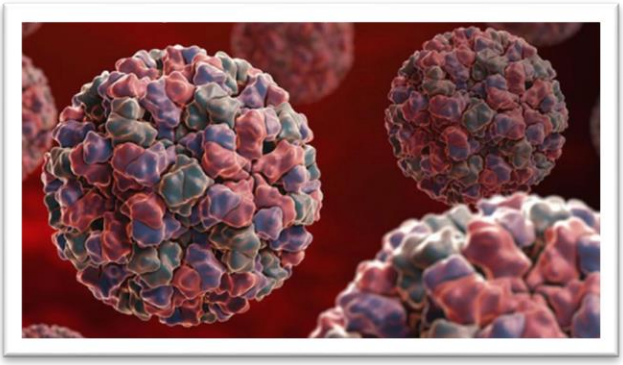
Норовирусная инфекция и ее профилактика



Кишечные инфекции норовирусной этиологии проявляются ярко выраженной кишечной симптоматикой и характеризуются быстрым течением.

Источником инфекции является больной человек или бессимптомный носитель вируса.

Инкубационный период составляет 12 - 48 ч, продолжительность заболевания - 2 - 5 дней. Доказана высокая контагиозность (заразность) норовируса. Менее 10 вирусных частиц достаточно, чтобы при попадании в желудочно-кишечный тракт здорового взрослого человека вызвать заболевание.

Механизм передачи инфекции - фекально-оральный. Пути передачи инфекции: контактно-бытовой, пищевой и водный.

Причинами возникновения норовирусной инфекции, передающихся с пищей, являются нарушения правил обработки овощей и фруктов, мытья посуды, несоблюдение технологии приготовления блюд, требований личной гигиены поварами и кондитерами. Причинами возникновения норовирусной инфекции, передающихся через воду, являются попадание в организм человека контаминированной (загрязненной вирусом) воды (вода из-под крана, пищевой лед, вода закрытых и открытых водоемов). Наиболее часто острые кишечные инфекции вирусной этиологии передаются через грязную посуду, овощные салаты, приготовленные с нарушением обработки овощей, нарезку готовой продукции (сыр, масло и др.). Блюда, связанные с «ручным» приготовлением и не подвергающиеся повторной термической обработке (например, овощные пюре).

На поверхности плохо промытых фруктов и овощей могут оставаться возбудители инфекционных болезней, в том числе вирусных инфекций.

Основные принципы профилактики инфекции:

- Соблюдение правил личной гигиены: тщательно мыть руки перед приемом, раздачей пищи, после посещения туалета, улицы.
- Следить за чистотой рук у детей, научить их соблюдать правила личной гигиены
- Употребление кипяченой или бутилированной воды
- Употребление в пищу доброкачественных продуктов (обращайте внимание на соблюдение сроков годности).

- Не употреблять воду из открытых источников.
- Если вы чувствуете себя не здоровым (особенно при наличии симптомов кишечной инфекции) не подвергайте риску заболевания своих близких! Ни в коем случае не занимайтесь приготовлением пищи.

Главная защита от норовирусной и других кишечных инфекций – это соблюдение правил личной гигиены, а также своевременное обращение за медицинской помощью.

Материал подготовил врач-эпидемиолог Н.Н.Дедович