

## О профилактике ротавирусной и норовирусной инфекций

Ротавирусная инфекция – высокозаразное острое инфекционное заболевание, протекающее с поражением желудочно-кишечного тракта, общей интоксикацией, нередко наличием респираторного (катарального) синдрома в начальном периоде болезни.

Ротавирусной инфекцией болеют дети и взрослые. Но у взрослых заболевание протекает в легкой форме, почти не заметно. Мамы и папы, часто не подозревая об этом, сами являются источниками заражения своих детей и окружающих.

Возбудителями инфекции являются ротавирусы, открытые в 70-х годах XX века в Австралии, по «внешнему виду» под электронным микроскопом напоминают колесо-ротор. Позднее было открыто 5 групп ротавирусов А, В, С, Д, и Е. Большинство заболеваний вызывается вирусом группы А.

Источником инфекции являются больные с выраженной или скрытой клинической картиной (вирусоносителями). Это болезнь «грязных рук» - передается от одного человека к другому через предметы быта, приготовленную пищу.

Заражение через воду – речную, колодезную и водопроводную. Вирус морозоустойчив, остается живым при нулевой температуре, может длительное время сохраняться в воде и затем попасть в пищу.

Подъем заболеваемости ротавирусной инфекцией приходится на зимнее время – в период с января по март. В отдельных случаях ротавирусная инфекция встречается в холодные и дождливые летние дни.

С момента заражения больного до появления у него первых клинических проявлений проходит в среднем от 1 до 4 дней.

Начинается заболевание остро – с подъема высокой температуры (до 38-39 градусов С), которая держится 1-2 дня.

С самого начала болезнь может проявляться небольшим насморком и болями в горле. Очень часто заболевание начинается с рвоты: этот симптом маркер ротавирусной инфекции. К нему присоединяются головная боль, вялость иногда озноб. В тот же день или на следующий появляется диарея – частый жидкий водянистый стул, при этом боль в животе бывает редко.

Норовирусная инфекция (норовирус) – острая кишечная инфекция. Возбудителем является норовирус – один из разновидностей энтеровирусов.

Механизм передачи данной инфекции – фекально-оральный, не исключается и респираторный. Вирус выделяется от больного человека с естественными испражнениями и другими выделениями, например, рвотой. Пути передачи: чаще – пищевой (наибольшее значение имеют морепродукты), водный (вода, лед) и контактно-бытовой. В нынешнем сезоне основным путем распространения вспышек норовирусной инфекции в Японии и США является не пищевой, а контактно-бытовой путь.

Инкубационный (скрытый) период норовируса от нескольких часов до 2-х суток. Заболевание проявляется в виде тошноты, рвоты, диареи до 8 раз в сутки, незначительного повышения температуры тела, симптомов общей интоксикации, проявляющихся слабостью и бледностью кожных покровов. Самочувствие нормализуется в течение нескольких дней, но человек может быть заразен до 1

месяца после выздоровления, что и обуславливает заражение окружающих эпидемическую опасность. Известны случаи летального исхода от данной инфекции.

Норовирус очень заразен. Даже мельчайшие частицы пыли с норовирусом вызывают заболевание. Вирус весьма жизнестоек: влажная уборка с обычными моющими и спиртосодержащими средствами не обеспечивает его уничтожение, вирус устойчив к высушиванию, замораживанию, нагреванию до 60 градусов, погибает только от хлорсодержащих дезинфицирующих средств.

Норовирусная инфекция поражает все возрастные группы. Наиболее опасен норовирус для физически ослабленных лиц, престарелых и детей. Восприимчивость к норовирусам повсеместная, сведения о появлении иммунитета после заболевания – неопределенные.

### **Меры профилактики и защиты.**

В их основу положена боязнь вируса высоких температур, соблюдение личной гигиены, бытовой чистоплотности и культуры.

- Рота -,норовирус погибает при кипячении в течение 1 – 3 минут. Питьевую воду, сырое молоко для всех членов семьи и особенно маленьких детей нужно обязательно кипятить. Детям нежелательно давать некипяченым даже парное молоко;
- Особое внимание уделить фруктам и овощам с рыночных прилавков и магазинов: необходимо их тщательно промывать струей воды, а затем ошпаривать кипятком;
- При покупке детских смесей внимательно читать этикетки на них, разбавлять смеси следует только остывающей кипяченой водой и готовить их исключительно на 1 кормление;
- Использовать для кормления ребенка идеально чистую посуду;
- Мыть руки с мылом по приходу с улицы и перед едой, а мамам – дополнительно перед приготовлением пищи ребенку и перед его кормлением;
- Общаться с ребенком всем членам семьи только в чистой одежде, и нив коем случае в рабочей одежде или в той, в которой готовят пищу;
- Следить за чистотой жилого помещения, помнить о том, что вирус может находиться на мебели, белье, бытовой технике, игрушках, ручках дверей, спусковых кранах унитаза, кранах умывальника и т.д.;
- Строго следить за состоянием здоровья всех членов семьи. Кишечные расстройства у любого из них – сигнал для всех остальных.

Перечисленные меры профилактики касаются не только родителей, но и персонала организованных детских, а также лечебно-профилактических учреждений.

Родители и все граждане должны всегда помнить! При разумном поведении и здоровом образе жизни можно не заразиться и не заболеть не только ротавирусной, норовирусной инфекцией, но и другими инфекционными заболеваниями.

## Профилактика Аскаридоза

Аскаридоз - паразитарное заболевание, возбудителем которого является аскарида человеческая. Данное заболевание характеризуется миграцией личинок паразитов по человеческому организму, с последующей локализацией половозрелых особей в области кишечника.

Аскарида представляет собой круглого червя, жизненный цикл которого в своём развитии проходит несколько стадий. Как правило, заражение происходит во время проглатывания созревших яиц аскарид. Уже в кишечнике из них появляются личинки, способные проникать в кровяное русло сквозь оболочку кишечника. Аскариды способны существовать и развиваться в кишечнике на протяжении года. Одна самка откладывает за день более 200 тысяч яиц, которые попадают в почву вместе с калом, и весь процесс заражения повторяется снова.

### **Причины**

Попадая в почву вместе с калом, яйца аскарид сохраняют свою жизнедеятельность многие годы. Как правило, заболевание чаще встречается у детей, которые имеют привычку засовывать грязные пальцы в рот, играя в песочнице и парковой зоне. Яйца паразитов также могут находиться на фруктах, овощах, зелени и в траве, поэтому перед употреблением растительной пищи её следует хорошо промыть и обдать кипятком.

### **Симптомы**

Существует две стадии заболевания аскаридозом: ранняя (миграционная) и поздняя (кишечная). Признаки аскаридоза зависят от текущей фазы болезни. В ранней стадии заболевание практически никак не проявляет себя. Клинические симптомы выражены слабо. Больные могут жаловаться на: сухой кашель с незначительной мокротой; влажные хрипы; незначительное недомогание; высыпания на коже, напоминающие крапивницу. В поздней стадии симптомы аскаридоза более выражены. Больные ощущают повышенную утомляемость, отсутствие аппетита, тошноту, рвоту, боли в животе, потерю веса. Также у них часто наблюдаются поносы, запоры и другие нарушения стула. Несвоевременное лечение аскаридоза у детей и взрослых приводит к развитию серьезных осложнений: непроходимости кишечника, сильнейшим болям, которые не снимаются даже наркотическими средствами, частым позывам к рвоте, механической закупорке желчного протока, абсцессам печени, гнойному плевриту.

### **Диагностика**

На ранней стадии заболевание диагностируется при обнаружении личинок паразитов, а также при наличии специфических антител в мокроте и анализе крови. Проведение рентгенографии на этой стадии может выявить инфильтраты. В поздней стадии заболевания - проведение анализа кала на выявление яиц глистов. Более точную информацию позволяет получить рентгеновское обследование кишечника и ультразвуковое исследование всей брюшной полости.

### **Лечение**

При первых подозрениях на аскаридоз следует обратиться в больницу. Не рекомендуется заниматься самолечением и применять различные лекарственные травы и другие методы народной медицины.

### **Профилактика**

Главная цель профилактических мероприятий заключается в том, чтобы предотвратить повторное заражение аскаридозом. Пациенты должны выполнять следующие рекомендации специалистов:

1. Больные, которые уже прошли курс терапии, должны регулярно сдавать анализы.
2. Крайне важно соблюдать личную гигиену.
3. Члены семьи пациента должны пройти профилактический курс лечения.
4. Все продукты, которые употребляются в пищу без предварительной термической обработки, должны тщательно мыться.
5. Люди, которые проживают в загородных домах или имеют дачные участки, должны проводить санитарную защиту почвы.
6. Следует вести борьбу с насекомыми, которые являются разносчиками яиц аскарид.
7. После проведения земляных работ люди должны очень тщательно мыть руки, используя для этих целей специальные обеззараживающие средства.
8. С ранних лет нужно приучать ребёнка соблюдать правила индивидуальной гигиены;
9. Запрещается употребление сырой воды, ягод, овощей, фруктов и зелени, сорванных с грядки.