

# ЭНТЕРОВИРУСНЫЕ ИНФЕКЦИИ

Энтеровирусные инфекции относятся к неуправляемым вирусным заболеваниям, вызываемым группой кишечных вирусов.

Заболевания энтеровирусными инфекциями регистрируются в течение всего года, сезонный подъем заболеваемости приходится обычно на летне-осенний период (июнь-октябрь).

Энтеровирусы широко распространены, они могут обнаруживаться в воде, почве, молочных продуктах, на свежих фруктах и овощах. Кипячение и воздействие дезинфектантов быстро убивает энтеровирусы.

Заболевания энтеровирусными инфекциями могут проявляться в виде серьезных менингитов, герпетических ангин, 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. Заболевание начинается остро, с внезапного подъема температуры до 38-40°C, головной боли, общей слабости, недомогания. Также, могут отмечаться боль в горле при глотании, диарея, мышечные боли, сыпь на коже.

Наиболее частая форма энтеровирусной инфекции – серозный менингит, для которого характерны: 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. Чаще болеют дети дошкольного и младшего школьного возраста.

Заражение людей чаще происходит путем передачи возбудителей через пищу, воду, грязные руки, предметы обихода. Возможен капельный путь передачи от человека к человеку.

В связи с сезонным подъемом заболеваемости энтеровирусной инфекцией напоминаем Вам **меры профилактики**, которые позволят избежать заболевания:

- **употреблять для питья только кипяченую или бутилированную воду в заводской упаковке**
- **использовать кипяченую воду при чистке зубов и полоскании рта**
- **тщательно мыть фрукты, овощи, ягоды, затем обдавать их кипятком**
- **соблюдать элементарные правила личной гигиены - мытье рук с мылом перед едой, использование индивидуальной посуды. Следите за чистотой рук детей!**
- **не купаться в водоемах, где купание не рекомендуется или вообще запрещено**
- **не покупать продукты питания в неустановленных местах**

**Рогачевский зональный центр гигиены и эпидемиологии**

# ЭНТЕРОВИРУСНЫЕ ИНФЕКЦИИ

Энтеровирусная инфекция может проявляться в виде серозного менингита, энцефалита, миалгии (боль в мышцах), миокардита, везикулярного фарингита (или герпетическая ангина), эпидемических геморрагических конъюнктивитов, желудочно-кишечных расстройств, а также в виде непродолжительного подъема температуры (так называемые малые формы ЭВИ). Энтеровирусы могут вызывать скрытую инфекцию или слабовыраженные симптомы.

От начала заражения до первых клинических проявлений проходит от 2 до 10 суток, чаще 2-5 дней. Факторами передачи кишечных вирусов являются вода, пищевые продукты, предметы обихода. Распространение инфекции происходит посредством аэрозольного и фекально-орального механизма заражения.

## ПРОФИЛАКТИКА ЭНТЕРОВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЙ

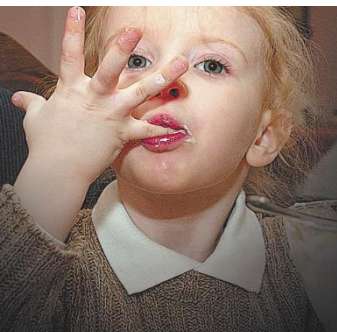


Не купайтесь сами и не разрешайте купаться детям в водоемах, где это не рекомендуется или запрещено.

Тщательно мойте руки с мылом перед приготовлением пищи, перед едой, после прихода домой с улицы и посещения туалета.



Следите за чистотой рук детей, приучайте их к соблюдению мер личной гигиены с детства.



Воду из колодца пейте **только после кипячения**, недопустимо использовать питья и хозяйственно-бытовых нужд из открытых водоемов. Отдавайте предпочтение расфасованной в бутылки питьевой воде гарантированного качества.



для  
воду

Фрукты, ягоды, овощи тщательно под водопроводной проточной водой, мыть кипяченой водой.

мойте  
желательно

**Обязательно** читайте обозначенные на упаковке сроки годности и условия хранения продуктов питания и строго следуйте им.

**Не допускайте** соприкосновение между продуктами, не прошедшими и прошедшими кулинарную (термическую) обработку.



При приготовлении блюд с использованием вареных и сырых продуктов **хранить** их желательно непродолжительное время 1-2 часа и только в условиях

холодильника. Выделите кухонный инвентарь (ножи, разделочные доски) отдельно для сырых и вареных продуктов.



Соблюдайте чистоту дома, не реже одного раза в неделю мойте дверные ручки, краны, ручки для спуска воды в туалете моющим средством.

**Эти и другие меры помогут Вам сохранить здоровье.**

ГУ «Рогачевский зональный ЦГЭ»

## **Профилактика энтеровирусных инфекций**

Энтеровирусные инфекции (ЭВИ) относятся к неуправляемым вирусным заболеваниям, которые имеют широкое повсеместное распространение. Заболевания регистрируются в течение всего года, наибольшее число случаев (сезонный подъем) – с июня по октябрь.

Возбудители – энтеровирусы, что означает кишечные вирусы, это многочисленная группа вирусов, состав которой постоянно уточняется. Известно не менее 70 серологических типов, вызывающих заболевания у человека.

Энтеровирусные инфекции характеризуются многообразием клинических проявлений, связанных с поражением желудочно-кишечного тракта, центральной нервной системы, мышц, миокарда, слизистых. Заболевание протекает, как правило, без осложнений и заканчивается выздоровлением или формированием «здорового носительства», когда вирус выделяется из носоглотки или кишечника, а человек чувствует себя здоровым. Чаще болеют дети дошкольного и младшего школьного возраста.

От начала заражения до первых клинических проявлений проходит от 2 до 10 суток, чаще 2-5 дней. Энтеровирусная инфекция может проявляться в виде серозного менингита, энцефалита, миалгии (боль в мышцах), миокардита, везикулярного фарингита (или герпетическая ангина), эпидемических геморрагических конъюнктивитов, желудочно-кишечных расстройств, а также в виде непродолжительного подъема температуры (так называемые малые формы ЭВИ). Энтеровирусы могут вызывать скрытую инфекцию или слабовыраженные симптомы.

Факторами передачи кишечных вирусов являются вода, пищевые продукты, предметы обихода. В воде кишечные вирусы сохраняют свою жизнеспособность до 3-х месяцев, в мясе и твороге - до 6 месяцев, на поверхностях предметов - до 70 дней. Энтеровирусы могут обнаруживаться в молоке, кефире, твороге, на свежих овощах, фруктах. Кипячение и воздействие дезинфектантов быстро убивает энтеровирусы.

Распространение инфекции происходит посредством аэрозольного и фекально-орального механизма заражения. Вирус выделяется в окружающую среду из носоглотки человека в течение 1-2 недель после начала заболевания, из испражнений – в течение нескольких недель и даже месяцев (в 1 грамме может содержаться до 1 миллиона вирусов). В летний период года купание в загрязненных водоемах, употребление немытых фруктов и овощей, питьевой воды негарантированного качества – являются основными факторами риска возникновения острых кишечных инфекций, в том числе энтеровирусной этиологии.

Особенностями проявления серозного энтеровирусного менингита являются распирающая головная боль с локализацией в лобно-височной, реже затылочной области и рвота, не связанная с приемом пищи и не приносящая больному облегчения, а также другие симптомы раздражения оболочек центральной нервной системы.

При заболевании герпетической ангиной наблюдается подъем температуры тела до 39-40°. Все больные жалуются на боли в горле, головную боль, иногда тошноту, рвоту и боли в животе, которые сочетаются с типичными изменениями в ротоглотке.

Кишечная форма заболевания начинается остро, с повышения температуры до высоких цифр, но может начаться и при нормальной температуре. Больные жалуются на недомогание, головную боль, тошноту, иногда рвоту, одновременно с температурой появляются боли в животе, жидкий водянистый стул до 3-8 раз в сутки, который может сохраняться до 10-12 дней.

Специфической профилактики ЭВИ не существует, поэтому при возникновении заболевания необходимо обратиться к врачу, максимально ограничить общение со здоровыми членами семьи или коллектива. Исползованную больным столовую посуду тщательно моют с моющим средством, споласкивают под проточной водой, потом желательна обдать её кипятком.

Не купайтесь сами и не разрешайте купаться детям в водоемах, где это не рекомендуется или запрещено.

Для профилактики заражения ЭВИ также важно выполнение общих санитарно-гигиенических норм и правил. Тщательно мойте руки с мылом перед приготовлением пищи, перед едой, после прихода домой с улицы и посещения туалета. Следите за чистотой рук детей, приучайте их к соблюдению мер личной гигиены с детства. Воду из колодца пейте только после кипячения, недопустимо использовать для питья и хозяйственно-бытовых нужд воду из открытых водоемов. Отдавайте предпочтение расфасованной в бутылки питьевой воде гарантированного качества. Фрукты, ягоды, овощи тщательно мойте под водопроводной проточной водой, желательна мыть кипяченой водой.

Обязательно читайте обозначенные на упаковке сроки годности и условия хранения продуктов питания и строго следуйте им. Не допускайте соприкосновение между продуктами, не прошедшими и прошедшими кулинарную (термическую) обработку. При приготовлении блюд с использованием вареных и сырых продуктов хранить их желательна непродолжительное время 1-2 часа и только в условиях холодильника. Выделите кухонный инвентарь (ножи, разделочные доски) отдельно для сырых и вареных продуктов.

Соблюдайте чистоту дома, не реже одного раза в неделю мойте дверные ручки, краны, ручки для спуска воды в туалете моющим средством.

Эти и другие меры помогут Вам сохранить здоровье.

## ЭТОТ КОВАРНЫЙ ЭНТЕРОВИРУС!

Многие из нас слышали о таком заболевании как энтеровирусная инфекция. Заболевания регистрируются в течение всего года, наибольшее число случаев (сезонный подъем) - с июня по октябрь.

**Энтеровирусные инфекции** – это группа вирусных инфекционных болезней человека, вызываемых кишечными вирусами, широко распространенными в окружающей среде: воде открытых водоемов, почве, растительности и т.д. Энтеровирусы отличаются высокой устойчивостью, на объектах внешней среды переживают в течение нескольких недель, хорошо переносят замораживание, но чувствительны к высокой температуре и быстро погибают при температуре свыше 50<sup>0</sup> С (при 100<sup>0</sup> – мгновенно).

Источником инфекции является больной человек или вирусоноситель. Вирус попадает в организм человека чаще всего с водой, продуктами питания, заносится грязными руками. Возможна передача воздушно-капельным путем.

Инкубационный период составляет от 2 дней до 3 недель. Наиболее восприимчивы дети в возрасте до одного года, особенно находящиеся на искусственном вскармливании. Велика вероятность заболевания у детей до 10 лет.

Клиническая картина заболевания многообразна, но при всех формах отмечается резкое повышение температуры до 39-40<sup>0</sup>С. Могут быть герпетические высыпания в зеве, на руках, ногах, приступообразные боли в мышцах, иногда развивается картина серозного менингита (головная боль, рвота). Заболевание может протекать в виде стоматита, ларингита, энтероколита (жидкий частый стул, боли в животе) или полиомиелита с параличами конечностей.

### Что же делать, чтобы не заболеть?:



- Соблюдайте правила личной гигиены: тщательно мойте руки с мылом после посещения туалета, перед и во время приготовления пищи, перед едой, после прихода домой с улицы. Не забывайте помыть руки детям, учите их правилам личной гигиены.
- Мойте дверные ручки, краны, ручки для спуска воды в туалете.
- Употребляйте питьевую воду кипяченую или бутилированную.
- Не купайтесь в водоемах, где купание запрещено.

- Фрукты, овощи, ягоды мойте под проточной водой, затем обдавайте кипятком.
- Имейте ножи, разделочные доски отдельно для сырых и вареных продуктов, для салата, хлеба. Посуду, где хранились сырые продукты, тщательно мойте с моющими средствами и ошпаривайте.
- Не допускайте соприкосновения между продуктами прошедшими и не прошедшими кулинарную обработку.
- Упаковывайте каждый продукт в отдельную чистую упаковку, берегите продукты от загрязнения.
- Содержите в чистоте свой дом, особенно кухню и туалет.
- Защищайте пищу от насекомых, грызунов и домашних животных, возможных переносчиков инфекции и ведите борьбу с мухами и тараканами.
- Регулярно мойте и содержите в чистоте детские игрушки.
- В течение первого года жизни ребенок должен получать грудное молоко – это резко снижает попадание энтеровирусов в кишечник.
- Особое внимание обращайте на питание детей до года: давайте ребенку только свежие продукты, в качестве которых вы не сомневаетесь, тщательно следите за гигиеной.
- Детское питание детям грудного возраста готовьте перед кормлением ребенка на один прием пищи. Если ребенок не доел баночку с соком или пюре, то не храните ее, а лучше съешьте сами.

***ПОМНИТЕ! В летний период года купание в загрязненных водоемах, употребление невымытых фруктов и овощей, питьевой воды негарантированного качества - являются основными факторами риска возникновения острых кишечных инфекций, в том числе энтеровирусной этиологии.***

**Рогачевский зональный центр гигиены и  
эпидемиологии**

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЭНТЕРОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ**

Энтеровирусная инфекция - это инфекционное заболевание, вызываемое вирусами, относящимися к роду энтеровирусов или кишечных вирусов. Эти вирусы вызывают заболевания с различной клинической картиной, проявляющейся лихорадкой, сыпью, болью в горле (так называемая герпетическая ангина), расстройством желудочно-кишечного тракта, поражением центральной нервной системы.

**Источник инфекции.** Источником инфекции является больной человек или бессимптомный носитель вируса. Вирус выделяется из носоглотки и кишечного тракта (с фекалиями) и может передаваться как фекально-оральным, так и воздушно-капельным путями. Контактнo-бытовой путь реализуется с загрязненными предметами и руками другого.

**Инкубационный период.** Инкубационный период составляет от 1 до 14 дней, в среднем – 5-7 дней. Вирус обнаруживают в крови, моче, носоглотке и фекалиях за несколько дней до появления клинических симптомов.

**Клиника.** Наиболее характерные симптомы заболевания – повышение температуры тела, недомогание, сильная головная боль, сыпь на руках, ногах, лице, боль в мышцах.

**Чтобы уберечь себя от заражения каждый должен:**

-соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки с мылом перед едой, после посещения туалета, после возвращения с улицы;



-не употреблять для питья водопроводную воду, воду из открытых водоемов, колодцев, других источников водоснабжения;

-не купаться в открытых водоемах, где купание не рекомендуется;

-соблюдать правила гигиены при приготовлении пищи – отдельно использовать разделочный кухонный инвентарь (ножи, доски) для сырых и готовых к употреблению (хлеб, овощи, и т.п.) продуктов;

-фрукты, ягоды, овощи тщательно мыть сначала под проточной водой, затем промыть бутилированной или кипяченой водой;

-мыть столовую и кухонную посуду с использованием моющих средств, после мытья посуду ошпаривать;

-не допускать соприкосновения (совместного хранения) сырых продуктов и продуктов, готовых к употреблению;

-хранить различные продукты в индивидуальной упаковке, не допускать загрязнения, порчи продуктов;

-соблюдать температурный режим хранения скоропортящихся продуктов, не употреблять продукты с истекшим сроком годности;

-защищать пищу от мух, насекомых, грызунов, домашних животных.

Соблюдение простых мер профилактики в большинстве случаев позволит предотвратить инфицирование возбудителями острых кишечных инфекций, в том числе энтеровирусами.

**Рогачевский зональный центр гигиены и эпидемиологии**