

Ротавирусная инфекция и ее профилактика.

Ротавирусная инфекция – острая кишечная инфекция, вызываемая вирусом, имеющим вид колеса (ротора) под микроскопом. Эта инфекция официально регистрируется Всемирной организацией здравоохранения с 1979 года. В отличие от обычных, давно знакомых летних кишечных инфекций, подъем заболеваемости ротавирусной инфекцией регистрируется с января по март. Источником ротавирусной инфекции является только человек, болеющий легкой, средней и тяжелой формами заболевания. Наибольшую опасность для окружающих представляет, так называемый «бессимптомный носитель», особенно если этот человек ухаживает за детьми, готовит пищу, работает в детских садах и системе водоснабжения.

Помимо классических путей передачи для кишечных инфекций – водный, пищевой, контактно-бытовой (через игрушки, посуду, полотенца и т.д.) – ротавирус освоил и воздушно-капельный путь.

Вирусы распространены повсеместно и очень устойчивы во внешней среде, прекрасно сохраняются в условиях холодильника, беспрепятственно проходят кислотный барьер желудка человека. Как всякая кишечная инфекция, эта болезнь не любит чистоту, кипячение и строгое соблюдение санитарных правил.

Основная группа риска – дети младшего возраста (от 0 до 2 лет), именно они болеют чаще и тяжелее всех. Но и после 2-х лет ослабленные дети могут заболеть.

Каковы же симптомы ротавирусной инфекции?

С момента заражения до проявления болезни проходит от 1 до 3-х суток. Основные признаки – расстройство стула (диарея), рвота, боли в животе. Температура повышается не всегда и не выше 38, 0. Среди заболевших 50% имеют воспаление в носоглотке.

Легкие формы ротавирусной инфекции проходят практически без лечения в течение 3-5 дней. Эти случаи заболевания не требуют госпитализации, но к врачу обратиться необходимо.

В тяжелых случаях, когда рвота и жидкий стул регистрируется до 20 раз в сутки, госпитализация жизненно необходима.

Как защитить себя от ротавирусной инфекции?

- соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки с мылом перед едой, после посещения туалета, после возвращения с улицы;
- не употреблять для питья не кипяченую водопроводную воду, воду из колодцев, других источников водоснабжения;

- соблюдать правила гигиены при приготовлении пищи - отдельно использовать разделочный кухонный инвентарь (ножи, доски) для сырых и готовых к употреблению (хлеб, овощи, и т.п.) продуктов;
- фрукты, ягоды, овощи тщательно мыть сначала под проточной водой, затем обязательно **промыть бутилированной водой, или кипяченой водой;**
- соблюдать режим мытья столовой и кухонной посуды, с использованием моющих средств и опшаривания (если не используется посудомоечная машина);
- не допускать соприкосновения (совместного хранения) сырых продуктов и продуктов, готовых к употреблению; хранить различные продукты в индивидуальной упаковке (таре), не допускать загрязнения, порчи продуктов;
- соблюдать температурный режим хранения скоропортящихся продуктов, не допускать использования продуктов с истекшим сроком годности;
- в детских дошкольных учреждениях, где наиболее часто реализуется контактно-бытовой путь передачи, должны соблюдаться все требования к содержанию помещений.
Родители должны помнить - детям с проявлениями болезни не место в детском коллективе!
- работники пищеблоков, продавцы продуктов, хозяйки на кухне, работники, связанные с водоснабжением населения должны четко выполнять правила личной гигиены и все требования санитарных норм и правил. От этого зависит здоровье многих людей!
- в домашних условиях желательно использовать бытовые фильтры для дополнительной очистки воды.
- При появлении дома больного с ротавирусной инфекцией необходимо строго следовать рекомендациям врача.
- Укреплять свой иммунитет (сопротивляемость болезням) и иммунитет своих детей.

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