

Памятка по профилактике энтеровирусной инфекции

Возбудители острых кишечных инфекций и энтеровирусы попадают в организм человека:

- через загрязненную пищу, воду, предметы, которые окружают человека, грязные руки;
- при употреблении немытых овощей и фруктов, питьевой воды сомнительного качества;
- при купании в загрязненных вирусами водоемах.

Особенностью энтеровируса является то, что он очень устойчив в окружающей среде. В воде может сохраняться до 110 дней, в мясе, твороге до 6 месяцев, а на других поверхностях - до 70 дней. Энтеровирусы обнаруживаются и на свежих овощах и фруктах. Кипячение их убивает мгновенно.

От момента заражения до первых признаков заболевания проходит от 2 до 10 суток. Заболевание начинается чаще всего остро с внезапного подъема температуры, головной боли, общей слабости, головокружения, нарушения сна, тошноты, рвоты, болей в животе, жидкого водянистого стула.

Что необходимо делать, чтобы не заразиться энтеровирусом и возбудителями острых кишечных инфекций:

1. Соблюдать правила личной гигиены:
 - тщательно мыть руки с мылом после посещения туалета, перед едой, перед приготовлением пищи, после прихода с улицы домой;
 - тщательно мыть руки детям;
 - фрукты, овощи мыть под проточной водой, а затем обдавать кипятком.
1. Употреблять для питья только кипяченую или бутилированную воду.

2. Покупать продукты только в санкционированных (разрешенных) местах торговли.
3. Купаться можно только в официально отведенных для этой цели местах.
4. Приучать детей не заглатывать воду при купании.
5. Содержать в чистоте детские игрушки, тщательно мыть их.
6. Ежедневно проводить влажную уборку в доме, квартире. Содержать в чистоте кухню, туалет. Тщательно мыть дверные ручки, краны и ручки для спуска воды в туалете.
7. При приготовлении пищи необходимо соблюдать следующие правила:
 - иметь отдельно предназначенные ножи, разделочные доски для сырых и вареных продуктов, отдельно для хлеба;
 - не допускать соприкосновения между сырыми продуктами и продуктами прошедшими кулинарную обработку;
 - необходимо каждый продукт упаковывать в чистую, отдельную упаковку, тару и беречь продукты от загрязнения.

При контакте с больным острой кишечной инфекцией, энтеровирусной инфекцией или любой другой инфекцией необходимо наблюдать за состоянием своего здоровья и при появлении каких-либо жалоб или симптомов болезни незамедлительно обратиться к врачу.