

ВИРУСНЫЕ КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ

ПУТИ ЗАРАЖЕНИЯ

- Очень заразны: всего 10-100 частиц вируса достаточно для заражения человека.
- Быстро распространяется в детских коллективах.
- Инфицированный способен заразить окружающих в течение следующих 48 часов.
- Могут выводиться из организма в течение 2-х недель после начала заболевания.



- **ПИЩЕВОЙ**, употребив в пищу немытые фрукты или овощи;



- **ВОДНЫЙ**, выпив не кипяченую воду, содержащую вирус;



- **КОНТАКТНО-БЫТОВОЙ**, через немытые руки, предметы обихода, посуду и т.д.

СИМПТОМЫ И ЛЕЧЕНИЕ



- Первые – через **24-48 ч.** после заражения. Рвота, понос, сильная тошнота, повышение температуры. Могут сопровождаться мышечными, головными болями и слабостью. Обычно симптомы проходят сами через **12-72 часа**.
- После болезни организм вырабатывает иммунитет к вирусу, но на очень короткий период – около **8 недель**. После этого человек может снова заразиться норовирусом и заболеть.



- При первых же проявлениях заболевания необходимо срочно обратиться к врачу.

ПРОФИЛАКТИКА

На данный момент вакцины от норовирусов не существует. Но **меры профилактики элементарны**. Чтобы не заболеть любой кишечной инфекцией, следует выполнять следующие правила:



- соблюдение личной гигиены (тщательное мойте руки перед едой и приготовлением пищи, после туалета, после возвращения с улицы);



- тщательно обрабатывайте овощи и фрукты, употребляйте в пищу термически обработанные продукты;



- употребляйте гарантированно безопасную воду и напитки (кипяченая вода, напитки в фабричной упаковке);



- при купании в водоемах и бассейнах не допускайте попадания воды в рот.