Энтеровирусная инфекция, как защититься?

Энтеровирусная инфекция (далее ЭВИ) – это острое инфекционное заболевание, которое вызывают вирусы рода Enterovirus. Данные вирусы очень устойчивы во внешней среде: хорошо переносят низкие температуры, что позволяет им сохранятся в условиях холодильника; в водопроводной воде выживают до 18 дней, в речной воде - около месяца, в очищенных сточных водах - до двух месяцев.

Кто источник инфекции? Источником инфекции является только человек — больной или здоровый носитель. Вирус наиболее чаще поражает маленьких детей при попадании небольшой дозы с водой или пищей.

Как можно заразиться? Употребив воду и продукты, которые контаминированы (загрязнены) вирусом, например – немытые фрукты и овощи. Так же можно заразиться через грязные руки, игрушки, объекты внешней среды.

Каково проявление ЭВИ? Энтеровирусы способны поражать многие органы и ткани – в связи с чем выделяют несколько форм заболеваний от поражения слизистых оболочек до тяжелых форм:

1. Герпетическая ангина;
2. Эпидермическая миалгия;
3. Менингеальный синдром;
4. Паралитические формы энтеровирусной инфекции;
5. Энтеровирусная лихорадка;
6. Энтеровирусная экзантема;
7. Кишечная (гастроэнтеритическая) форма.;
8. Респираторная (катаральная) форма;
9. Миокардит, энцефаломиокардит новорожденных, гепатит, поражение почек, глаз (увеит).

Как правило у лиц с крепким иммунитетом ЭВИ чаще всего протекает бессимптомно, в отличии от тех, у кого иммунная система еще не совершенна (маленькие дети, особенно новорожденные) и тех, у кого она ослаблена в связи с хроническими, в том числе и инфекционными, заболеваниями (ВИЧ инфекция, онкологические заболевания, туберкулез и др.).

Как обезопасить себя от ЭВИ? Соблюдать правила личной гигиены и следовать следующим несложным правилам:

- мыть руки с мылом после посещения туалета, перед едой, после возвращения с улицы;

- тщательно мыть фрукты и овощи, лучше кипяченой водой;

- использовать для питья только бутилированную или кипяченую воду;

- избегать контактов с людьми с признаками инфекционных заболеваний, с сыпью, температурой, кашлем и другими симптомами;

- купаться только в тех бассейнах, в которых проводится обеззараживание и контроль качества воды;

- купаться только на специально оборудованных пляжах;

- родителям необходимо следить за детьми во время купания во избежание заглатывания воды;

- защищать пищу от мух и других насекомых;

- соблюдать температурные условия хранения пищи, употреблять в пищу продукты с известными сроками хранения;

**Материал подготовлен филиалом ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в ЯНАО в городах Ноябрьск , Муравленко» контактное лицо: врач–эпидемиолог Родионова Алсу Ирековна, тел.приемная 320001, эпид.отдел 42-45-17**