

ПРОФИЛАКТИКА НОРОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

11.11.2025



Норовирусная инфекция – острое вирусное заболевание, поражающее желудочно-кишечный тракт, возбудителем которого является **норовирус**.

Основными симптомами инфекции являются тошнота, рвота, диарея, боль в животе,

возможно повышение температуры тела, респираторные симптомы. Как правило, заболевание протекает в легкой форме, более тяжелая клиническая картина отмечается у детей до 2 лет и пожилых людей со сниженным иммунитетом.

Инкубационный период при норовирусной инфекции продолжается от 12 часов до 2 дней (чаще длится около суток).

Источником инфекции является заболевший человек, выделяющий вирус во внешнюю среду с фекалиями и рвотными массами. Выделение норовируса может продолжаться в течение нескольких недель после выздоровления, что и обуславливает заражение окружающих. Работники предприятий общественного питания, торговли могут явиться источниками инфекции для большого количества лиц, поэтому особенно важно для них соблюдение правил личной гигиены и своевременное обращение за медицинской помощью при появлении симптомов кишечных инфекций.

Заражение норовирусной инфекцией возможно **пищевым, водным и контактно-бытовым** путем передачи инфекции. Пищевой путь заражения, как правило, реализуется при употреблении плохо вымытых овощей, фруктов, ягод или при приготовлении грязными руками блюд, которые не подвергаются термической обработке. Водный – при возникновении аварийных ситуаций в системе водоснабжения, при употреблении воды из кулеров, не содержащихся в чистоте. Контактно-бытовым путем норовирус передается через загрязненные поверхности (игрушки, посуда, телефонные трубки, ручки дверей).

Норовирус обладает высокой заразностью и устойчивостью во внешней среде. Он длительно сохраняется на объектах внешней среды (в течение 2 недель на твердых поверхностях и свыше 2 месяцев в воде), чувствителен к хлорсодержащим дезинфектантам, высоким температурам (погибает при

температуре свыше 55 °С через 30 минут, при кипячении – через 1-3 минуты).

Для предупреждения заражения норовирусной инфекцией следует соблюдать следующие меры профилактики:

1. Чаще мыть руки с мылом, особенно после посещения общественных мест, перед едой, после посещения туалета, прогулок на улице.
2. Тщательно обрабатывать (мыть) овощи и фрукты (обдавать кипятком);
3. При приготовлении пищи подвергать ее достаточной термической обработке;
4. Не употреблять воду из случайных источников для питья и бытовых целей.
5. Не употреблять в пищу арбузы и дыни, купленные в разрезанном виде.
6. Минимизировать контакты с людьми с симптомами кишечной или респираторной инфекции;
7. Поддерживать чистоту в доме и на рабочем месте, обращать особое внимание на поверхности, с которыми часто контактируешь.
8. Купаться только в разрешенных для этих целей местах, при купании не допускать попадание воды в рот.

При уходе за заболевшим норовирусной инфекцией важно соблюдать правила личной гигиены. Заболевшего по возможности следует изолировать в отдельной комнате, выделить для него отдельную посуду и полотенце, регулярно проветривать помещение, проводить влажную уборку.

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