

## Профилактика РОТА НОРО Вируса

Недавно ротавирус и норовирус не разделяли, ставили диагноз – **ротавирусная инфекция**. Виды кишечных заболеваний схожи, но различаются симптомы, течение болезни.

Норовирусная инфекция обнаружена в начале 70 годов XX века в США.

Инфицирование происходит в общественных местах (детские сады, учебные, развлекательные заведения), контактным путём, при наличии вируса в воздухе.

Норовирусом болеют все люди, более тяжело переносят дети, лица с пониженным иммунитетом.

50% инфекционных заболеваний у взрослых и 30% у школьников вызываются норовирусами. Дети до семи лет чаще болеют ротавирусом.

Норовирусная инфекция передаётся орально-фекальным, респираторным путями.

Вирус получают через немытые овощи, фрукты, некипячёную воду, дверные ручки, ободок унитаза.

Норовирусная кишечная инфекция заразна. Вирус жизнестойкий, не боится холодной, горячей температур; убивается моющими дезинфицирующими средствами с хлором.

У переболевшего человека появляется иммунитет к инфекции на срок до 7-8 недель.

Ротавирусная инфекция, **кишечный грипп** – инфекционное заболевание, вызванное ротавирусом. Инфекцией болеют взрослые, дети. Больной заразен в течении всего периода болезни, около недели. У переболевшего человека появляется иммунитет к ротавирусу.

Причина заражения – употребление немытых овощей, фруктов, поглощение пищи грязными руками.

Подхватить инфекцию можно респираторным путём, при кашле, насморке.

Ротавирусы переносят холод, не гибнут в хлорированной воде.

### **Определение вида вируса**

Больные не сразу обращают внимание на недомогания в области желудочно-кишечного тракта. Чем быстрее поставят диагноз, тем быстрее выздоровление.

Чтобы определить отличие норовируса от ротавируса, описываются проявления недугов.

### **Общие признаки инфекций**

Признаки ротавирусной и норовирусной инфекции:

1. Диарея.
2. Боль в области желудка.
3. Рвота, тошнота.

### **Характерные признаки инфекций**

Кишечные инфекции путают. Выделяют отличия определения вида вируса, назначения препаратов.

Для кишечного гриппа или ротавируса характерно острое проявление болезни – рвотные позывы, понос, повышенная температура тела (более 38-39 градусов). У

инфицированных появляются симптомы простуды – боль в горле, заложенность носа. Больные жалуются на слабость, ломоту в суставах, потерю аппетита.

### ***Норовирус у человека***

Для норовируса характерно вялотекущее начало. Появляется плохое самочувствие в течение первых суток после поражения вирусом. Начинаются рвота, частая диарея, невысокая температура (37-37,5 градусов), озноб, головная боль. Наблюдаются рвотные позывы, заражённый списывает на обычное пищевое отравление.

Инфекция проходит самостоятельно за 1-3 дня, в тяжёлых случаях – до 7 суток.

#### **Необходимые меры при заражении вирусами**

Ротавирусная и норовирусная инфекции требуют различного подхода к лечению.

При лёгком течении норовирусной инфекции не требуется принятие лекарственных препаратов. Вирус проходит самостоятельно, без серьёзных последствий. Для больных – обильное употребление воды комнатной температуры, чтобы предотвратить обезвоживание, покой.

Желательно пить жидкость после каждого приступа диареи, соблюдать диету (куриные бульоны, свежий компот из сушёных яблок). Если состояние улучшилось, соблюдается режим питания пару дней.

В домашних условиях – сделать специальный раствор для нормализации водно-солевого баланса. Взять две столовые ложки сахара, одну чайную ложку соды, одну чайную ложку соли, залить литром тёплой кипячёной воды.

При норовирусной инфекции противодиарейные лекарственные препараты запрещены: вызывают серьёзные последствия.

#### **Профилактика ротавирусной и норовирусной инфекций**

Некоторые инфекции, характеризующиеся поражением желудочно-кишечного тракта человека (кишечным синдромом), имеют вирусную этиологию. К наиболее распространённым относятся ротавирусная и норовирусная инфекции.

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

**Норовирусная инфекция** относится к острым кишечным инфекциям. Возбудителем является норовирус – один из разновидностей энтеровирусов.

**Источником инфекций является больной человек, или вирусоноситель.** Из организма больного возбудитель чаще с испражнениями, рвотными массами попадает во внешнюю среду (в воду, пищу, на предметы обихода).

#### **Основными путями передачи являются:**

- пищевой, т.е. человек может заразиться, например, употребив в пищу немытые овощи и фрукты;
- водный, когда человек заражается, выпив жидкость (вода, напитки), содержащую вирус;

- контактно-бытовой, когда вирус попадает в организм через невымытые руки, предметы обихода, игрушки и т.д.

Ротавирусы, как и вирусы гриппа, могут передаваться и воздушно - капельным путём.

С момента попадания возбудителей в организм и появления симптомов заболевания **ротавирусной инфекцией** проходит **от 10 часов до 7 дней, чаще 1-3 дня**. При инфицировании **норовирусом** инкубационный (скрытый) период составляет **12-48 часов**.

**Для клинической картины инфекций характерно:** острое начало, повышение температуры (при ротавирусной инфекции - до 39°C), слабость, боли в животе, тошнота, рвота, жидкий стул. Заболеванию ротавирусной инфекцией могут предшествовать насморк, боли в горле, кашель.

**Важно:** самочувствие нормализуется в течение нескольких дней, но человек может быть заразен в течение продолжительного времени после выздоровления, что и обуславливает заражение окружающих и эпидемиологическую опасность.

### **Основные меры профилактики ротавирусной и норовирусной инфекций:**

- для питья используйте кипяченую или бутилированную воду;
- фрукты и овощи перед едой тщательно мойте под проточной водой и ополаскивайте кипяченой, особенно, если они предназначены для детей;
- следите за чистотой рук, мойте их с мылом перед приемом пищи, после прогулок, посещения туалета, общественных мест, автотранспорта;
- ежедневно проводите влажную уборку с использованием моющих и дезинфицирующих средств;
- посуду, из которой употребляют пищу маленькие дети, рекомендуется дополнительно ополаскивать кипятком;
- детские игрушки рекомендуется ежедневно мыть;
- покупая продукты питания для детей, всегда обращайте внимание на сроки реализации и температурные условия хранения;
- открытые упаковки с продуктами, предназначенными для детей, молочные продукты храните в холодильнике;
- не заглатывайте воду при водных процедурах и купании в бассейне;
- не допускайте контакта больного ребёнка со здоровыми детьми в течение срока, установленного лечащим врачом;
- при уходе за заболевшим, соблюдайте правила личной гигиены: пользуйтесь перчатками и медицинской маской, тщательно мойте руки мылом, обрабатывайте их кожными антисептиками.

**Помните: соблюдение этих рекомендаций позволит Вам избежать заражения!**