**Как избежать заболевания энтеровирусной инфекцией**

Ежегодно в нашей области в летне - осенний период регистрируется сезонный подъем заболеваемости энтеровирусной инфекцией. Пик заболеваемости приходится на август- сентябрь.

Энтеровирусная инфекция – это общее название большого ряда повсеместно распространенных инфекционных заболеваний, которые могут вызывать разную симптоматику, способны поражать кожу и внутренние органы: желудочно - кишечный тракт, легкие, сердце, почки, мышечную систему, спинной и головной мозг.

Возбудитель отличается высокой устойчивостью во внешней среде: энтеровирусы хорошо переносят низкие температуры - в условиях холодильника вирусы сохраняются в течение нескольких недель, в водопроводной воде выживают до 18 дней, в речной воде - около месяца, в сточных водах - до двух месяцев, на предметах обихода, в продуктах питания (молоко, фрукты, овощи) – больше месяца, в замороженном состоянии активность энтеровирусов сохраняется в течение многих лет.

Клиническая картина энтеровирусной инфекции отличается многообразием и зависит от  серотипа энтеровируса. В настоящее время известно более 60 энтеровирусов которые вызывают заболевания человека. Инфекция может протекать с явлениями лихорадки, изъязвлением слизистой полости рта, высыпаниями на коже рук и ног, герпетической ангиной, может быть рвота, боли в животе и в мышцах, жидкий стул, насморк, кашель. В более тяжелых случаях возможны неврологические проявления - серозный менингит, энцефалит, параличи конечностей, неврогенный отек легких и др.В группе риска заражения находятся дети, подростки, беременные женщины, люди с выраженным иммунодефицитом, страдающие онкологическими заболеваниями.

Первоначальные симптомы энтеровирусной инфекции часто похожина ОРВИ или острую кишечную инфекцию. Поставить точный диагноз можно только после проведения вирусологического исследования.

Источником энтеровирусной инфекции является больной человек стертой формой  инфекции или бессимптомный вирусоноситель. Вирус выделяется из носоглотки и с фекалиями. Заражение происходит контактно-бытовым, пищевым и водным путем. От момента заражения до появления первых признаков заболевания проходит от 2-х дней до 3-х недель, в среднем 7 дней.

Вакцины против энтеровирусной инфекции на сегодняшний день не существует. Это связано с наличием большого количества серотипов энтеровирусов, их способностью постоянно видоизменяться и вырабатывать устойчивость к лекарственным препаратам.

Учитывая возможные пути заражения энтеровирусной инфекцией, следует выполнять правила, направленные на профилактику заболевания:

- всегда соблюдать правила личной гигиены, чаще мыть руки, всегда -  после посещения туалета, перед  едой, после пребывания на улице;

- употреблять для питья только кипячёную или бутилированную воду;

- не покупать продукты питания сомнительного качества,

- тщательно мыть проточной водой ягоды, фрукты и овощи, ополаскивать их кипяченой водой;

- регулярно проводить влажную уборку помещений и проветривание, особое внимание уделять обработке дверных ручек, поверхности рабочих и обеденных столов, клавиатуре компьютера, телефонным трубкам, санитарно- техническому оборудованию;

- уничтожать насекомых, ставить ловушки, москитные сетки;

 - купаться только в отведённых для этой цели местах и не заглатывать воду во время купания, на время сезонного подъема заболеваемости лучше отказаться от посещения занятий в бассейне;

- не допускать в детские образовательные организации детей с симптомами инфекционного заболевания (температура, кашель, насморк, боль в горле, конъюнктивит и др.).

В случае появления заболевшего в семье, больного необходимо изолировать, выделить ему отдельную посуду, при этом желательно, чтобы за больным ухаживал один член семьи, стараться не допускать до больного детей. Проводить уборку следует  с применением дезинфицирующих средств(дезинфекционной обработке подлежат предметы обстановки, посуда и белье больного, санитарно-техническое оборудование, уборочный материал), проводить проветривание помещений.

При первых признаках заболевания необходимо обратиться за медицинской помощью!

Источник: http://64.rospotrebnadzor.ru/