

Профилактика энтеровирусной инфекции



Энтеровирусные инфекции (ЭВИ) представляют собой группу инфекционных заболеваний, развивающихся при поражении человека вирусами рода *Enterovirus*, характеризующихся многообразием клинических проявлений.

Источником инфекции является человек (больной или носитель). Инкубационный (скрытый) период составляет в среднем от 1 до 10 дней, но максимальный до 21 дня.

ЭВИ характеризуются быстрым распространением заболевания.

Возможные пути передачи инфекции: воздушно-капельный, контактно-бытовой, пищевой и водный.

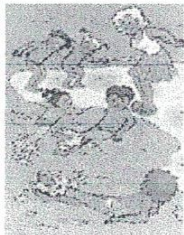
ЭВИ характеризуются разнообразием клинических проявлений и множественными поражениями органов и систем: серозный менингит, геморрагический конъюнктивит, увеит, синдром острого вялого паралича (ОВП), заболевания с респираторным синдромом и другие.

Наибольшую опасность представляют тяжелые клинические формы с поражением нервной системы.

Заболевание начинается остро, с подъема температуры тела до 39-40 градусов. Появляется сильная головная боль, головокружение, рвота, иногда боли в животе, спине, судорожный синдром, изъязвления на слизистых в полости рта, высыпания на лице, конечностях, возможны нерезко выраженные катаральные проявления со стороны ротоглотки, верхних дыхательных путей, расстройство желудочно-кишечного тракта.

Чтобы свести риск заражения энтеровирусной инфекцией до минимума рекомендуем придерживаться следующих правил:

1. Соблюдать элементарные правила личной гигиены, мыть руки перед едой, после туалета, перед приготовлением пищи.
2. Тщательно мыть фрукты и овощи водой гарантированного качества.



3. Не купаться в не установленных (не отведённых) для этих целей местах. При купании в открытых водоемах, старайтесь не допускать попадания воды в полость рта. Помните, что это наиболее вероятная возможность заразиться.

4. Оберегайте своих детей от купания в фонтанах, в надувных бассейнах (модулях), используемых в игровых аттракционах.

5. Употреблять для питья только кипяченую или бутилированную воду и напитки в фабричной расфасовке. Избегать использования для питья воды из случайных водоисточников – колодцев, фонтанов, ключей, озер, рек и т.д.



6. Не реже 1 раза в день, а если в семье имеются дети до 3 лет, 2 раза в день, мыть игрушки с применением моющих средств.

7. Ни в коем случае не допускать посещения ребенком организованного детского коллектива (школа, детские дошкольные учреждения) с любыми проявлениями заболевания. При первых признаках заболевания необходимо немедленно обращаться за медицинской помощью, не заниматься самолечением!

ЭНТЕРОВИРУСНАЯ, НОРОВИРУСНАЯ И АСТРОВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИИ

Энтеровирусная инфекция – инфекционное заболевание, вызываемое определенным видом вируса. Энтеровирус входит в группу кишечных вирусов.

Имеет много разновидностей (серотипов). Они способны поражать многие ткани и органы человека (центральная нервная система, сердце, легкие, печень, почки и др.) и это определяет значительное клиническое многообразие вызываемых ими заболеваний.



Заболевание носит сезонный характер, вспышки возникают в весенне-летний и летне-осенний периоды. Заражение происходит через воду, продукты питания, а также испражнения больного, через мельчайшие капельки слюны и мокроты при кашле и чихании. Очень часто заражение происходит при купании в открытых водоемах.

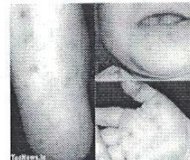
Энтеровирусы устойчивы во внешней среде: хорошо переносят низкие температуры (в условиях холодильника они сохраняются в течение нескольких недель), в водопроводной воде выживают до 18 дней, в речной воде – около месяца, в очищенных сточных водах – до двух месяцев, на предметах обихода, продуктах питания (молоко, фрукты, овощи).

Вирус быстро погибает при прогревании, кипячении, при воздействии хлорсодержащих препаратов, ультрафиолетового облучения.

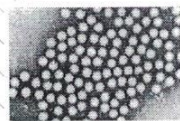
Как проявляется инфекция?

Вирус поражает все органы и ткани, но в основном поражается нервная ткань, сердце, печень, поджелудочная железа, мышечная ткань, глаза. Заразиться может каждый, но чаще болеют дети.

Заболевание начинается с повышения температуры до 38-40° С, слабости, головной боли, тошноты, рвоты, светобоязни. Эти симптомы могут сопровождаться болями в области сердца, живота, мышцах, боли в горле, герпетическими высыпаниями на дужках и миндалинах. В некоторых случаях наблюдаются катаральные явления со стороны верхних дыхательных путей, насморк, кашель. На 1-2 день болезни появляется сыпь, преимущественно на руках, ногах, вокруг и в полости рта, которые держатся в течение 24-48 часов (иногда до 8 дней) и затем бесследно исчезают.



Иногда могут развиваться острые вялые параличи конечностей, судороги, дрожание конечностей, косоглазие, нарушение глотания, речи и др.



Существует несколько разновидностей вирусов, которые способны вызывать у человека кишечную инфекцию. Такими вирусами являются норовирус и астровирус.



Пути заражения – заразиться инфекцией может человек в любом возрасте, обычно контактируя с больным человеком, так называемым контактно-бытовым путем, 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. Также часто вирус передается и через еду, воду, если больной каким-либо образом с ней контактировал.

Симптомы инфекции. Инкубационный период составляет от 10 часов до 3-х дней. Поскольку размножаются норовирусы в тонком кишечнике, то и основные симптомы также «кишечные». Неприятные симптомы проходят через 3-4 дня. К характерным признакам можно отнести постоянную тошноту, частые приступы рвоты, жидкий стул, острые приступы боли в области кишечника (вплоть до судорог). Часто наблюдаются сонливость и апатия, боль и «ломота» в мышцах, повышение температуры тела до 37,5 – 38,5, отсутствие аппетита. Свойственны два варианта начала болезни: острый (около 90% больных), когда все основные симптомы появляются в 1-е сутки болезни, и подострый (10%), когда к 1-2 симптомам (чаще боли в животе и рвота) на 2 день болезни присоединяются диарея, лихорадка, слабость. Симптоматика может сохраняться на протяжении нескольких дней. Однако это состояние крайне опасно осложнениями, если своевременно не бороться с обезвоживанием организма, вызванным сильной рвотой и диареей.



Важно! Сонливость, чувство постоянной жажды, сухость слизистых и редкое мочеиспускание являются признаками обезвоживания, что может привести даже к коме, а очень редко и к смерти больного. При обнаружении таких симптомов обязательна госпитализация.

(лоперамид,



частички и

Важно! При норовирусной инфекции категорически запрещено принимать любые противодиарейные (имодиум) препараты без консультации с врачом, так как они могут стать причиной тяжелых осложнений, продлевая инфекцию (в первые 2-3 дня с жидкими испражнениями выводятся вирусные токсичные вещества).

Профилактические меры. Меры профилактики элементарны. Как и при любой кишечной инфекции,

чтобы не заболеть, следует выполнять следующие правила:



- ✓ личная гигиена и частая обработка рук (хотя бы мытье обычной водой с мылом);
- ✓ 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 очень внимательно следить за гигиеной, защите рук перчатками при уходе за больными, контактах с предметами в окружении больного.
- ✓ по меньшей мере, один раз в день необходимо проводить обработку всех поверхностей, с которыми контактировал зараженный человек: корпус кровати, прикроватные столики, санузлы, ручки и т.д.
- ✓ посуду, моющиеся предметы, которыми пользовался больной, а также игрушки (если заболел ребенок) необходимо кипятить.

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

Что делать, если ты заболел?

В случае появления этих жалоб необходимо немедленно обратиться к врачу, не ждать, надеясь, что все пройдет, не пытаться самостоятельно лечиться. Необходимо срочно поместить больного в стационар, т.к. он может быть источником заражения людей, проживающих рядом.

Лечение. Пациентам с подозрением на инфекцию рекомендовано обильное питье, что поможет предотвратить обезвоживание. При сохранении симптомов более 3 дней и/или сильном обезвоживании следует срочно обратиться к врачу. Также обязательна консультация врача для детей и пожилых пациентов. После облегчения общего состояния рекомендуется придерживаться легкой диеты в течение недели. В качестве диетических продуктов можно есть рис, ржаной хлеб, макароны, из фруктов – бананы и печеные яблоки.

Помните, что заболевание легче предупредить,
соблюдая элементарные меры профилактики, чем лечить.

