

### **О профилактике энтеровирусной инфекции**

Энтеровирусная инфекция многолика: часто протекает бессимптомно, иногда похожа на ОРВИ, но может быть и смертельно опасной.

Столкнуться с энтеровирусом - возбудителем этой инфекции - очень легко, так как он распространен повсеместно, а кроме того он очень устойчив во внешней среде. От энтеровирусных инфекций нет вакцин, а значит нельзя заранее подготовиться к встрече с ними, как например, в случае с ветрянкой, гриппом или гепатитом В.

Энтеровирусы длительное время могут сохраняться в сточных водах, плавательных бассейнах, открытых водоемах, предметах обихода, продуктах питания (молоко, фрукты, овощи).

Источник энтеровирусной инфекции - всегда только человек: больной или носитель возбудителя.

Основные пути передачи – водный и контактно-бытовой, дополнительный путь – воздушно-капельный при развитии у больных симптомов поражения верхних дыхательных путей.

Факторами передачи инфекции могут быть вода, плохо вымытые овощи, фрукты, зелень, грязные руки, игрушки, приготовленный из некачественной воды лед.

Дети болеют энтеровирусной инфекцией чаще и тяжелее, чем взрослые.

Взрослые тоже могут заразиться, но болеют они чаще бессимптомно или легкой форме.

Симптомы энтеровирусной инфекции разнообразны. Это заболевание может протекать в виде герпетической ангины, высыпаний на коже туловища, конечностей, на лице в области ротовой полости, расстройств пищеварения. Перечисленные симптомы могут сопровождаться подъемом температуры, слабостью, насморком и другими симптомами респираторных заболеваний, головными и мышечными болями. Самая опасная форма энтеровирусной инфекции – серозный вирусный менингит.

#### **Основными симптомами менингита являются:**

- сильная, нарастающая с каждым часом головная боль без определенной локализации, не проходящая после приема лекарств;
- внезапные приступы рвоты, не приносящие облегчения;
- усиление боли и рвоты от яркого света или звука;
- необычная заторможенность или возбуждение;
- судороги.

При появлении перечисленных жалоб необходимо срочно изолировать больного, так как он является источником заражения для окружающих, и обратиться к врачу.

Несмотря на яркую клинику и выраженность проявлений течение энтеровирусной инфекции чаще благоприятное, осложнения встречаются редко.

**Как же защитить себя от энтеровируса? Необходимо соблюдать простые правила:**

- мыть руки с мылом после посещения туалета, перед едой;
- тщательно мыть фрукты и овощи;
- пить только бутилированную воду промышленного производства или кипяченую;
- избегать контактов с людьми с признаками инфекционных заболеваний, с сыпью, температурой, кашлем и другими симптомами;
- купаться только на специально оборудованных пляжах или в бассейнах, в которых проводится обеззараживание и контроль качества воды;
- защищать пищу от мух и других насекомых;
- не использовать для охлаждения напитков лед, приготовленный из воды неизвестного качества;
- не трогать грязными руками лицо, нос, глаза.