

## Памятка для родителей

### Профилактика энтеровирусной инфекции

#### Что такое энтеровирусная инфекция?

Энтеровирусная инфекция – инфекционное заболевание, вызываемое определенным видом вируса. Энтеровирус входит в группу кишечных вирусов, носящими название Коксаки и Экхо. Известно более 70 типов этих вирусов. Они способны поражать многие ткани и органы человека (центральная нервная система, сердце, легкие, печень, почки и др.) и это определяет значительное клиническое многообразие вызываемых ими заболеваний.



Заболевание носит сезонный характер, вспышки возникают в весенне-летний и летне-осенний периоды. Заражение происходит через воду, продукты питания, а также через контактно-бытовой и воздушно-капельный пути. Очень часто заражение происходит при купании в открытых водоемах.

Энтеровирусы устойчивы во внешней среде: хорошо переносят низкие температуры (в условиях холодильника они сохраняются в течение нескольких недель), в водопроводной воде выживают до 18 дней, в речной воде – около месяца, в очищенных сточных водах – до двух месяцев, а также на предметах обихода, продуктах питания (молоко, фрукты, овощи). Вирус быстро погибает при прогревании, кипячении, при воздействии хлорсодержащих препаратов, ультрафиолетового облучения.

#### Как проявляется инфекция?

Энтеровирусы в большинстве случаев вызывают скрытую инфекцию или слабовыраженные симптомы различных заболеваний. Однако они могут проявляться в виде серозных менингитов, эпидемических миалгий (болей в мышцах), миокардитов, герпетических ангин, эпидемических геморрагических конъюнктивитов, респираторных и желудочно-кишечных расстройств, а также лихорадочных заболеваний. Заболевание протекает, как правило, без осложнений, заканчивается выздоровлением. Заразиться может каждый, но чаще болеют дети.

От начала заражения до первых клинических проявлений проходит от 2 до 10 суток, чаще 2-5 дней. Несмотря на разнообразие клинических вариантов инфекции, имеются общие для всех проявления болезни. Заболевание начинается остро, с внезапного подъема температуры тела до 38-40°C, головной боли, общей слабости, недомогания, головокружения, нарушения режима сна. В некоторых случаях наблюдаются катаральные явления со стороны верхних дыхательных путей, насморк, кашель. Иногда могут развиваться острые вялые параличи конечностей, судороги, дрожание конечностей, косоглазие, нарушение глотания, речи и др.

Температура тела держится 3-5 дней, через 2-4 дня не исключены повторные волны подъема температуры, тошнота, рвота, светобоязнь. На 1-2 день болезни появляется

сыпь, преимущественно на руках, ногах, вокруг и в полости рта, которые держатся в течение 24-48 часов (иногда до 8 дней) и затем бесследно исчезают.

Наиболее частая форма энтеровирусной инфекции - серозный менингит. Особенности его проявления являются: распирающая головная боль с локализацией в лобно-височной, реже затылочной области и рвота без предварительной тошноты, не связанная с приемом пищи и не приносящая больному облегчения. Необходимость обращения к врачу - очевидна. Чаще болеют дети, среди них распространено и здоровое вирусоносительство, когда вирус выделяется из носоглотки или кишечника, а ребенок чувствует себя здоровым

### **Что делать, если заболел?**

В случае появления этих жалоб необходимо немедленно обратиться к врачу, не ждать, надеясь, что все пройдет, не пытаться самостоятельно лечиться. Необходимо срочно поместить больного в стационар, т.к. он может быть источником заражения людей, проживающих рядом.

### **Как себя защитить?**

Меры неспецифической профилактики энтеровирусной инфекции такие же, как при любой острой кишечной инфекции — необходимо соблюдать следующие правила:

- Для питья использовать только кипяченую или бутилированную воду.
- Мыть руки с мылом перед каждым приемом пищи и после каждого посещения туалета, строго соблюдать правила личной и общественной гигиены.
- Перед употреблением фруктов и овощей их необходимо тщательно мыть с применением щетки и последующим ополаскиванием кипятком.
- Купаться только в официально разрешенных местах, при купании стараться не заглатывать воду.
- Не приобретать продукты у частных лиц и в неустановленных для торговли местах.
- Соблюдать правила личной гигиены.

При контакте с больным энтеровирусной инфекцией необходимо наблюдать за состоянием своего здоровья и проявлении каких-либо жалоб немедленно обратиться к врачу!

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