

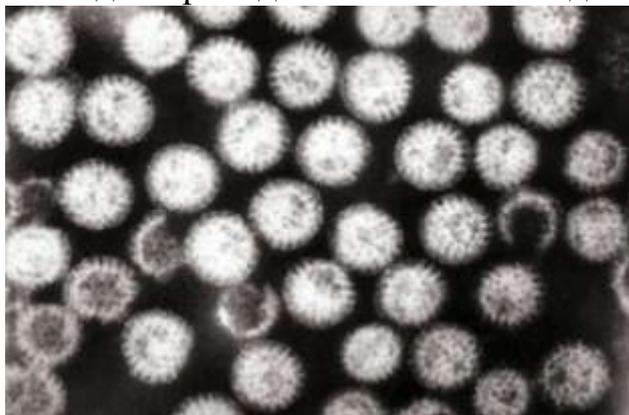
## **Что нельзя делать при ротавирусной инфекции?**

Многие знакомы с ротавирусом не понаслышке. В народе его еще принято называть «кишечным гриппом», поскольку, помимо диареи и рвоты, для болезни также характерны насморк, боль в горле и повышение температуры.

## **Что такое ротавирус?**

**Ротавирус** — это инфекционное заболевание. В основном ротавирус передается фекально-оральным способом: через загрязненные руки, вещи и поверхности. Также он может передаваться воздушно-капельным путем. Вирус устойчив к низким и высоким температурам, легко переживает замораживание и хлорирование. Для взрослых эта болезнь неприятна, но не особо опасна: она, как правило, проявляется небольшим кишечным расстройством. А вот у детей заболевание протекает достаточно тяжело.

По данным ВОЗ, ротавирусная инфекция — это причина четверти всех заболеваний, связанных с острой диареей, у детей до пяти лет. По оценкам Всемирной организации здравоохранения, в европейском регионе она ежегодно приводит к гибели более десяти тысяч детей.



## **Какие основные симптомы у ротавируса?**

Для ротавирусной инфекции характерно острое начало: это рвота, резкое повышение температуры, диарея. У большинства заболевших также появляется насморк, покраснения в горле, они испытывают боль при глотании. Болезнь очень быстро распространяется, если в семье или коллективе есть заболевшие, то в течение 3-5 суток начинают заболевать и остальные.

## **Что нужно делать, если вы заболели?**

По словам гастроэнтеролога Виталия Румянцева, как правило, взрослые люди переносят это заболевание очень легко. Серьезную опасность ротавирусная инфекция представляет только для детей раннего возраста. В случае поноса у маленьких детей обычно проводится капельное введение жидкости, чтобы возместить потерю воды и электролитов. «Что касается взрослых людей, то они, как правило, в этом не нуждаются. Лечение вируса как такового не проводят. Проводится симптоматическая терапия. Иногда назначают кишечные антисептики, чтобы укоротить период диареи. Но обычно это продолжается 3-5 дней». Во время болезни можно пить

специальные солевые растворы, например, регидрон, разведенный в рисовом отваре. Для облегчения симптомов можно принять сорбенты.



### **Что нельзя делать при лечении ротавируса?**

Не стоит пить антибиотики, поскольку в данном случае они неэффективны. Очень часто люди путают ротавирус с обычным отравлением и начинают промывать желудок марганцовкой: этого делать при кишечной инфекции нельзя, поскольку больному только станет хуже. Не советует врач также пить средства против поноса.

Не нужно пить средства против поноса, не употреблять алкоголь, жирную пищу: они раздражают кишечник и могут ухудшить состояние. Взрослым и детям рекомендуется пить много жидкости и употреблять мягкую пищу, не раздражающую и не травмирующую пищеварительный тракт. Не нужно делать солевой раствор самостоятельно, из подручных средств вроде соли и соды, или пить в больших количествах очень соленый бульон, надеясь, что так удастся восстановить электролитный баланс в организме. И, конечно, важно сразу обратиться к врачу, особенно если диарея достаточно сильная.