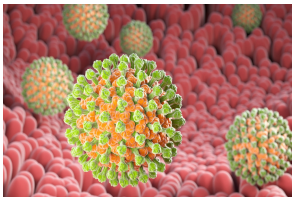

**Ротавирусная инфекция** – это острое инфекционное заболевание, особенностью которого являются признаки острой респираторной инфекции в начальном периоде болезни с последующим присоединением рвоты, частого водянистого жидкого.

Число заболевших ротавирусной инфекцией увеличивается при сырой холодной погоде, в канун или во время подъема заболеваемости острыми респираторными заболеваниями, эпидемии гриппа, за что и получила неофициальное название - **кишечн ый грипп.**

**Источник болезни** – больной или вирусоноситель, т.е. человек без выраженных клинических признаков болезни, выделяющий ротавирусы. При контакте с такими людьми происходит заражение, особенно среди детей.

Если больной человек не соблюдает правил личной гигиены, ротавирус в больших количествах попадает к нему на руки. **Затем начинает действовать контактно-бытовой путь передачи – через рукопожатие, предметы обихода на работе, дома, а также через пищевые продукты.**

Кроме того, поскольку ротавирусы вызывают воспаление дыхательных путей, они, подобно вирусам гриппа, могут распространяться воздушно-капельным способом — например, **при чихании.**

Поскольку любое заболевание легче предупредить, чем лечить, необходимо строго соблюдать правила личной гигиены. Они совсем простые. Так, по возвращению с улицы, перед приёмом пищи, после посещения туалета и при любом загрязнении **нужно вымыть руки с мылом.**

**Регулярно проводить влажную уборку и проветривание помещений,** особенно там, где есть маленькие дети.

Тщательно мыть игрушки, соски, бутылочки маленьких детей обязательно кипятите.

У детей необходимо воспитывать привычку **обязательно**

**мыть руки** после туалета и перед едой.

**Фрукты, овощи необходимо мыть** под проточной водопроводной водой, а для детей младшего возраста – ополаскивать кипяченой водой или кипятком. Обязательно нужно мыть фрукты, которые чистятся: апельсины, бананы, мандарины. В противном случае, микробы, засевшие на кожуре, обязательно попадут в рот.

Для питья желательно использовать кипячённую или бутилированную воду.

**Для детей 1-го года жизни главные** меры профилактики – грудное вскармливание и тщательное соблюдение членами семьи правил личной гигиены.

**Не забывать о закаливании, полноценном питании, всё это повышает защитные силы организма.**