

## Энтеровирусная инфекция и ее профилактика

С наступлением осени учащаются случаи заболевания населения «летним гриппом», вызываемым кишечными вирусами (энтеровирусами), носящими название Коксаки и Экхо.

Энтеровирусы в большинстве случаев вызывают скрытую инфекцию. Однако они могут проявляться в виде серозных менингитов, эпидемиологических миалгий (болей в мышцах), миокардитов, герпетических ангин, эпидемических геморрагических конъюнктивитов, респираторных и желудочно-кишечных расстройств, а также лихорадочных заболеваний

Заболевание начинается остро, с внезапного подъема температуры тела до 38-40°C, головной боли, общей слабости, недомогания, головокружения и др.. Обращение к врачу – обязательно.

Энтеровирусной инфекцией чаще болеют дети, среди них распространено и здоровое вирусоносительство, когда вирус выделяется из носоглотки или кишечника, а человек чувствует себя здоровым.

Главными факторами риска являются: употребление в пищу немытых овощей и фруктов, питьевой воды не гарантированного качества (случайные водоемы), а переносчиками инфекции могут быть мухи, тараканы и собаки.

### **Чтобы уберечь себя от заражения, необходимо:**

- Соблюдать правила личной гигиены - тщательно мыть руки с мылом, особенно после посещения туалета, перед и во время приготовления пищи, перед едой, после прихода домой с улицы. Следить за чистотой рук детей, учить их правилам мытья рук.
- Фрукты, овощи, ягоды тщательно мыть под проточной водой, затем обдать кипятком.
- Воду из открытого водоема, колодца пить только после предварительного кипячения. Отдавать предпочтение артезианской питьевой воде, расфасованной в бутылки.
- Соблюдать санитарно-гигиенические правила по приготовлению, хранению и реализации пищевых продуктов (разделочный инвентарь должен быть для вареной и сырой продукции, раздельное хранение вареной и сырой продукции в т.ч. в холодильнике, упаковывать каждый продукт в отдельную чистую упаковку и др.).
- Содержать в чистоте помещения кухни, проводить генеральную уборку с применением дезинфицирующих средств поверхностей кухни и санузлов.
- Защищать пищу от насекомых, грызунов и домашних животных, возможных переносчиков инфекции, вести борьбу с мухами и тараканами.

Врач эпидемиолог УЗ «МЗЦГЭ»

Разгонов В.И.