***Норовирусная  инфекция***

 Норовирусная  инфекция - это острая кишечная инфекция, возбудителем которой является норовирус – один из известных разновидностей  кишечных  вирусов. Норовирус  очень  заразен. Вирус выделяется от больного человека, а также  после выздоровления выделяет вирус в окружающую среду  в течение месяца. Вирус выделяется от больного человека через испражнения и рвотные массы. Инфицированный  человек  может заразить окружающих на пике заболеванияи в течение следующих 48 часов. Установлено, что случаи заболевания  норовирусной  инфекцией, в том числе вспышки, регистрируются в течение всего года. Чтобы свести риск заражения  норовирусной  инфекцией до минимума  рекомендуется  придерживаться следующих элементарных правил:

          -    Избегать прямого контакта с больными людьми.

          -   Соблюдать правила личной гигиены (тщательное мытье рук перед едой и приготовлением пищи, перед и после ухода за больным, после туалета)

          -     Следить за чистотой рук детей, учить их правилам личной гигиены.

          -    Тщательно мыть под проточной водой и затем обдавать кипятком овощи и фрукты, употреблять в пищу термически обработанные продукты.

           -    Выбирать свежие и непорченые продукты. Хранить продукты при       безопасной, и не хранить приготовленную пищу долго температуре даже в холодильнике.

          -     Всегда промывать и дезинфицировать после приготовления пищи все используемые поверхности и кухонные принадлежности.

          -     Употреблять гарантированно безопасную воду и напитки (кипяченая вода,  напитки в заводской упаковке).

          -      При купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот.

          -      Во время болезни оставаться дома, не идти в школу, детский сад или на  работу.

           -    Если в доме уже есть заболевший, то необходимо очень внимательно следить за гигиеной: не менее одного раза в день проводить обработку всех поверхностей, с которыми контактировал больной человек (корпус кровати, прикроватные столики, санузлы, дверные ручки и т.д.). Учитывая высокую жизнестойкость вируса, уборку лучше проводить с хлорсодержащими дезинфицирующими средствами.

           -      Посуду, моющиеся предметы, которыми пользовался инфицированный больной, а также игрушки (если заболел ребёнок) необходимо кипятить.

           -    Все вещи, которые были запачканы рвотными массами, необходимо сразу стирать при температуре не менее 60°.

 ПОМНИТЕ!

Подобное соблюдение правил гигиены позволит избежать

дальнейшего распространения инфекции и повторного заражения людей!

** Норовирусная инфекция - это опасное заболевание!**

Сегодня, все чаще и чаще, дети и взрослые заболевают кишечными инфекциями, из

которых одними из частых причин являются несколько разновидностей вирусов,

способные вызывать у человека кишечную инфекцию. Одним из таких вирусов являются

норовирусы.

Основными путями передачи норовируса являются:

* пищевой, т.е. человек может заразиться, например, употребив в пищу немытые овощи и фрукты;
* водный, когда человек заражается, выпив некоторое количество жидкости, содержащей вирус;
* контактно-бытовой, когда вирус попадает в организм через немытые руки, предметы обихода, посуду и т.д.

***Первые симптомы заболевания проявляются через 24-48 ч. после заражения, это однократная, но чаще многократная рвота, понос, сильная тошнота, повышение температуры, нарушения со стороны пищеварительной системы могут сопровождаться мышечными, головными болями и слабостью.***

**На данный момент вакцин от норовирусов, ротавирусов и других энтеровирусов не существует.**

 Поэтому основными мерами профилактики данной инфекции является:

***1. соблюдение правил гигиены:***

***это мытьё рук после возвращения с улицы, строгая чистота всего, что окружает детей, особенно игрушек и всех вещей, которые дети берут в руки.***

***2. мытьё всех овощей и фруктов перед употреблением в пищу, в проточной воде и обдавать кипятком, т.к. на них могут оказаться возбудители болезней.***

***3. воду следует кипятить.***

**ПОМНИТЕ!**

1. При боли в животе, рвоте, поносе, повышении температуры –

своевременное обращение за медицинской помощью в лечебно-профилактические учреждения, тем более, если это затрагивает ДЕТЕЙ!

2. Не употребляйте в пищу продукты, не обработанные должным образом и с просроченной датой годности, в доброкачественности которой сомневаетесь;

 3. Соблюдайте четко и постоянно правила личной гигиены и гигиены

жилища.

 4. Строго соблюдайте питьевой режим.

**Будьте осторожны! Будьте здоровы!**