

Профилактика кишечных инфекций вирусной этиологии

В последнее время проблема острых кишечных инфекций приобретает очень большое значение из-за значительного распространения этих заболеваний среди населения. В Красноярском крае ежегодно регистрируется около 20000 случаев кишечных инфекций.

И хотя причину большего их числа выяснить не удастся, из-за отсутствия возможностей лабораторной диагностики, специалисты-эпидемиологи по косвенным признакам смогли сделать вывод об их вирусной природе. Во-первых, чаще всего страдают маленькие дети до 2 лет, во-вторых, пик заболеваемости приходится не на летне-осеннее время, а на зимний и весенний период, как и при вирусных респираторных инфекциях.

Традиционные профилактические и противоэпидемические меры не оказывают должного воздействия на уровень заболеваемости вирусными гастроэнтеритами. Это обусловлено высокой устойчивостью вирусов во внешней среде, способностью длительно сохранять инфекционные свойства на различных видах поверхностей, а также высокой контагиозностью возбудителей, бессимптомным проявлением инфекции у части заболевших, более высокой, чем у большинства бактерий и других вирусов, устойчивостью к действию дезинфектантов.

Источниками инфекции при вирусных кишечных инфекциях являются люди (с клиническими проявлениями заболевания и носители вируса). Особенно опасны для окружающих больные, переносящие заболевание в легкой, «стертой» форме.

Основные пути передачи острых кишечных инфекций вирусной этиологии:

Водный – при употреблении некипяченой воды, инфицированной вирусами.

Контактно-бытовой – возможно заразиться через предметы обихода и грязные руки (возбудители заболеваний могут жить на различных предметах в течение 5-7 дней).

Пищевой – при употреблении в пищу инфицированных продуктов.

Чаще всего причиной вирусных гастроэнтеритов являются рота- и норовирусы.

Для ротавирусной инфекции характерна повышенная заболеваемость в зимнее время года, что объясняется лучшим сохранением вируса при низких температурах. Инкубационный период от момента заражения до начала появления клинических симптомов от 1 до 5 дней. Часто у заболевших отмечается многократная рвота, продолжающаяся до трех дней, подъем температуры, понос. У многих детей возможно сочетание кишечных расстройств с катаральными явлениями (заложенность носа, гиперемия зева, кашель и др.).

Норовирусы поражают население всех возрастных групп, часто возникают вспышки норовирусного гастроэнтерита среди детей школьного возраста, взрослых и пожилых людей в весенне-осенний и зимний период. Норовирусы обладают высокой устойчивостью по отношению к физическим и химическим воздействиям, могут длительно сохранять инфекционные свойства (до 28 дней и более) на различных видах поверхностей. Инкубационный период составляет 12-48 часов, продолжительность заболевания – от 2 до 5 дней. Факторами передачи норовирусов обычно служат руки (при нарушении правил личной гигиены), загрязненные поверхности, в учебных заведениях ими часто оказываются ручки дверей, клавиатура и «мышки» компьютеров. Кроме того, вирус может передаваться через зараженные лицами с бессимптомной формой заболевания пищевые продукты, не проходящие термическую обработку. Пищевой лед, бутилированная вода, вода закрытых и открытых водоемов может служить также причиной заболевания.

При появлении таких симптомов, как повышение температуры, тошнота, рвота, боли в области живота, жидкий многократный стул, необходимо обязательно обратиться за медицинской помощью.

Самолечение недопустимо!

Заболевания кишечными инфекциями особенно тяжело протекает у детей, так как нарушается обмен веществ, поражается нервная система, происходит обезвоживание организма, истощение, часто возникают осложнения.

И конечно, не стоит забывать меры профилактики:

- для питья использовать только кипяченую воду;
- овощи, фрукты, ягоды тщательно мыть в проточной воде, обдавать кипятком;
- для разделки разных видов продуктов использовать разные доски;
- готовую вареную пищу употреблять сразу же после приготовления;
- пищу, приготовленную накануне, перед употреблением прокипятить или прожарить;
- не употреблять в пищу продукты, доброкачественность которых вызывает сомнение;
- мясо, птицу, яйца обязательно подвергать длительной тепловой обработке;
- мыть руки с мылом, особенно перед едой и приготовлением пищи, после возвращения с улицы, пользования туалетом;
- вероятность заболевания гастроэнтеритом у детей, находящихся на грудном вскармливании, достоверно ниже, чем на искусственном вскармливании
- если кто-либо из членов семьи болен и находится дома, для больного выделите отдельную посуду, белье. Для уборки мест общего пользования необходимо использовать дезинфицирующие средства.

Выполнение этих несложных правил поможет избежать заболеванием острой кишечной инфекцией и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Красноярскому краю
в Богучанском районе