Автор: Врач эпидемиолог У «Речицкий ЗЦГЭ» Анна Целуйко

В текущем году с февраля месяца в Речицком районе отмечается подъем заболеваемости **ротавирусной инфекции**. Это связано с лучшей выживаемостью ротавирусов во внешней среде при низкой температуре и ослаблением иммунитета, особенно у детей, которые именно в этот период часто болеют острыми респираторными заболеваниями.

Заболевание начинается остро, после короткого инкубационного периода от 12 часов до 2 суток, чаще 2 – 5 дней с повышением температуры до 39 – 400С, с поражением желудочно-кишечного тракта. Возможно поражение дыхательных путей (насморк, заложенность носа, кашель, боли в горле, гиперемия зева), не исключены повторные волны подъема температуры, тошноты, рвоты.

В первые часы болезни наблюдается общая слабость, многократная рвота, затем появляется обильный жидкий водянистый стул без примесей слизи и крови, развивается сильное обезвоживание. Потеря большого количества жидкости приводит к сгущению крови, нарушению обменных процессов и способствует токсикозу. У ослабленных маленьких детей такие случаи могут закончиться летально. Но может заболевание протекать и в легкой форме с невысокой температурой, 1-2 кратной рвотой, поносом, выздоровление быстрое и полное.

Источником и резервуаром ротавирусной инфекции является только человек, больной или бессимптомный носитель, выделяющий вирус.

Распространение инфекции происходит посредством аэрозольного (через дыхательные пути) и фекально-орального (через желудочно-кишечный тракт) механизмов заражения. Вирус выделяется в окружающую среду из носоглотки человека в течение 1-2 недель после начала заболевания, а из испражнений – в течение нескольких недель и даже месяцев.

Вирусы могут содержаться в воде, в пищевых продуктах (в молоке, кефире, твороге, глазурованных сырках, на свежих овощах, фруктах), на предметах обихода. Кипячение убивает вирусы мгновенно.

Болезнь, как известно, легче предупредить, чем лечить.

Поскольку наиболее уязвимы для ротавирусной инфекции дети раннего возраста, их здоровья, в прямом смысле – в руках матерей.

Чтобы не заболеть ротавирусной и другими кишечными инфекциями – рекомендуем:

- Мойте руки с мылом после прихода домой с улицы, посещения туалета, перед едой;
- Особенно тщательно мойте руки, перед тем как брать продукты и приготовлять пищу.
- Молочные продукты используйте только после кипячения, особенно для детей;
- Используйте только кипяченую воду;
- Особое внимание уделяйте обработке детской посуды, сосок, игрушек (мойте кипяченой водой);
- Тщательно промывайте овощи и фрукты обдавая их кипятком;
- Не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре и не храните долго даже в холодильнике, доводите такие блюда как супы и жаркое до кипения.

При возникновении заболевания необходимо обратиться к врачу, максимально ограничить общение со здоровыми членами семьи или коллектива, желательно госпитализировать больного в инфекционное отделение, особенно если в семье есть маленькие дети. **Лечение больных ротавирусной инфекцией состоит в борьбе с интоксикацией, обезвоживанием и потерей солей.** В домашних условиях необходимо обильное питье различных жидкостей – компотов из сухофруктов, морсов, соков, рисового отвара. При рвоте поить жидкостью небольшими порциями подкисленной лимонным соком. Нельзя давать детям газированные напитки. Использованную больным столовую посуду тщательно вымыть и прокипятить. В помещениях чаще проводить только влажную уборку.

Соблюдая эти меры вы оградите себя и окружающих от кишечных заболеваний.