О профилактике энтеровирусных инфекций

Управление Роспотребнадзора по Нижегородской области напоминает, что с началом летнего сезона повышается вероятность заражения энтеровирусной инфекцией (ЭВИ), которая является актуальным заболеванием для Нижегородского региона. В области периодически отмечаются циклические и сезонные подъёмы заболеваемости преимущественно в летне-осенний период, регистрируются внутрисемейные и групповые очаги ЭВИ.

ЭВИ вызывается вирусами (энтеровирусами), которые очень устойчивы во внешней среде, хорошо переносят низкие температуры, способны сохранять жизнеспособность в воде поверхностных водоемов и влажной почве до 2 месяцев. В замороженном состоянии активность энтеровирусов сохраняется в течение многих лет, в условиях холодильника - в течение нескольких недель, а при комнатной температуре - на протяжении нескольких дней. Источником инфекции является только человек - больной различными клиническими формами заболевания или здоровый носитель энтеровирусов. Основными путями передачи энтеровирусной инфекции являются пищевой, водный, контактно¬бытовой, воздушно-капельный.

Вирусы попадают в организм здорового человека через загрязнённую пищу, воду, предметы, грязные руки, по воздуху - при чихании, кашле, разговоре. В отличие от бактерий, энтеровирусы на поверхностях предметов не размножаются, но долго выживают. Кипячение их убивает мгновенно, губительны для них ультрафиолетовые лучи, дезинфицирующие препараты.

Инкубационный период составляет в среднем от 1 до 10 дней. Энтеровирусы способны поражать многие органы и ткани человека (центральную и периферическую нервную систему, сердце" легкие, печень, почки, желудочно-кишечный тракт, кожу, органы зрения). Заболевание может протекать в различных формах: герпангина, ОРВИ, гастроэнтерит, миалгия (приступообразные боли в мышцах брюшной стенки, спины, конечностей), энтеровирусная лихорадка, экзантема, геморрагический конъюнктивит, везикулярный фарингит и др. Наиболее тяжело протекает серозный вирусный менингит. Заболевание начинается остро с подъема температуры тела до 39-40 градусов. Появляется сильная головная боль, головокружение, рвота, иногда боли в животе, спине, судорожный синдром, не резко выраженные катаральные проявления со стороны ротоглотки, верхних дыхательных путей.

При возникновении первых признаков заболевания необходимо незамедлительно обращаться за медицинской помощью с целью ранней диагностики и назначения необходимого лечения.

Чтобы уберечь себя и своих детей от энтеровирусной инфекции необходимо:

1. Соблюдать элементарные правила личной гигиены:

- тщательно мыть руки после посещения туалета, перед приемом пищи, после прогулок;
- в поездку на отдых, в командировку, и вообще за пределы дома необходимо взять с собой дезинфицирующее средство для рук - в виде влажных

салфеток, либо жидкое средство в удобной упаковке и использовать его перед каждым приемом пищи, даже если это мороженое или выпечка из ларька.

2. Употреблять для питья только кипячёную или бутиллированную воду.

3. Купаться только в отведённых для этой цели местах и не заглатывать воду во время купания.

4. Тщательно мыть проточной водой фрукты, овощи, ополаскивать кипяченой или бутиллированой водой.

5. Не покупать продукты в местах несанкционированной торговли.

6. Проветривать помещения, проводить влажные уборки с применением дезинфицирующих средств.