

# **Профилактика энтеровирусной инфекции**

## ***Что такое энтеровирусная инфекция?***

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. Заражаться может каждый, но чаще болеют дети.

Заболевание начинается с повышения температуры до 38-40°, 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

развиться острые вялые параличи конечностей, судороги, дрожание конечностей, косоглазие, нарушение глотания, речи и др.

### **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.

### **Как себя защитить?**

Меры неспецифической профилактики энтеровирусной инфекции такие же, как при любой острой кишечной инфекции - необходимо соблюдать следующие правила:

- для питья использовать только кипяченую или бутилированную воду;
- мыть руки с мылом перед каждым приемом пищи и после каждого посещения туалета, строго соблюдать правила личной и общественной гигиены;
- перед употреблением фруктов и овощей их необходимо тщательно мыть с применением щетки и последующим ополаскиванием кипятком;
- купаться только в официально разрешенных местах, при купании стараться не заглатывать воду;
- не приобретать продукты у частных лиц и в неустановленных для торговли местах;
- соблюдать правила личной гигиены.

При контакте с больным энтеровирусной инфекцией необходимо наблюдать за состоянием своего здоровья и при появлении каких-либо жалоб немедленно обратиться к врачу!

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



Мыть руки с мылом после посещения туалета, перед едой, после смены подгузника у ребенка



Тщательно мыть фрукты и овощи кипяченой или бутилированной водой



Пить бутилированную воду промышленного производства



Не употреблять напитки со льдом



Купаться на специально оборудованных пляжах и/или в бассейнах с контролем обеззараживания воды



Не допускать заглатывания воды при купании



Не посещать с маленькими детьми места массового скопления людей



Избегать контактов с людьми с признаками инфекционных болезней (с сыпью, температурой, кашлем и др.)



Не употреблять продукты, приобретенные в местах стихийной торговли



Защищать пищу от мух

## КАК ИЗБЕЖАТЬ ЗАРАЖЕНИЯ ЭНТЕРОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ

**При появлении температуры, кашля, насморка, боли в горле, сыпи, головной боли, жидкого стула обращаться за медицинской помощью**