

## «Опасна ли ротавирусная инфекция и как предупредить заболевание?».



**Ротавирусная инфекция (РВИ)** – острое инфекционное заболевание, характеризующееся симптомами общей интоксикации и поражением желудочно-кишечного тракта, часто приводящим к обезвоживанию организма.

**Возбудителем заболевания** является ротавирус, который относительно устойчив во внешней среде и на различных объектах

может сохранять жизнеспособность до 30 дней.

**Источником инфекции** является больной человек или носитель вируса, у которого симптомы заболевания отсутствуют (вирусоносителями чаще всего являются дети старшего возраста и взрослые).

**Основной механизм передачи** – фекально-оральный (возбудитель попадает в организм человека через рот). Заражение чаще всего происходит контактно-бытовым путем (при несоблюдении правил личной гигиены через «грязные руки», окружающие предметы обихода).

**Основными факторами передачи** являются предметы обихода, детские игрушки, соски, инфицированные возбудителем руки взрослых и детей. Также определенное значение в распространении заболевания имеют продукты питания, как правило, не подвергающиеся термической обработке (чаще – невымытые или плохо вымытые фрукты, овощи, ягоды), и вода.

**Инкубационный период** (время от момента попадания возбудителя в организм до появления симптомов заболевания) длится от 12 ч до 7 дней (чаще 1-2 дня).

**Основными симптомами РВИ являются:** многократная рвота и диарея, боли, вздутие и урчание в животе, снижение аппетита, повышение температуры тела. Нередко у заболевших может отмечаться покраснение зева, насморк, воспаление слизистой глаз, сухой кашель, увеличение шейных лимфатических узлов.



При обильном жидком стуле и рвоте ребенок может потерять большое количество жидкости, что приводит к обезвоживанию. **Потеря жидкости опасна для организма** – отмечается снижение артериального давления, учащение сердечных сокращений, обмороки, а при тяжёлом течении – острая сердечно-сосудистая и почечная недостаточность.

Чаще всего случаи заболевания ротавирусной инфекцией регистрируются в зимне-весенний период года. Группой риска являются дети первых двух лет жизни, что объясняется их высокой восприимчивостью к инфекции и недостаточно сформированными в этом возрасте гигиеническими навыками. Кроме того, не соблюдение элементарных правил личной гигиены со стороны родителей при уходе за детьми может также привести к возникновению заболевания у малышей.



С целью профилактики ротавирусной инфекции, как и других острых кишечных инфекций, особое внимание следует уделять выполнению следующих профилактических **мероприятий**:

- соблюдать правила личной гигиены – **тщательно мыть руки** тёплой водой с мылом (после прихода домой с улицы, после посещения туалета, перед приготовлением пищи и перед едой, после контакта с домашними животными), следует коротко стричь ногти;
- надежное средство профилактики кишечных заболеваний у новорожденных и детей раннего возраста – **грудное вскармливание**. Грудное молоко способствует формированию нормальной микрофлоры желудочно-кишечного тракта, повышает иммунитет, снижает восприимчивость к патогенной микрофлоре. При грудном вскармливании необходимо соблюдать гигиену молочных желёз. Если ребёнок находится на искусственном вскармливании, то молочную смесь следует готовить на один приём, т.к. при длительном хранении может произойти размножение микроорганизмов. Для разведения смеси рекомендуется использовать кипячёную воду;
- как только ребенок начал самостоятельно передвигаться – ползать, ходить, необходимо чаще делать **влажную уборку помещений**, не ходить в уличной обуви по полу, следить за чистотой игрушек;



- соблюдать сроки и условия хранения **продуктов питания** и правила **приготовления пищи**. Сырые и готовые продукты питания следует хранить в холодильнике отдельно, например, на разных полках: сырые продукты – снизу (чтобы исключить подтекание на готовые продукты), готовые – сверху. Продукты, не подвергающиеся термической обработке (особенно овощи, фрукты), перед употреблением необходимо промывать горячей водой и ошпаривать. При завершении приготовления одного продукта и перехода к другому (например, от мясных изделий к фруктовому или овощному пюре) следует вымыть руки, заменить использованную разделочную доску и нож для сырых продуктов на аналогичный инвентарь для готовой



продукции;

- готовить пищу необходимо **чистыми** кухонными принадлежностями и в чистой одежде;

- для питья использовать **кипяченую или бутилированную воду** (особенно для маленьких детей).



**Берегите себя и своих близких!**