

Автор: А. Ганюк, врач – эпидемиолог ГУ «Речицкий зональный центр гигиены и эпидемиологи»



Энтеровирусные инфекции человека – это болезни, вызываемые кишечными вирусами (энтеровирусами), носящими название Коксаки и Экхо. Инфекции, вызываемые ими, распространены повсеместно. Не редкостью они являются для Беларуси и в частности для города Речицы. **Так в январе-феврале текущего года в Речицком районе регистрируется подъем заболеваемости энтеровирусной инфекцией среди детского населения.**

Источниками возбудителей этих инфекций являются больные люди и вирусоносители, выделяющие из носоглотки или кишечника вирусные частицы в окружающую среду, почву, на поверхность предметов, руки и т.д.

Чаще всего заражение людей происходит путем передачи возбудителей через пищу и предметы обихода. Кроме этого энтеровирусы передаются водным и воздушно-капельным путем (при разговоре, кашле, чихании).

Основными факторами риска заражения вирусными кишечными инфекциями являются употребление немытых овощей и фруктов, продуктов питания с истекшим сроком годности, воды из открытых источников (реки, родники, озера и др.).

Особенностью кишечных вирусов является то, что в отличие от бактерий, они способны длительное время выживать в пище, воде, на поверхностях предметов. Например, в воде разных водоисточников они сохраняются до 110 дней, в мясе и твороге до 6 месяцев, на поверхностях до 70 дней. Кипячение убивает энтеровирусы мгновенно.

Как правило, заболевание начинается остро, с внезапного подъема температуры тела до 38-40 0С, головной боли, общей слабости, недомогания, нарушения сна, на коже может появиться сыпь. Энтеровирусные инфекции могут проявляться в виде серозных менингитов, миокардитов, болей в мышцах, герпетических ангин, конъюнктивитов, респираторных и желудочно-кишечных расстройств.

Чтобы избежать заболевания энтеровирусными инфекциями, необходимо:

- соблюдать элементарные правила личной гигиены, в том числе тщательное мытье рук с мылом, особенно после посещения туалета, перед приготовлением пищи, до еды, после прихода домой с улицы;
- прививать гигиенические навыки детям;
- при покупке продуктов питания обращать внимание на срок реализации товара;
- хранить все скоропортящиеся пищевые продукты (молочные, мясные) дома в холодильнике;
- необходимо обеспечить длительную термическую обработку мясных блюд;
- овощи и фрукты необходимо тщательно мыть в теплой проточной воде, а затем ошпаривать кипятком;
- салаты заправлять непосредственно перед подачей на стол;
- водопроводную воду, воду из колодца пить только после предварительного кипячения, отдавать предпочтение артезианской питьевой воде, расфасованной в бутылки.

Но если у Вас или ваших родственников появились признаки острой респираторной вирусной инфекции, кишечного расстройства, сыпь – не прибегайте к домашним средствам лечения, обратитесь к врачу.

Не забывайте о том, что заболевание легче предупредить, чем лечить.