

Норовірусна інфекція як вберегтися від інфікування

На початку літа традиційно нагадуємо про підвищення ризиків підхопити шлунково-кишкову інфекцію. У зв'язку з цим зростає ризик виникнення спалахів інфекційних хвороб, харчових отруєнь. У багатьох випадках епідеміологи пов'язують ці випадки з недотриманням правил особистої гігієни та неналежним зберіганням продуктів харчування. Останнім часом найпоширенішим збудником який служить етіологічним фактором спалахів гострих кишкових інфекцій є норовірусна інфекція. Норовірусна інфекція - гостре висококонтагіозне інфекційне захворювання з фекально-оральним механізмом передачі інфекції, яке спричиняє норовірус, характеризується розвитком гострого гастроентерита та обезводжуванням. Джерелом **інфекції** є хвора людина, або носій. Основний механізм передачі, фекально-оральний, який реалізується контактено-побутовим, харчовим, рідше водним шляхом, не виключають і повітряно-крапельний механізм передачі. До продуктів які мають високий ризик забруднення норовірусами належать свіжі продукти, які не піддаються термічній обробці. Хворіють частіше діти до 5 років, інкубаційний період від 12-48 годин до 3 діб. Хвороба починається гостро, першими клінічними проявами хвороби є нудота, багаторазове блювання тривалістю 1-2 дні, рідкі водянисті випорожнення, біль у животі. Виникає загальна слабкість, млявість, сонливість, підвищується температура тіла. Прояви норовірусної Інфекції тривають від 24-60 годин до декількох днів, потім вони стихають, відбувається одужання.

При появі таких симптомів кишкової інфекції потрібно викликати швидку медичну допомогу.

Щоб уникнути зараження потрібно дотримуватись таких санітарно-гігієнічних норм і правил:

- якщо в будинку є хворий, його ізолюють в окрему кімнату, виділяють окремий посуд, в кімнаті хворого проводять вологе прибирання, провітрювання, посуд ошпарюють кип'ятком, блювоту і фекалії зливають в унітаз, який потім дезінфікують;
- дотримуватись правил громадської та особистої гігієни, тобто використовувати одноразовий посуд, стаканчики, миття рук з милом перед їдою, відвідування вбиральні, повернення з вулиці, використання антисептиків, спиртових серветок для обробки рук;
- дотримання технології приготування харчових продуктів (термічної обробки їх), дотримання режиму зберігання, та термінів реалізації готової продукції;
- забезпечення населення якісною питною водою, кип'ятіння води з невідомого джерела, або використовувати бутильовану воду;
- ретельно мити під проточною водою овочі, фрукти, ягоди, зелень.

Пам'ятайте! Неухильне дотримування правил суспільної та особистої гігієни - головний захист від кишкових захворювань.