

О мерах профилактики энтеровирусной инфекции.

Энтеровирусные инфекции - группа острых заболеваний, вызываемых энтеровирусами, для которых характерно многообразие клинических проявлений от легких лихорадочных состояний до тяжелых менингоэнцефалитов, миокардитов.

Энтеровирусы устойчивы во внешней среде и длительное время могут сохраняться в сточных водах, плавательных бассейнах, открытых водоемах, предметах обихода, продуктах питания (молоко, фрукты, овощи). Энтеровирусная инфекция характеризуется быстрым распространением заболевания. Вирус быстро погибает при прогревании, кипячении.

Источником инфекции является больной человек или бессимптомный вирусоноситель. Чаще болеют дети, характерна летне-осенняя сезонность.

Вирус выделяется из носоглотки (при чихании, кашле, разговоре) или с фекалиями. Вирус также может выделяться из везикулярных высыпаний. Передача инфекции реализуется контактно-бытовым (загрязненные руки, предметы быта, личной гигиены), пищевым и водным путем (очень часто заражение происходит при купании в открытых водоемах).

Инкубационный период энтеровирусной инфекции варьируется от одних суток до 35 дней, в среднем - до 1 недели.

Заболевание начинается остро с повышения температуры до 38-39 градусов (температура держится 3-5 дней), наблюдается головная боль, слабость, сонливость, тошнота, рвота.

Энтеровирус поражает центральную нервную систему, сердечно-сосудистую систему, желудочно-кишечный тракт, слизистую оболочку глаз (конъюнктивит) и др. органы. Серозный менингит является наиболее типичной и тяжелой формой энтеровирусной инфекции.

Учитывая возможные пути передачи инфекции, высокую устойчивость энтеровирусов во внешней среде, меры личной профилактики должны заключаться в соблюдении правил личной гигиены:

- мыть руки перед едой, после возвращения с улицы и после каждого посещения туалета;
- тщательно мыть проточной водой фрукты, овощи, ополаскивать их кипятком;
- не покупать продукты в местах несанкционированной торговли;
- регулярно проводить влажную уборку, чаще проветривать помещения;
- защищать пищу от мух, насекомых, грызунов, домашних животных;
- для питья использовать только кипяченую или бутилированную воду;
- для обработки сырых продуктов пользоваться отдельными кухонными приборами (ножами, разделочными досками);
- при купании в открытых водоемах избегать попадания воды в носоглотку - это лучшая профилактика энтеровирусной инфекции;
- оберегать своих детей от купания в фонтанах, надувных бассейнах (модулях), используемых в игровых аттракционах;
- регулярно проводить влажную уборку помещений.

При первых признаках заболевания следует обращаться за медицинской помощью, не заниматься самолечением. С любыми проявлениями заболевания не допускать посещения ребенком организованного коллектива (детский сад, школа).

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