

Профилактика вирусных кишечных инфекций

Ежегодно в области регистрируется до 6,5 тысяч случаев острых кишечных инфекций (ОКИ), из них до 2,5 тысяч в г. Благовещенске. В настоящее время отмечается подъем заболеваемости острыми кишечными инфекциями, еженедельно регистрируется до 130 случаев заболеваний. Болеют преимущественно дети. Среди детей, основную часть составляют неорганизованные дети в возрасте от 6 месяцев до 3-х лет. Очаги с 2-мя и более случаями заболеваний регистрируются и в детских образовательных учреждениях.

Причиной инфекции могут стать вирусы, бактерии, а также продукты их жизнедеятельности (токсины). В наши дни наиболее актуальными становятся **вирусные кишечные инфекции**.

Вирусные кишечные инфекции являются группой острых инфекционных заболеваний, для которых характерны признаки общей интоксикации и преимущественное поражение желудка и тонкого кишечника или их сочетание, т. е. гастроэнтерит или энтерит. При этих инфекциях поражаются и другие органы и системы (например, дыхательные пути при аденовирусных заболеваниях).

Наиболее часто желудочно-кишечные нарушения наблюдаются при заболеваниях вызванных **ротавирусами**. На втором месте по частоте желудочно-кишечных нарушений — заболевания, вызванные **адено- и норовирусами**.

Резервуаром и источником вирусных инфекций является больной человек или бессимптомный носитель вируса. Инкубационный период составляет 12-48 ч, продолжительность заболевания - 2-5 дней. Выделение вируса достигает максимума на 1-2 день после инфицирования, но после исчезновения клинических симптомов может продолжаться еще в среднем 28 дней.

Основной механизм передачи возбудителя - фекально-оральный, который реализуется контактно-бытовым, пищевым и водным путем передачи. Следует отметить, что водный путь реализуется значительно реже, чем пищевой и контактно-бытовой. Факторами передачи вирусов контактно-бытовым путем обычно служат необеззараженные руки пациентов, медицинских работников и др., контаминированные поверхности. В учебных заведениях ими часто оказывались ручки дверей, клавиатура и "мышки" компьютеров и др.

Иммунитет после вирусных диарей нестойкий, одной и той же инфекцией можно заболеть несколько раз.

Вирусная инфекция начинается у подавляющего большинства больных в течение первых суток. Половина больных переносит заболевание в легкой форме. Главным проявлением вирусной инфекции является гастроэнтерит. Отмечаются частый жидкий стул и рвота (не у всех). Рвота не очень частая и продолжается не более 1 суток. Стул становится водянистым, пенистым, цвет имеет желтоватый или желтовато-зеленоватый. Частота стула не превышает 8-10 раз в сутки.

Повышение температуры тела имеет место не у всех и не постоянно. Если температура тела повышается, то не превышает 38 °С. Часто наблюдаются другие признаки интоксикации: слабость, нарушение аппетита.

Воспалительные изменения со стороны верхних дыхательных путей более характерны для реовирусной инфекции.

Меры профилактики

Вирусная кишечная инфекция опасна, но бороться с ней можно, и весьма успешно, если не пренебрегать тем, что некоторые привыкли считать мелочами:

- соблюдать правила личной гигиены, где бы вы не находились: на даче, в местах отдыха, дома или на работе;
- приобретая продукт, обратите внимание на его качество, условия реализации, не приобретайте продукты сомнительного качества;
- использовать для питья только кипяченую воду;
- обрабатывать принесенные с улицы детские игрушки, велосипеды и другие предметы;
- соблюдать чистоту во время приготовления пищи; тщательно мыть руки с мылом перед едой;
- тщательно мыть руки с мылом, и после посещения туалета; в случае заболевания необходимо немедленно обратиться к врачу.

Выполнение этих несложных советов поможет избежать заболевания и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!