**Профилактика энтеровирусной инфекции**

**Что такое энтеровирусная инфекция?**

 **Энтеровирусная инфекция** – инфекционное заболевание, вызываемое определенным видом вируса. **Энтеровирус** входит в группу кишечных вирусов.

Имеет много разновидностей (серотипов). Они способны поражать многие ткани и органы человека (центральная нервная система, сердце, легкие, печень, почки и др.) и это определяет значительное клиническое многообразие вызываемых ими заболеваний.

Заболевание носит сезонный характер, вспышки возникают в весенне-летний и летне-осенний периоды. Заражение происходит через воду, продукты питания, а также испражнения больного, через мельчайшие капельки слюны и мокроты при кашле и чихании. Очень часто заражение происходит при купании в открытых водоемах. Энтеровирусы устойчивы во внешней среде: хорошо переносят низкие температуры (в условиях холодильника они сохраняются в течение нескольких недель), в водопроводной воде выживают до 18 дней, в речной воде – около месяца, в очищенных сточных водах – до двух месяцев, а также на предметах обихода, продуктах питания (молоко, фрукты, овощи). Вирус быстро погибает при прогревании, кипячении, при воздействии хлорсодержащих препаратов, ультрафиолетового облучения.

**Как проявляется инфекция?**

Вирус поражает все органы и ткани, но в основном поражается нервная ткань, сердце, печень, поджелудочная железа, мышечная ткань, глаза. Заражаться может каждый, но чаще болеют дети. Заболевание начинается с повышения температуры до 38-40? С, слабости, головной боли, тошноты, рвоты, светобоязни. Эти симптомы могут сопровождаться болями в области сердца, живота, мышцах, боли в горле, герпетическими высыпаниями на дужках и миндалинах. В некоторых случаях наблюдаются катаральные явления со стороны верхних дыхательных путей, насморк, кашель. На 1-2 день болезни появляется сыпь, преимущественно на руках, ногах, вокруг и в полости рта, которые держатся в течение 24-48 часов (иногда до 8 дней) и затем бесследно исчезают. Иногда могут развиться острые вялые параличи конечностей, судороги, дрожание конечностей, косоглазие, нарушение глотания, речи и др.

**Пути заражения**

Во внешнюю среду возбудители энтеровирусной инфекции попадают из кишечного тракта и носоглотки, что определяет основные пути заражения: воздушно-капельный, водный, пищевой, контактно-бытовой. Роль отдельных факторов в механизме передачи до конца неясна, поэтому сроки инкубационного периода могут варьироваться в зависимости от состояния иммунной системы человека, характеристик конкретного вида вируса и условий окружения. Как правило, энтеровирусная инфекция протекает достаточно легко и не приводит к каким-либо серьезным осложнениям. Тем не менее, запущенные формы энтеровирусной инфекции поражают самые разные органы и системы, провоцируют развитие тяжелых заболеваний, в некоторых случаях заканчиваются летальным исходом, что мы, собственно, и наблюдали во время китайской эпидемии.

**Симптомы энтеровирусной инфекции**

После окончания инкубационного периода у больных появляются первые настораживающие симптомы энтеровирусной инфекции:

        лихорадка;

        головная боль;

        боли в брюшной области;

        подташнивание, иногда рвота.

Данные симптомы энтеровирусной инфекции выражены слабо, а в некоторых случаях инфекция вообще не проявляет себя. Более серьезные признаки наблюдаются лишь после попадания возбудителей в кровеносную систему и их распространения по жизненно важным системам организма. С этого момента пациенты начинают жаловаться на:

        повышение температуры тела;

        появление сыпи на руках и ногах;

        отеки конечностей;

        язвы в ротовой полости.

Если энтеровирусная инфекция продолжает развиваться дальше, а больной не предпринимает никаких мер для того, чтобы избавиться от нее, дело может дойти до серьезных осложнений: менингита, энцефалита, отека легких и даже паралича. Запущенная энтеровирусная инфекция у детей и взрослых приводит к смерти или значительным поражениям головного мозга и инвалидности.

В последние годы у детей все чаще выявляется так называемая малая энтеровирусная инфекция. Она характеризуется легкой лихорадкой, слабостью, мышечными болями и обычно проходит сама собой через 2-3 дня, не вызывая выраженных изменений со стороны отдельных органов.

**Диагностика заболевания**

Энтеровирусная инфекция устанавливается только на основании результатов лабораторных исследований. На их проведение требуется некоторое время и на этот срок больного желательно изолировать от других членов семьи. В связи с быстрым распространением инфекции каждый случай заражения подлежит регистрации. Одновременно проводятся внеплановые обследования людей, которые контактировали с больным. Если в ходе исследований подтвердился диагноз энтеровирусная инфекция, симптомы и клиническое течение болезни отражаются в отдельной карте эпидемиологического расследования.

Профилактика энтеровирусной инфекции направлена на санитарное благоустройство источников пресной воды, соблюдение правил личной гигиены, обеззараживание нечистот, обеспечение населения свежими, качественными продуктами питания и чистой питьевой водой.

**Что делать, если ты заболел?**

В случае появления этих жалоб необходимо немедленно обратиться к врачу, не ждать, надеясь, что все пройдет, не пытаться самостоятельно лечиться. Необходимо срочно поместить больного в стационар, т.к. он может быть источником заражения людей, проживающих рядом.

**Как себя защитить?**

Меры неспецифической профилактики энтеровирусной инфекции такие же, как при любой острой кишечной инфекции — необходимо соблюдать следующие правила:

1.     Для питья использовать только кипяченую или бутилированную воду;

2.     Мыть руки с мылом перед каждым приемом пищи и после каждого посещения туалета, строго соблюдать правила личной и   общественной гигиены;

3.     Перед употреблением фруктов, овощей, их необходимо тщательно мыть с применением щетки и последующим ополаскиванием кипятком;

4.     Купаться только в официально разрешенных местах, при купании стараться не заглатывать воду;

5.     Не приобретать продукты у частных лиц, в неустановленных для торговли местах.

При контакте с больным энтеровирусной инфекцией необходимо наблюдать за состоянием своего здоровья и при появлении каких-либо жалоб немедленно обратиться к врачу!

Помните, что заболевание легче предупредить, соблюдая  элементарные меры профилактики, чем лечить!