

Энтеровирусная инфекция — отдельная группа заболеваний, вызванная энтеровирусами. Характерные симптомы: повышение температуры, сыпь на коже и в горле, рвота, понос. При тяжелых формах бывают поражения мышечной, центральной нервной системы, сердца и других органов. Клинические признаки зависят от штамма кишечного вируса. Энтеровирусная инфекция у детей опасна осложнениями.

Энтеровирус (с греч. enteron означает «кишки») относится к роду вирусов, проникающих в желудочно-кишечный тракт (ЖКТ). Здесь энтеровирус активно размножается и нарушает работу пищеварительной системы. Но опасность этого возбудителя в том, что он способен поражать центральную нервную систему, ткани и органы (почки, сердце, печень, легкие). Различают много подвидов энтеровирусов, которые называются серотипами. Наиболее патогенны из них: вирусы Коксаки А (23 типа), Коксаки В (6 типов), вирусы полиомиелита (3 типа), энтеровирусы 68–71 (4 типа), эховирусы (31 тип). Энтеровирусы — невероятно живучие, устойчивые к внешней среде. Они могут находиться в воде и почве длительное время — до нескольких месяцев. Могут жить в холодильнике неделями, а в замороженном виде хранятся несколько лет. Их не пугает кислая среда желудочного сока, их не всегда убивают моющие средства и спирт. Чего же боятся энтеровирусы? Температуры выше 50°C, высушивания, дезинфекции, ультрафиолетового излучения.

Пути передачи инфекции

Энтеровирус может жить в носоглотке, во рту, на слизистой глаз или в кишечнике. Основные пути заражения — фекально-оральный, контактно-бытовой и воздушно-капельный. Отличается высокой степенью заразности. Инкубационный период может сильно варьироваться — от нескольких дней до месяца. Чаще всего заражение происходит летом и осенью.

- Контакт с больным или носителем. Вирус передается не только через рот, нос, глаза, но и через грязные руки. Если кто-то подхватил энтеровирус в семье, очень высока вероятность заражения других членов.
- Контакт с зараженными предметами. Вирус передается через общие предметы быта, посуду, игрушки.
- Зараженные продукты. Чаще всего это немытые или плохо мытые свежие овощи и фрукты.
- Зараженная вода. Основной путь передачи, поскольку в воде энтеровирус долго сохраняется.

Носителями вируса часто бывают дети. Они же гораздо чаще болеют. Это объясняется неустойчивой иммунной системой, несоблюдением правил личной гигиены. Энтеровирус чаще всего поражает детей до десятилетнего возраста. Если ребенок заразился до двух лет, это может повлечь осложнения.

Основные признаки заболевания

Каковы симптомы энтеровирусной инфекции у детей? Клиническая картина, выражаясь медицинским языком, стертая. При энтеровирусной инфекции есть риск поражения различных органов, поэтому палитра симптомов может

быть разнообразной и неспецифичной. Кроме этого, есть еще одна коварная особенность энтеровирусов: сходные симптомы могут быть при разных серотипах энтеровируса или, наоборот, один подвид дает разную клиническую картину. Симптоматика может быть похожей на признаки ОРВИ, летучих вирусных инфекций, острой кишечной инфекции (ОКИ). Точно диагностировать энтеровирус можно при помощи анализа крови.

- **Повышение температуры.** В начале болезни обычно бывает высокой, потом снижается, через несколько дней снова подскакивает. Эта волнообразность характерна для энтеровируса. Существует такой термин, как энтеровирусная лихорадка. Она длится 3 дня с незначительным недомоганием. Возможна также рвота и понос, но все заканчивается так же внезапно, как и началось.

- **Симптомы, похожие на ОРВИ.** Ребенок может жаловаться на боль в горле и першение. Также может начаться кашель и сопли. Иногда энтеровирус трудно распознать сразу, потому что болезнь на начальном этапе похожа на ОРВИ.

- **Сыпь при энтеровирусной инфекции у детей.** Называется энтеровирусной экзантемой. Высыпания могут появиться на 2–3 день после температуры. Локализуются на лице, шее, руках, ногах, груди, спине. Имеют характерный вид: красные мелкие точки на коже, сходные с высыпаниями при кори и других летучих вирусных инфекциях. Также сыпь может появиться на слизистой — в горле или во рту. Она имеет вид пузырьков, наполненных жидкостью, которые потом превращаются в язвочки. Опытный врач может определить «почерк» энтеровирусной инфекции по локализации сыпи: в горле (герпетическая ангина), одновременно вокруг рта, на ладонках и стопах.

- **Боли в мышцах.** Чаще болят мышцы груди, живота, реже — ног, рук и спины. Усиливаются при движении, могут носить приступообразный характер, длятся от нескольких минут до получаса. Если болезнь не лечится, мышечные боли в дальнейшем могут приобрести хроническую форму.

- **Рвота и понос.** Частые симптомы энтеровируса у детей до двух лет. Энтеровирусная диарея может сопровождаться болями и вздутием живота. Понос длится несколько дней. Важно в этот период восполнять потерю жидкости и не допустить обезвоживания. О том, как проводится пероральная регидратационная терапия в домашних условиях, читайте в другой нашей статье.

Дополнительные симптомы:

- общее недомогание, потеря аппетита;
- головная боль, головокружение;
- боли в животе;
- отек конечностей;
- вялость, сонливость;
- слезотечение, покраснение глаз, конъюнктивит;
- увеличение лимфоузлов;
- обезвоживание.

Энтеровирусная инфекция опасна для детского организма осложнениями: отек легких, менингит, энцефалит, миокардит, неврологические двигательные нарушения (паралич, парез). Перечень устрашающий, угроза реальная, летальный исход вероятен. Случаются осложнения крайне редко и развиваются тогда, когда инфекция не лечится на начальной стадии. Чем младше ребенок (особенно новорожденный и грудничок), тем выше риск тяжелых заболеваний при энтеровирусе.

Опасности легкой формы энтеровирусной инфекции

В последнее время все чаще встречается смазанное течение заболевания. Ребенок может чувствовать легкое недомогание, усталость, слабость, головокружение, незначительное повышение температуры. Обычно все эти симптомы воспринимаются как признаки простуды. Если у малыша слабый иммунитет, энтеровирусная инфекция может развиваться дальше и давать осложнения, хронические формы заболеваний.

В чем заключается лечение

Лечение энтеровирусной инфекции у детей определяется тяжестью заболевания и характером осложнений.

- Постельный режим. Показан всем детям, при любых формах энтеровируса.
- Жаропонижающие при температуре. Всегда должны быть в домашней аптечке.
- Восстановление водно-солевого баланса при диарее и рвоте. Нужно как можно больше ребенка поить, давать регидратационные растворы, если есть обильный понос и рвота.
- Противовирусные препараты. Чаще всего это группа интерферонов. Дозу и курс назначает врач.
- Антибиотики. Назначаются детям любого возраста, если есть осложнения бактериального характера, хроническая форма заболевания, обширные очаги вторичной инфекции.

Противорвотные, противодиарейные, спазмолитические и обезболивающие препараты при необходимости назначает врач. Если у ребенка при энтеровирусной инфекции были поражения нервной системы, глаз, почек, печени, легких, ему показано наблюдение у врача на протяжении года и более.

Каким должно быть питание

Диета при энтеровирусной инфекции у детей важна, поскольку нарушается работа ЖКТ. Питание включает следующие принципы:

- обильное питье для выведения токсинов и профилактики обезвоживания;
- обезжиренная, вареная, тушеная, запеченная в духовке, протертая, измельченная пища;
- исключение острого, жареного, копченого, соленого, сладкого;
- исключение цельного молока, яиц, растительного и сливочного масла;
- противопоказаны все газированные напитки;

- разрешаются свежие кисломолочные продукты (нежирный творог, биокефир);
- овощи и фрукты разрешаются только в приготовленном виде;
- нельзя давать бобовые, орехи, мясные бульоны, свежий хлеб;
- питание должно быть дробным, частота приемов пищи увеличивается до 6 раз;
- блюда подаются в теплом виде;
- нельзя принуждать ребенка к приему пищи и перекармливать.

Что можно есть при острой диарее?

- Голодная пауза. Полезно поголодать и пропустить один или два приема пищи. Голодные паузы у грудничков не допустимы. Чем старше ребенок, тем большим может быть интервал между приемами пищи.
- Строгая диета. В первый день разрешаются каши на воде, сухарики, печеные яблоки. В последующие дни можно вводить кисломолочные продукты, овощные супы-пюре, отварной картофель. В последнюю очередь вводятся блюда из нежирных сортов мяса и рыбы (паровые котлеты, тефтели, фрикадели).

Что можно пить при острой диарее?

7 профилактических мер

Профилактика направлена на то, чтобы обезвредить энтеровирус в окружающей среде. Какими способами это можно сделать?

- Личная гигиена ребенка. Как можно раньше нужно приучать малыша самостоятельно мыть руки перед едой, после посещения туалета и прогулок. Мыть руки нужно обязательно с мылом, в течение 15 секунд.
- Личная гигиена взрослых, контактирующих с ребенком. Вроде бы прописная истина, но не всегда соблюдается.
- Качественная питьевая вода. Можно покупать бутилированную воду, устанавливать фильтры для очистки. В условиях экстремальных — давать только кипяченую воду.
- Приобретение продуктов в специально отведенных местах. То есть там, где соблюдены санитарные нормы.
- Тщательная обработка свежих овощей, фруктов, ягод. Рекомендуется не только мыть, но и обдавать кипятком.
- Купание в чистых водоемах. Любой открытый водоем (особенно со стоячей водой) может быть источником заражения энтеровирусом. Нужно приучать ребенка не глотать воду при купании.
- Прививка против полиомиелита. Относится к специфическим мерам профилактики полиомиелита как частого осложнения энтеровирусной инфекции. Вакцин против других штаммов энтеровируса нет. Однако доказано, что прививка против полиомиелита защищает от других серотипов энтеровирусной инфекции.
- компот из сухофруктов (лучше из груши);
- отвар ромашки;
- кисель из сушеных ягод (предпочтительнее из черники);
- слабый зеленый чай;

- изюмный отвар;
- щелочная негазированная вода.

Питье нужно предлагать часто, поить дробными порциями.

Файлы