

## **Памятка по профилактике энтеровирусной инфекции**

Энтеровирусная инфекция - инфекционное заболевание, вызываемое определенным видом вируса.

Заражение происходит через воду, продукты питания, а также испражнения больного, через мельчайшие капельки слюны и мокроты при кашле и чихании. Очень часто заражение происходит при купании в открытых водоемах.

Вирус быстро погибает при прогревании, кипячении, при воздействии хлорсодержащих препаратов, ультрафиолетового облучения.

Вирус поражает все органы и ткани, но в основном поражается нервная ткань, сердце, печень, поджелудочная железа, мышечная ткань, глаза.

Что делать, если Вы заболели?

**Напоминаем о необходимости своевременного обращения за медицинской помощью в случае появления симптомов инфекционного заболевания и соблюдения простых профилактических мер для предупреждения заражения энтеровирусными инфекциями:**

- старайтесь, по возможности избегать контактов с лицами, имеющими признаки инфекционного заболевания; ограничьте контакты детей раннего возраста, сократите время пребывания в местах массового скопления людей и в общественном транспорте;
- соблюдайте правила личной гигиены; мойте руки перед едой, после возвращения с улицы и после каждого посещения туалета; обрабатывайте руки, разрешенными для этих целей дезинфектантами; соблюдайте «респираторный этикет»: при кашле и чихании рекомендуется прикрывать нос и рот одноразовыми платками и выбрасывать в урну после использования, затем вымыть руки или обработать влажной салфеткой;
- пользуйтесь индивидуальной посудой, следите за чистотой предметов ухода за детьми раннего возраста;
- тщательно промывайте горячей водой, приобретенные на рынках и в торговой сети, овощи и фрукты;
- проводите влажную уборку, чаще проветривайте помещения;
- не купайтесь в непроточных водоемах и фонтанах, в местах несанкционированных пляжей;
- не пейте воду из непроверенных источников, при употреблении напитков в общественных точках и из питьевых фонтанчиков предпочтительнее использовать индивидуальный одноразовый стакан.

Помните, что заболевание легче предупредить, соблюдая элементарные меры профилактики, чем лечить!

Будьте здоровы!

Энтеровирусные инфекции.  
Серозный менингит.

Энтеровирусы вызывают различные инфекционные заболевания человека, в том числе и серозный менингит.

Около 85% случаев энтеровирусных инфекций протекает бессимптомно, 12-14 % - как лёгкие лихорадочные состояния,

1-3% - имеют тяжёлое течение, особенно у детей раннего возраста и лиц с нарушениями иммунной системы.

Серозные менингиты - не самостоятельные заболевания, а проявления различных вирусных инфекционных болезней, среди которых известные: ОРВИ, грипп, корь, краснуха, эпид. паротит и другие. Но чаще всего серозный менингит – одно из проявлений энтеровирусной инфекции.

Энтеровирусная инфекция хорошо поддаётся лечению и протекает относительно легко.

При серозном менингите наблюдается повышение температуры тела, головная боль, светобоязнь, ригидность затылочных мышц, рвота, потеря аппетита, беспокойство, плохой сон, может быть сыпь, боль в горле, в мышцах, жидкий стул, слезотечение, жжение и боль в глазах, увеличение лимфоузлов.

*Источником инфекции* является больной человек и «здоровый» носитель вируса. Вирус обнаруживают в крови, моче, носоглотке и фекалиях.

*Пути передачи вируса* – водный, пищевой, контактно-бытовой, воздушно-капельный.

*Факторами передачи* служат вода, грязные овощи, грязные руки, игрушки и другие объекты внешней среды.

Заболееваемость энтеровирусными инфекциями имеет выраженную весенне – осеннюю сезонность.

Энтеровирусы быстро разрушаются под воздействием ультрафиолетового облучения, при высушивании, кипячении.

Чтобы уберечь себя и своего ребёнка от энтеровирусной инфекции необходимо : увеличить сопротивляемость организма любыми доступными средствами ( витамины с микроэлементами и другие средства, направленные на повышение иммунитета), но главное – это соблюдение правил гигиены. Нужно мыть руки и не пить сырой воды. Воду можно пить только бутилированную или кипячёную.

В детских садах и школах при появлении заболевших вводятся противоэпидемические мероприятия ( в т. ч. и дезинфекционные).