Профилактика энтеровирусной инфекции

Необходимо соблюдать правила личной гигиены. Тщательно мойте руки с мылом перед приготовлением пищи, перед едой, после прихода домой с улицы и посещения туалета.

Следите за чистотой рук детей, приучайте их к соблюдению мер личной гигиены с детства. Мойте дверные ручки, краны, ручки для спуска воды в туалете. Регулярно мойте и содержите в чистоте детские игрушки.

Не купайтесь сами и не разрешайте купаться детям в водоемах, где это не рекомендуется или запрещено. Купайтесь только в разрешенных местах, учите детей не заглатывать воду при купании.

Нельзя использовать для питья и хозяйственно-бытовых нужд воду из открытых водоемов (в исключительных случаях только после кипячения в течение 5-7 минут), воду из колодца обязательно кипятить. Употребляйте для питья только кипяченую или бутилированную воду.

Отдавайте предпочтение расфасованной в бутылки питьевой воде гарантированного качества.

Фрукты, ягоды, овощи тщательно мойте под водопроводной проточной водой, а для маленьких детишек фрукты желательно мыть кипяченой водой или ошпаривать горячей кипяченой водой после мытья.

При покупке обязательно читайте обозначенные на упаковке сроки годности и условия хранения продуктов питания, в быту строго следуйте им. Следите за закладкой продуктов в холодильник. Упаковывайте каждый продукт в отдельную чистую упаковку, берегите продукты от загрязнения. Не допускайте соприкосновение между продуктами, не прошедшими и прошедшими кулинарную (термическую) обработку. Выделите кухонный инвентарь (ножи, разделочные доски) отдельно для сырых и вареных продуктов.

Защищайте пищу от насекомых, грызунов и домашних животных, возможных переносчиков инфекции и ведите борьбу с мухами и тараканами.

Содержите в чистоте свой дом, особенно кухню и туалет!

БУДТЕ ЗДОРОВЫ!

Энтеровирусная инфекция (ЭВИ) - это группа острых инфекционных болезней, вызываемые кишечными вирусами (энтеровирусами), характеризующихся лихорадкой и полиморфизмом клинических симптомов.

В последние годы наметилась четкая тенденция активизации энтеровирусной инфекции в мире, о чем свидетельствуют постоянно регистрируемые в разных странах эпидемиологические подъемы заболеваемости и вспышки.

Опасность заболеваний данной группы заключается в том, что клиническая симптоматика может быть самой разнообразной. В большинстве случаев отмечается легкое течение, характеризующееся незначительным недомоганием, но могут иметь место серьезные осложнения, в том числе тяжелые поражения центральной нервной системы (ЦНС), органов пищеварительного тракта (ЖКТ), сердечно-сосудистой системы, мышечной системы, легких, печени, почек и других органов.

Энтеровирусы хорошо переносят низкие температуры (в замороженном состоянии активность энтеровирусов сохраняется в течение многих лет), устойчивы во внешней среде и длительное время могут сохраняться в сточных водах, земле, плавательных бассейнах, открытых водоемах, предметах обихода, продуктах питания (молоко, фрукты, овощи), но быстро погибают при кипячении. При температуре 50^0 С энтеровирусы быстро разрушаются, а также теряют активность под воздействием дезинфицирующих средств, ультрафиолетового облучения или при высушивании.

ЭВИ характеризуется летне-осенним сезонным подъемом заболеваемости. Заболевание распространено повсеместно.

Источником заболевания является больной человек или носитель. Заболевают преимущественно дети и лица молодого возраста. Заболевания наблюдаются в виде спорадических и групповых случаев (чаще в детских коллективах) и в виде локальных вспышек и крупных эпидемий, поражающих отдельные регионы и даже страны.

Заразиться можно через загрязненную пищу, воду, грязные руки, предметы, которые окружают человека, игрушки и другие объекты внешней среды, загрязненные энтеровирусами, а также по воздуху при чихании, кашле, разговоре. Факторами риска также являются купание в загрязненных вирусами водоемах, употребление немытых овощей, фруктов и зелени, питьевой воды сомнительного качества.

В организм человека вирусы попадают через рот или верхние дыхательные пути. Период от попадания вируса в организм человека до появления первых клинических признаков у всех ЭВИ одинаковый – от 2 до 10 дней, чаще 2-5 дней. Заболевание начинается остро - с повышения температуры тела до 38-39º С, которая чаще всего держится 3-5 дней, потом снижается до нормальных цифр. Очень часто температура имеет волнообразное течение. При повышении температуры человек, особенно ребенок, ощущает слабость, сонливость, может наблюдаться головная боль, тошнота, рвота.

Энтеровирусы могут поражать разные системы организма - слизистую кишечника, слизистую ротоглотки, кожу, слизистую глаз, мышцы, сердце, печень, центральную и периферическую нервные системы, поэтому различают несколько форм энтеровирусной инфекции.

При поражении слизистой кишечника наблюдается жидкий стул. Симптомы заболевания - как при кишечной инфекции. Стул обычной окраски (желтый или коричневый), жидкий, без разных (слизь, кровь) примесей. Появление жидкого стула может быть, как на фоне повышение температуры, так и без этого.

При поражении слизистой ротоглотки происходит развитие энтеровирусной герпангины, когда наблюдается повышение температуры тела, общая интоксикация (слабость, головная боль, сонливость) и сыпь в виде пузырьков, заполненных жидкостью, на слизистой ротоглотки и миндалинах. Пузырьки лопаются, и на их месте образуются язвочки, заполненные белым налетом. После выздоровления на месте язвочек не остается никаких следов.

При поражении кожи возможно появление экзантемы – покраснение кожи, чаще всего на верхней половине туловища (голова, грудь, руки) и появление сыпи разного вида, похожей на сыпь при краснухе, кори, которая появляется обычно в 1-2 день заболевания и исчезает через 4-6 дней.

При поражении глаз развивается конъюнктивит, который проявляется в виде светобоязни, слезотечения, покраснения и припухлости глаз. Возможно наличие кровоизлияний в конъюнктиву глаза.

При поражении мышц развивается миозит – боли в мышцах. Боли появляются на фоне повышения температуры. Болезненность наблюдается в грудной клетке, руках и ногах. При снижении температуры тела боли уменьшаются или исчезают совсем.

Энтеровирусные инфекции **могут поражать различные участки сердца** с развитием миокардитов и перикардитов, а **при поражении печени** развивается острый гепатит.

Как и все заболевания, энтеровирусные инфекции могут привезти к развитию осложнений. Наиболее тяжело протекают заболевания **при поражении нервной системы**, когда развиваются серозные менингиты, энцефалиты. Для этих заболеваний характерно острое начало, у заболевших наблюдается сильная головная боль, тошнота, рвота, повышение температуры тела до 39-40^0 С, судороги, парезы и параличи, потеря сознания, могут развиться отек мозга, эпилептиформные припадки, психические расстройства, острая дыхательная недостаточность и пневмония.

Для постановки диагноза энтеровирусной инфекции у заболевших, в зависимости от клинических проявлений, берутся для исследования фекалии, смывы из носа, зева или спиномозговая жидкость. Исследования проводят в вирусологической лаборатории.

Специфического лечения энтеровирусной инфекции не существует. Лечение проводят симптоматически в зависимости от проявлений инфекции - жидкий стул, ангина, конъюнктивит, миозит, поражения сердца, энцефалиты, менингиты, гепатит, экзантема. При необходимости проводят профилактику бактериальных осложнений. Лечиться можно и в домашних условиях, если позволяют клинические проявления. Тем, кто ухаживает за больным, надо соблюдать правила личной гигиены. При наличии в семье нескольких, особенно маленьких детей, рекомендовано лечиться в условиях стационара. Из организованных коллективов заболевшие изолируются на весь период заболевания.