованных детских коллективов имеют больший риск инфицирования, чем дети не посещающие их.

Аденовирусная инфекция наиболее часто регистрируется в лечебно-профилактических организациях, детских учреждениях. Болеют преимущественно дети. Инкубационный период заболевания – от 3 до 10 дней. Характеризуется более длительным течением в сравнении с ротавирусной инфекцией. Жидкий стул сохраняется от 6 до 23 дней, может сопровождаться рвотой и повышением температуры.

Норовирусы поражают население всех возрастных групп, часто возникают вспышки норовирусного гастроэнтерита среди детей школьного возраста, взрослых и пожилых людей осенью, зимой и весной. Норовирусы обладают высокой устойчивостью по отношению к физическим и химическим воздействиям, могут длительно сохранять инфекционные свойства (до 28 дней и более) на различных видах поверхностей.

Источником инфекции является больной человек или бессимптомный носитель вируса. Инкубационный период составляет 12-48 часов, продолжительность заболевания – от 2 до 5 дней. Норовирус очень заразен, достаточно менее 10 вирусных частиц чтобы вызвать заболевание у здорового взрослого человека.

Факторами передачи норовирусов обычно служат необеззараженные руки пациентов, медицинских работников, заражённые поверхности, в учебных заведениях ими часто оказываются ручки дверей, клавиатура и «мышки» компьютеров. Кроме того, вирус может передаваться через заражённые лицами с бессимптомной формой заболевания пищевые продукты, не проходящие термическую обработку. Пищевой лёд, бутилированная вода, вода закрытых и открытых водоёмов может служить также причиной заболевания.

Итак, если Вы заметили у Вашего ребёнка повышение температуры, общую слабость, разбитость, тошноту, рвоту. Малыша беспокоят схваткообразные боли в области живота, появляется жидкий многократный стул – немедленно обращайтесь к врачу.

Самолечение недопустимо. Заболевания кишечными инфекциями особенно тяжело протекает у детей, так как нарушается обмен веществ, поражается нервная система, происходит обезвоживание организма, истощение.

И конечно, не стоит забывать простые правила:

пейте только кипячёную воду;

тщательно мойте овощи, фрукты, ягоды и зелень! Особенно те, которые могли контактировать с землёй, например клубнику, салат;

не покупайте продукты в местах несанкционированной торговли – они могут быть с истекшим сроком годности или изготовлены с нарушением санитарных норм и правил;

не приобретайте для питания овощи и фрукты в разрезанном виде, так как микробы с поверхности легко переносятся и размножаются в сочной мякоти;

не покупайте продукты с истекшим сроком годности;

больше внимания уделяйте личной гигиене;

если кто-либо из членов семьи болен и находится дома, требуется особо строго соблюдать правила личной гигиены: для больного выделить отдельную посуду, бельё. Для уборки мест общего пользования использовать дезинфицирующие средства.

чаще проводите уборку помещений (необходимо мыть ручки дверей, клавиатуру и «мышку» компьютера, различные виды поверхностей); проветривайте помещения.

Выполнение этих несложных правил поможет избежать заболеванием острой кишечной инфекцией и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!