

Профилактика норовирусной инфекции.

Сегодня все чаще и чаще дети и взрослые заболевают кишечными инфекциями. Одной из частых причин этих инфекций являются вирусы.

Существует несколько разновидностей вирусов, которые способны вызывать у человека кишечную инфекцию. Одним из таких вирусов является норовирус. Норовирусы вместе с ротавирусами являются основной причиной развития кишечных инфекций у детей. Изначально норовирусы и ротавирусы вообще не различали и всем ставили диагноз - ротавирусная инфекция, тем более, что проявления обоих вирусных инфекций схожи.

Впервые норовирус был выделен в 1972 году в городе Норволк, штат Огайо, США, в связи с чем сначала назывался Норволк-вирусом.

Норовирусы очень заразны: всего 10-100 частиц вируса достаточно для заражения человека. Поэтому попадание этого вируса в детский коллектив очень часто ведет к быстрому распространению кишечной инфекции среди детей, особенно характерны вспышки в летний сезон.

В Челябинской области отмечается рост заболеваемости норовирусной инфекции - острой кишечной инфекции (ОКИ), вызываемой вирусом Норволк, причем дети болеют чаще взрослых почти в 20 раз. Наибольший уровень заболеваемости регистрируется среди детей в возрасте от 1 до 2 лет.

Основные пути передачи норовируса:

- пищевой, т.е. человек может заразиться, например, употребив в пищу немытые фрукты или овощи;
- водный, когда человек заражается, выпив некоторое количество жидкости, содержащей вирус;
- контактно-бытовой, когда вирус попадает в организм через немытые руки, игрушки, предметы обихода, посуду и т.д. Чаще всего передача вируса происходит от больного человека через предметы обихода здоровому человеку. Люди, инфицированные вирусом, способны заразить окружающих во время разгара заболевания и в течение следующих 48 часов. В некоторых случаях вирусы могут выводиться организма в течение 2х недель после начала заболевания. Вирус весьма жизнестоек: влажная уборка с обычными моющими и спиртосодержащими средствами не обеспечивает его уничтожение, **вирус**

устойчив к высушиванию, замораживанию, нагреванию до 60 градусов, погибает только от хлорсодержащих дезинфицирующих средств.

Симптомы норовирусной инфекции

Инкубационный (скрытый) период норовирусной инфекции составляет от нескольких часов до 2-х суток. Первые симптомы заболевания появляются через 24-48 ч. после заражения. Это может быть однократная, но чаще многократная рвота, понос, сильная тошнота, повышение температуры. Нарушения со стороны пищеварительной системы могут сопровождаться мышечными, головными болями и слабостью. Обычно симптомы норовирусной инфекции проходят сами через 12-72 часа. При этом переболевший человек может быть заразен до 1 месяца после выздоровления, что и обуславливает заражение окружающих и эпидемическую опасность. После болезни организм вырабатывает иммунитет к вирусу, но на очень короткий период, около 8 недель. После этого срока человек может снова заразиться норовирусом и заболеть. Известны случаи летального исхода от данной инфекции.

Диагностика норовирусной инфекции

Определение типа вируса, вызвавшего кишечную инфекцию, не имеет большого значения, т.к. лечение подобных заболеваний обычно проводят однотипно. Но, если возникла необходимость в этом, то можно сдать кровь для определения норовируса методом ПЦР или ИФА.

Лечение норовирусной инфекции должно проводиться только лечащим врачом. Организационные мероприятия включают в себя следующие этапы: Больной немедленно должен быть изолирован. Любое загрязнение (например, рвота) должно быть срочно вычищено и продезинфицировано с использованием защитной одежды, перчаток и респираторных масок. Все места общего пользования подвергают заключительной дезинфекции с использованием дезинфицирующих средств, эффективных при острых кишечных инфекциях вирусной этиологии. Если больной не госпитализирован, в течение 10 дней регулярно проводить обработку всех поверхностей, с которыми контактировал зараженный человек. К ванным и туалетным комнатам предъявляются особые требования в плане гигиены.

Терапевтическое лечение зависит от особенностей протекания заболевания, и, в основном, включает в себя восполнение в организме воды и электролитов. Для этого рекомендуется частое дробное питье растворов, восстанавливающих водно-минеральный

обмен. Наиболее эффективны глюкосалан и регидрон, а также хумана электролит, в которых соотношение глюкозы, солей натрия и калия обеспечивает оптимальное всасывание их из кишечника в кровь. Эти растворы следует чередовать с питьем зеленого чая, настоя ромашки, минеральной воды (уже без газа) и других жидкостей. Объем жидкости, который должен выпить больной в первые 6-8 ч болезни, составляет для взрослых людей ориентировочно 80-50 мл на 1 кг массы тела. Возможно одновременное применение таких препаратов как КИП (комплексный иммуноглобулиновый препарат).

Профилактика норовирусной инфекции

На данный момент вакцины от Норовирусов не существует. Несмотря на высокую контагиозность, устойчивость и длительное сохранение жизнеспособности вирусов на контаминированных предметах во внешней среде, меры профилактики элементарны. Как и при любой кишечной инфекции, чтобы не заболеть, следует выполнять следующие правила:

- соблюдение личной гигиены (тщательное мытье рук с мылом перед едой и приготовлением пищи, после посещения туалета, после возвращения с улицы, смывание фекалий при закрытой крышке унитаза);
- тщательная обработка овощей и фруктов, употребление в пищу термически обработанных продуктов;
- употребление гарантированно безопасной воды и напитков (кипяченая вода, напитки в заводской упаковке);
- при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот.

Если в доме уже есть заболевший, то необходимо очень внимательно следить за гигиеной – защите рук перчатками при уходе за больными, контактах с предметами в окружении больного, тщательному мытью рук мылом и водой, обработке их спиртосодержащими кожными антисептиками. По меньшей мере, один раз в день необходимо проводить обработку всех поверхностей, с которыми контактировал заражённый человек: корпус кровати, прикроватные столики, санузлы, ручки и т.д. Учитывая высокую жизнестойкость вируса, уборку лучше проводить с хлорсодержащими дезинфицирующими средствами.

Посуду, моющиеся предметы, которыми пользовался инфицированный больной, а также игрушки (если заболел ребёнок) необходимо кипятить. Все вещи, которые были запачканы рвотными массами, необходимо сразу стирать при температуре не менее 60°. Подобное соблюдение правил гигиены позволит избежать дальнейшего распространения инфекции и повторного заражения людей.

Норовирус и дети

Как известно, маленькие дети то и дело тянут в рот разные предметы. Хорошо, если это происходит дома, и это чистые игрушки. Но бывает, что такое происходит на улице, на детской площадке и в других местах, где никто не поручится Вам за чистоту предмета, взятого в рот. Именно поэтому у детей часто возникают кишечные инфекции. В организованных детских коллективах (детский сад, школа, кружок, детский лагерь и т.д.) распространение любой инфекции происходит гораздо быстрее.

Так что же делать родителям?

Здесь можно посоветовать только одно - приучать ребенка соблюдать гигиену - мыть руки, не брать с пола еду, не брать в рот что-то, что валялось на улице и т.д.

Если же ребенок уже заразился норовирусной инфекцией, то Вам необходимо очень внимательно следить за его состоянием, особенно, если это совсем маленький ребенок. Норовирусная инфекция может вызывать у детей многократную рвоту. Но, в отличие от взрослых, у детей обезвоживание организма происходит намного быстрее. В такой ситуации сильное обезвоживание может привести к гибели ребенка. Поэтому в такой ситуации необходимо как можно скорее начать квалифицированное лечение у врача.

ПОМНИТЕ!

Что главная защита от норовирусной инфекции и других кишечных инфекций, вызванные вирусами - это не только меры личной гигиенической профилактики, но и своевременное обращение за медицинской помощью в лечебно-профилактические учреждения!