

# Энтеровирусные инфекции

*Энтеровирусные инфекции человека* – болезни, вызываемые кишечными вирусами (энтеровирусами), носящими название Коксаки и Эххо. Инфекции, вызываемые ими, распространены повсеместно и случаются в течение всего года. Наибольшее число случаев заболеваний регистрируется с июня по октябрь. Известно более 70 типов этих вирусов. Часть из них не вызывает заболеваний у человека. Периодически во всем мире регистрируются эпидемические подъемы уровня заболеваемости.

## Что представляют собой энтеровирусные инфекции?

Энтеровирусы в большинстве случаев вызывают скрытую инфекцию или слабовыраженные симптомы различных заболеваний. Однако они могут проявляться в виде серьезных 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.

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.

Температура тела держится 3-5 дней, через 2-4 дня не исключены повторные волны подъема температуры, тошнота и рвота.

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 человек чувствует себя здоровым.

## Пути распространения вируса

Вирус выделяется в окружающую среду из носоглотки человека в течение 1-2 недель после начала заболевания, из фекалий – в течение нескольких недель и даже месяцев. В 1 грамме испражнений содержится до 1 миллиона вирусов.

А для серозного менингита наиболее вероятным является капельный механизм передачи от человека к человеку, но чаще заражение людей происходит путем передачи возбудителей через пищу, воду, предметы, которые окружают человека.

В летний период года – купание в загрязненных вирусами водоемах, употребление немытых овощей и фруктов, питьевой воды не гарантированного качества — являются главными факторами риска. А переносчиками энтеровирусов

могут быть собаки, мухи и тараканы.

В отличие от бактерий кишечные вирусы в пище, воде, на поверхностях предметов не размножаются, но долго выживают. Например, в воде разных водоисточников они сохраняются до 110 дней, в мясе и твороге до 6 месяцев, на поверхностях до 70 дней.

Энтеровирусы могут быть обнаружены в молоке, кефире, твороге, в глазурованных сырах в 12-13% случаев, а на свежих овощах и фруктах до 80% случаев. Кипячение их убивает мгновенно, при 56°C они гибнут в течение 30 минут.

Энтеровирусы теряют активность при воздействии ультрафиолетовых лучей; свободный хлор и озон быстро убивают энтеровирусы.

### **Чтобы уберечь себя от заражения, необходимо:**

-  Соблюдать правила личной гигиены: тщательно мыть руки с мылом, особенно после посещения туалета, перед и во время приготовления пищи, перед едой, после прихода домой с улицы. Следить за чистотой рук детей, учить их правилам мытья рук.
-  Мыть дверные ручки, краны, ручки для спуска воды в туалете.
-  Воду из открытого водоема, колодца пить только после предварительного кипячения. Отдавать предпочтение артезианской питьевой воде, расфасованной в бутылки.
-  Не купаться в водоемах, где купание не рекомендуется или вообще запрещено.
-  Фрукты, овощи, ягоды тщательно мыть под проточной водой, затем обдавать кипятком.
-  Иметь разделочный инвентарь (ножи, разделочные доски) отдельно для сырых и вареных продуктов, для салата, хлеба.
-  Ошпаривать чайную и столовую посуду, на которой могут сохраняться капельки слюны больного или вирусоносителя.
-  Посуду, где хранились сырые продукты, тщательно мыть с моющими средствами и ошпаривать.
-  Не допускать соприкосновения между продуктами, не прошедшими и прошедшими кулинарную обработку.
-  Упаковывать каждый продукт в отдельную чистую упаковку, беречь продукты от загрязнения.
-  Содержать в чистоте помещение кухни.
-  Защищать пищу от насекомых, грызунов и домашних животных, возможных переносчиков инфекции и вести борьбу с мухами и тараканами.

**Соблюдение всех этих правил предохранит Вас  
от заболеваний энтеровирусными  
инфекциями!**