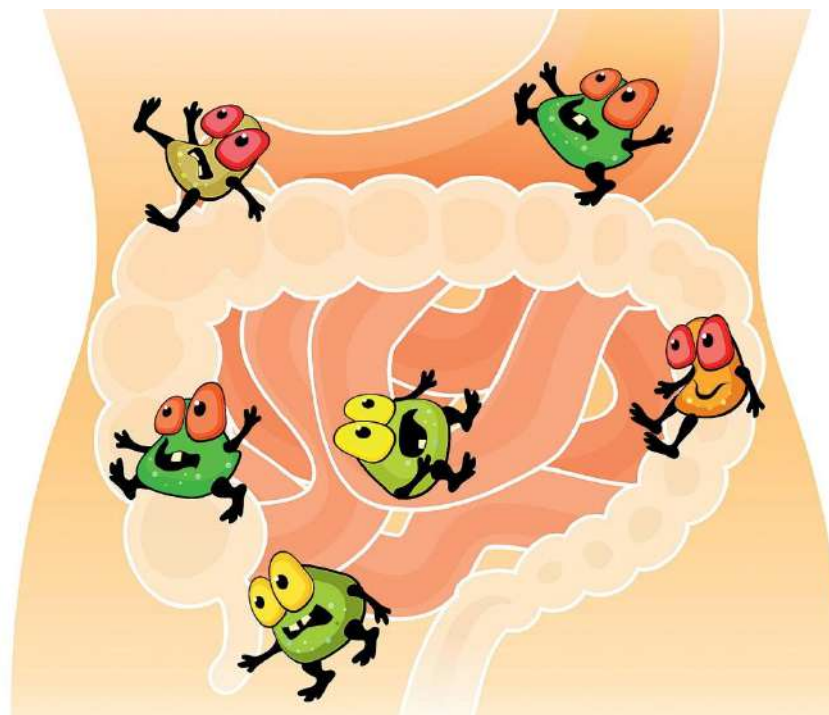


- если в доме уже есть заболевший, то необходимо очень внимательно следить за гигиеной: тщательному мытью рук мылом и водой, обработке их спиртосодержащими кожными антисептиками;
- ежедневно необходимо проводить обработку всех поверхностей, с которыми контактировал заражённый человек: корпус кровати, прикроватные столики, санузлы, ручки и т.д. Учитывая высокую жизнестойкость вируса, уборку лучше проводить с хлорсодержащими дезинфицирующими средствами.
- Посуду, моющиеся предметы, которыми пользовался инфицированный больной, а также игрушки (если заболел ребёнок) необходимо кипятить.

Выполнение этих несложных советов поможет избежать заболевания норовирусной инфекцией и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!

Автор врач-эпидемиолог ГУ «Центр гигиены и эпидемиологии Ленинского района г.Минска» Воронова В.Ю., тираж 100 экз.

Что нужно знать о норовирусной инфекции



Норовирусная инфекция – это острая кишечная инфекция возбудителем которой является норовирус.

Впервые норовирус был выделен в 1972 году в городе Норволк, штат Огайо, США, в связи с чем сначала назывался Норволк-вирусом. Норовирусы очень заразны: всего 10-100 частиц вируса достаточно для заражения человека.

Основными путями проникновения вируса в



организм являются:

пищевой — при употреблении немытых овощей или фруктов;

водный — при употреблении жидкостей, содержащих вирус;

контактно-бытовой, когда в организм вирус проникает через посуду, предметы обихода, немытые руки (вирус может распространяться в виде мелких капель в воздухе, и, если капли попадают на продукты питания или другие объекты, вирус может попадать в желудочно-кишечный тракт через грязные руки).



Первые симптомы заболевания появляются через 24-48 ч. после заражения. Заболевание начинается с тошноты, рвоты, высокой температуры тела, диареи и болей в области живота. У детей главным образом преобладает рвота, а у взрослых - диарея.

После болезни у человека вырабатывается иммунитет к вирусу, но на очень короткий период, около 8 недель. После этого срока человек может снова заразиться норовирусом и заболеть.

Обычно инфекция протекает в легкой форме и не представляет угрозы здоровью, и большинство людей выздоравливают через несколько дней без помощи врача. Но следует немедленно обратиться за медицинской помощью, если ваши симптомы не проходят в течение более трех дней или при симптомах сильного обезвоживания. Всем людям с норовирусными инфекциями рекомендуется потребление жидкости, чтобы избежать обезвоживания. В аптеках продаются пакетики с порошком для регидратации, который добавляется в воду (по инструкции на упаковке). Такие напитки помогают восстановить баланс воды, солей и глюкозы в организме.

Чтобы избежать заражения норовирусной инфекцией необходимо:

- регулярно и тщательно мыть руки с мылом, особенно после посещения туалета, перед готовкой пищи, после возвращения с улицы, после общения с животными, перед едой;
- тщательно обрабатывать овощи и фрукты, употреблять в пищу термически обработанные продукты;
- употреблять бутилированную или кипяченую воду, напитки в фабричной упаковке;
- при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот;