

## Что такое норовирусная инфекция?

Это острая кишечная инфекция, возбудителем которой является норовирус – один из известных разновидностей кишечных вирусов, о котором вдруг заговорили в последнее время в связи с подъемом заболеваемости норовирусной инфекцией в мире.

### Как передается норовирус?

Норовирус очень заразен: всего 10-100 частиц вируса достаточно для заражения. Вирус выделяется от больного человека с естественными испражнениями и другими выделениями, например, с рвотой. Инфицированный человек может заразить окружающих на пике заболевания и в течение следующих 48 часов. Человек может быть заразен в течение нескольких недель (обычно 7-14 дней) после выздоровления, что и обуславливает заражение окружающих и эпидемическую опасность.

Установлено, что случаи заболевания норовирусной инфекцией, в том числе вспышки, регистрируются в течение всего года, с сезонным пиком в осенне-зимний период.

### Основные пути передачи норовируса:

- 1) **КОНТАКТНО-БЫТОВОЙ** (попадание в организм вируса через немытые руки, предметы обихода, посуду и т.д.);
- 2) **ПИЩЕВОЙ** (человек заражается, употребив в пищу немытые фрукты, овощи или продукты питания, инфицированные больным во время приготовления им пищи);
- 3) **ВОДНЫЙ** (человек заражается, выпив некоторое количество жидкости, содержащей вирус);
- 4) **ВОЗДУШНО-КАПЕЛЬНЫЙ** (в результате вдыхания человеком воздуха, который содержит вирусные частицы).

**Чаще всего передача вируса происходит от больного человека к здоровому через предметы обихода.**

В отличие от бактерий кишечные вирусы в пищевых продуктах, воде, на поверхности предметов не размножаются, но долго выживают. Это характерно и для норовирусов: влажная уборка с обычными моющими и спиртосодержащими средствами не обеспечивает его уничтожение, вирус устойчив к высушиванию, замораживанию, нагреванию до 60 градусов. Погибает он только от хлорсодержащих дезинфицирующих средств.

### Каковы симптомы заболевания?

Человек чаще болеет через 24-48 часов после заражения. Это, как правило, самоизлечивающаяся болезнь. Ее характерные признаки - тошнота, рвота, незначительное повышение температуры тела, диарея (понос), симптомы общей интоксикации, проявляющихся слабостью и бледностью кожных покровов. Симптомы могут продолжаться несколько дней, и если игнорировать и не бороться с обезвоживанием организма, заболевание чревато серьезными последствиями.

### Кто чаще "подхватывает" инфекцию?

Норовирусная инфекция поражает все возрастные группы.

Особое внимание необходимо уделять детям, так как малыши очень часто тянут в рот разные предметы, в том числе игрушки, при прогулках на улице, на детской площадке и т.п.

Именно поэтому у детей часто возникают кишечные инфекции.



Кроме того, дети и подростки часто бывают объединены в детские коллективы (детский сад, школа, кружок, детский лагерь и т.д.), где довольно быстро может произойти распространение любой инфекции, в том числе и норовирусной.

Наиболее опасен норовирус для физически ослабленных лиц, престарелых и детей. Известны даже случаи летального исхода от данной инфекции.



После болезни организм вырабатывает иммунитет к вирусу, но на очень короткий период (до 8 недель). После этого срока человек может снова заразиться норовирусом и заболеть.



## **Знайте!**

**Вакцины и специфического лечения против норовирусов нет (антибиотики на вирусы не действуют).**

**Не занимайтесь самолечением!**

**При подозрении на любую кишечную инфекцию обязательно обращайтесь к врачу.**



## **Основные меры профилактики:**

- избегать прямого контакта с больными людьми;
- соблюдать правила личной гигиены (тщательное мытье рук перед едой и приготовлением пищи, перед и после ухода за больным, после туалета);
- следить за чистотой рук детей, учить их правилам личной гигиены;
- тщательно мыть под проточной водой и затем обдавать кипятком овощи и фрукты, употреблять в пищу термически обработанные продукты;
- отделять сырые продукты от приготовленных; использовать разделочный инвентарь (ножи, разделочные доски) отдельно для сырых и готовых продуктов, салатов, хлеба;
- выбирать свежие и непорченные продукты;

- хранить продукты при безопасной температуре, и не хранить приготовленную пищу долго даже в холодильнике;
- всегда промывать и дезинфицировать после приготовления пищи все используемые поверхности и кухонные принадлежности;
- употреблять гарантированно безопасную воду и напитки (кипяченая вода, напитки в заводской упаковке);
- при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот;
- во время болезни оставаться дома, не идти в школу, детский сад или на работу;
- если в доме уже есть заболевший, то необходимо очень внимательно следить за гигиеной: не менее одного раза в день проводить обработку всех поверхностей, с которыми контактировал больной человек (корпус кровати, прикроватные столики, санузлы, дверные ручки и т.д.);

**НОРОВИРУС МОЖНО ИНАКТИВИРОВАТЬ ХЛОРОСОДЕРЖАЩИМИ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМИ СРЕДСТВАМИ.**

- все вещи, которые были загрязнены рвотными массами больного, сразу же стирайте при температуре не менее 60 градусов.

**Помните!** **Защита от норовирусной инфекции и других кишечных инфекций, вызванных вирусами, это не только меры личной гигиенической профилактики, но и своевременное обращение за медицинской помощью в территориальное учреждение здравоохранения, тем более, если заболели ДЕТИ!**

# ОСТОРОЖНО



# НОРОВИРУС

