

Ротавирусная инфекция или Грязные руки

Ротавирусная инфекция («желудочный» или «кишечный» грипп) - одна из основных причин тяжелой диареи у детей младшего возраста, это широко распространенная острая кишечная инфекция, вызываемая вирусами.

Случаи заболевания регистрируются повсеместно в течение всего года, максимальный подъем заболеваемости - с ноября по апрель.

В основном болеют дети в возрасте от 6 месяцев до 5 лет. Особенно подвержены заражению дети до 3 лет. Если заболевает взрослый – часто инфекция протекает бессимптомно.

Заболевание опасно для людей со сниженным иммунитетом - это дети, пожилые люди беременные женщины и взрослые, страдающие хроническими заболеваниями.

Возбудитель инфекции ротавирус, в водопроводной воде выживает до 60 дней, в фекалиях - до 7 месяцев. Во внешней среде - от 10 до 30 дней в зависимости от температуры и влажности, устойчивы к многократному замораживанию.

Ротавирусную инфекцию можно отнести к группе «болезней грязных рук». Источник инфекции - больной человек или носитель. Заразиться можно через грязные руки, предметы обихода, посуду, полотенца. Из пищевых продуктов частые факторы передачи молочные продукты.

Инкубационный период длится от нескольких часов до 3-5 суток.

Болезнь начинается остро, развивается стремительно. Среди симптомов ротавирусной инфекции чаще всего встречаются симптомы, связанные с поражением пищеварительного тракта- это схваткообразные боли в животе, урчание, водянистая диарея, рвота (появляется в первый день болезни, и в тот день прекращается). Аппетит снижен или отсутствует. Больного беспокоят головная боль, головокружение, мышечная слабость.

У заболевших детей инфекция протекает с подъем температуры, катаральными явлениями (ринит, фарингит). Инфекция длится от 3 до 10 дне в зависимости от степени тяжести.

Самое распространенное и опасное осложнение ротавирусной инфекции – обезвоживание. Симптомы обезвоживания: головокружение, головная боль, вялость, сухость во рту, сухость и глаз, редкое мочеиспускание менее 3-4 раз в сутки, западение родничка (у младенцев).

Профилактика ротавирусной инфекции подразумевает несколько различных подходов:

- Вакцинация – в нашей стране она не распространена, но за рубежом от ротавируса прививают всех детей, что позволяет обезопасить ребенка хотя бы в первые годы жизни.
- Соблюдая простейшие правила гигиены, также можно предупредить болезнь. Детям перед каждым приемом пищи нужно вымывать руки с мылом. Купаться следует не менее одного раза в день.
- Чтобы защитить ребенка от ротавируса, не позволяйте ему пить сырую воду, пусть даже она прошла фильтрацию. Употребляемая вода должна быть кипяченой.
- Когда речь идет о детях от 1 года до 3 лет, которые часто ползают по полу, тянут в рот игрушки, избежать заражения сложнее. Во-первых, необходимо регулярно проводить влажную уборку помещения с использованием средства для дезинфекции. Во-вторых, все игрушки, прежде чем давать их малышу, следует вымыть в мыльном растворе, тщательно прополоскать и высушить.

После контакта с больным меры предотвращения заболевания значительно более сложные. Для профилактики следует проделать следующие действия:

- Тщательно вымыть руки с мылом.
- Выстирать одежду, в которой вы или ваш ребёнок находились.

Если же больной ротавирусом – кто-то из членов семьи, защититься значительно сложнее. Однако и на этот случай важно придерживаться определенных рекомендаций:

- По возможности, нужно минимизировать любые контакты с зараженными людьми. Инфицированному члену семьи отводится отдельная комната на срок до 7-10 дней.
- Все комнаты должны регулярно проветриваться.
- После походов больного в туалет, унитаз следует каждый раз обрабатывать антисептиком.
- Больному выделяются личные предметы гигиены и столовые приборы (полотенца, платки, чашка, тарелка).
- Регулярная смена постельного белья больного также части предотвращает распространение вируса.

Помните, соблюдая эти простые правила, вы защищаете детей и не даете возможности себе заболеть.