

## Профилактика энтеровирусной инфекции



Энтеровирусная инфекция - это группа острых инфекционных заболеваний, вызываемых энтеровирусами (кишечными вирусами). Для данной инфекции характерно достаточно острое начало, лихорадка и большое многообразие клинических симптомов, обусловленных поражением желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой, нервной и мышечной систем, а также легких, печени, почек и др. органов.

Энтеровирусная инфекция распространена повсеместно и регистрируется в течение всего года. Может наблюдаться в виде единичных случаев, локальных вспышек (чаще в детских коллективах) и в виде крупных эпидемий. Наибольшее число случаев заболеваний регистрируется с июня по октябрь.

Источником инфекции является больной или вирусоноситель. Вирус выделяется в окружающую среду из носоглотки человека в течение 1 - 2 недель после начала заболевания, из фекалий - в течение нескольких недель и даже месяцев.

Заражение энтеровирусной инфекцией происходит при употреблении человеком загрязненной пищи или воды, а также через грязные руки и предметы обихода. Возможна также передача возбудителя воздушно-капельным путем (при разговоре, кашле и чихании). Наиболее интенсивное выделение возбудителя наблюдается в первые дни болезни.

От начала заражения до первых клинических проявлений проходит от 2 до 10 суток, чаще 2-5 дней. Около 85% случаев энтеровирусных инфекций протекает бессимптомно, 12% случаев диагностируются как лёгкие лихорадочные заболевания и около 1-3% имеют тяжелое течение, особенно у детей раннего возраста и лиц с нарушениями иммунной системы.

*Чтобы защитить себя и детей от заболевания энтеровирусной инфекцией рекомендуется следующее:*

- соблюдайте меры личной профилактики: тщательно мойте руки с мылом после посещения туалета, перед и во время приготовления пищи, перед едой, а также после прихода домой с улицы;

- не употребляйте для питья некипяченую воду, воду из открытых водоемов и других источников водоснабжения; не купайтесь в открытых водоемах, купание в которых не рекомендуется или запрещено;
- фрукты, ягоды, овощи тщательно мойте под проточной водой, затем ополаскивайте их кипяченой водой;
- для обработки сырых продуктов пользуйтесь отдельными кухонными приборами и принадлежностями, такими как ножи и разделочные доски;
- соблюдайте режим мытья столовой и кухонной посуды с использованием моющих средств;
- воздерживайтесь от покупок скоропортящихся пищевых продуктов в местах, где отсутствует холодильное оборудование;
- не употребляйте продукты с истекшим сроком годности;
- не переносите и не храните в одной упаковке сырые продукты и те, которые не будут подвергаться термической обработке (колбасы, масло, сыры, творог);
- соблюдайте температурный режим хранения скоропортящихся продуктов;
- защищайте пищу от мух, насекомых, грызунов, домашних животных;
- перед приготовлением пищи и кормлением детей мойте тщательно руки с мылом;
- детскую посуду и игрушки регулярно мойте с использованием разрешенных моющих средств, после чего тщательно прополощите, перед употреблением обдайте кипятком.

**Соблюдение таких простых правил защитит Вас и близких от заболевания энтеровирусной инфекцией, а также другими кишечными инфекциями.**

*Материал подготовлен помощником врача-эпидемиолога санитарно-эпидемиологического отдела ГУ «Дятловский рай ЦГЭ» Шапурко Екатериной Ярославовной.*