**О мерах профилактики острых кишечных инфекций вирусной этиологии**

Отдел опеки и охраны здоровья со ссылкой на Роспотребнадзор напоминает, что традиционно в весенний период отмечается активизация кишечных инфекций вирусной этиологии (норо-, ротавирусов), главным источником которых является больной, выделяющий с фекалиями значительное количество вирусов. Вирусоносители без клинических проявлений также представляют опасность в эпидемиологическом отношении.

Основной механизм передачи - фекально-оральный, который реализуется преимущественно посредством контактно-бытового пути передачи. Нередко заражение может происходить при употреблении инфицированной воды и пищи. В редких случаях может реализовываться воздушно-капельный механизм передачи.

**Ротавирусная инфекция –**это также высоко заразная острая кишечная инфекция. Заболевание легко передаётся от одного человека к другому через предметы быта, пищу, воду (колодезную, водопроводную, речную). Из пищевых продуктов наиболее опасны загрязнённые овощи и фрукты, молоко и молочные продукты, обсеменённые вирусами при переработке, хранении, транспортировке или реализации. Источниками заражения для маленьких детей чаще всего являются родители и старшие дети, которые перенесли инфекцию в легкой форме или являются бессимптомными вирусоносителями.

Период от момента заражения до клинических проявлений (инкубационный период) составляет от 10 часов до 7 дней, чаще 1-3 дня. Начало заболевания острое и может напоминать ОРВИ, поэтому ротавирусную инфекцию часто называют «кишечным гриппом». Основные симптомы: повышение температуры тела (1-2 дня выше 39°С), рвота, обильный жидкий стул, вялость, сонливость, отказ от еды и питья, покашливание, незначительный насморк. Вирус выделяется с испражнениями около 3 недель от начала болезни.

**Норовирусная инфекция**это острая вирусная кишечная инфекция, которая вызывается одним из известных кишечных вирусов – норовирусом, который выделяется от больного человека или вирусоносителя во внешнюю среду с естественными отправлениями и другими выделениями, например, с рвотой. Больной выделяет вирус в течение 3 недель и более после заражения. Норовирусы обладают высокой устойчивостью к действию дезсредств.

От заражения до появления первых признаков заболевания проходит от 6 до 48 часов. Заболевание начинается остро и проявляется кратковременным (6-8 часов) повышением температуры тела до 38-39°С, ознобом, ломотой в теле, головной болью, слабостью, бледностью кожных покровов, присоединяется тошнота, многократная рвота и диарея. Такие симптомы заболевания могут продолжаться несколько дней, и если не бороться с обезвоживанием организма могут возникнуть осложнения, особенно у маленьких детей и лиц пожилого возраста.

**Чтобы предохранить себя и детей от заболевания этими инфекциями напоминаем о необходимости соблюдения следующих правил:**

- соблюдать правила личной гигиены (тщательно мыть руки с мылом после посещения туалета, перед и во время приготовления пищи, перед едой, а также после прихода домой с улицы);

- не употреблять для питья некипяченую воду, воду из открытых водоемов; отдавать предпочтение бутилированной воде;

- фрукты, ягоды, овощи тщательно мыть под проточной водой, затем обдавать их кипятком;

- иметь и пользоваться разделочным инвентарём (ножи, разделочные доски) отдельно для сырых и варёных продуктов;

- тщательно мыть столовую и кухонную посуды с использованием моющих средств;

- отказаться от покупок скоропортящихся пищевых продуктов в местах, где отсутствует холодильное оборудование;

- не употреблять продукты с истекшим сроком годности;

- не переносить и не хранить в одной упаковке сырые продукты и те, которые не будут подвергаться термической обработке (колбасы, масло, сыры, творог и др.);

- соблюдать температурный режим хранения скоропортящихся продуктов;

- защищать пищу от мух, насекомых, грызунов, домашних животных;

- использовать для кормления грудных детей только свежеприготовленные смеси детского питания;

- детскую посуду, предметы ухода и игрушки регулярно мыть с использованием разрешенных моющих средств, после чего тщательно прополаскивать, а перед применением обдавать кипятком;

- обязательно соблюдать чистоту в своём жилище, особенно кухню и санитарные узлы, территорию, чаще проветривать помещения, ежедневно проводить влажную уборку, своевременно выносить в установленные места бытовые отходы, вести борьбу с мухами и тараканами;

- при поездках за рубеж проживать только в гостиницах, обеспеченных централизованным водоснабжением и канализацией; принимать пищу только в определённых пунктах питания, где используются продукты гарантированного качества промышленного

производства; для питья использовать только бутилированную или кипячёную воду, напитки и соки промышленного производства; купаться только в бассейнах или специальных водоёмах.

**Уважаемые родители!**Не отправляйте больных детей в детские организованные коллективы, это может привести к распространению инфекции и возникновению групповой заболеваемости!

**При появлении симптомов острой кишечной инфекции (тошнота, рвота, боль в животе, жидкий стул, повышение температуры) ни в коем случае не занимайтесь самолечением, а обращайтесь за медицинской помощью!**