## Что необходимо знать об энтеровирусной инфекции

**Энтеровирусные инфекции** - группа острых заболеваний, вызываемых энтеровирусами, для которых характерно многообразие клинических проявлений от легких лихорадочных состояний до тяжелых менингоэнцефалитов, миокардитов. Максимальная заболеваемость регистрируется в летне-осенние месяцы.

Попав в окружающую среду, энтеровирусы могут сохраняться довольно долго, так как хорошо переносят неблагоприятное воздействие. Хорошо сохраняются вирусы в воде и почве, при замораживании могут выживать на протяжении нескольких лет, однако восприимчивы к действию высоких температур. Вирусы хорошо переносят перепады рН среды, поэтому кислая среда желудка не оказывает на них никакого воздействия и кислота не выполняет своей защитной функции.

Источником инфекции является больной человек или бессимптомный вирусоноситель. Вирус выделяется из носоглотки (при чихании, кашле, разговоре) или с фекалиями. Вирус также может выделяться из везикулярных высыпаний. Передача инфекции реализуются контактно-бытовым (загрязненные руки, предметы быта, личной гигиены), пищевым и водным путем (очень часто заражение происходит при купании в открытых водоемах). Велика роль здоровых носителей как источников инфекции, вирусоносительство у здоровых лиц составляет от 17 до 46%.

Инкубационный период энтеровирусной инфекции варьируется от одних суток до 35 дней, в среднем - до 1 недели.

Инфекция характеризуется полиморфизмом клинических проявлений и множественным поражением органов и систем (от конъюнктивита и ангины, до синдрома острого вялого паралича и серозного менингита). Болезнь начинается чаще всего остро с внезапного подъема температуры, головной боли, общей слабости, головокружения, нарушения сна, тошноты, рвоты. Клиника схожа поначалу с симптомами ОРВИ и кишечной инфекцией.

Мерами профилактики энтеровирусной инфекции является соблюдения простых профилактических мер:

- по возможности, избегать контактов с лицами, имеющими признаки инфекционного заболевания;

- соблюдать правила личной гигиены: тщательно мыть руки с мылом после посещения туалета, перед и во время приготовления пищи, перед едой, после прихода домой с улицы. Не забывать мыть руки детям, учить их правилам личной гигиены;

- употреблять для питья только кипяченую или бутилированную воду;

- купаться в отведенных для этой цели местах, учить детей не заглатывать воду при купании;

- фрукты, овощи, ягоды мыть под проточной водой, затем обдавать кипятком;

- содержать в чистоте свой дом, особенно кухню и туалет (мыть дверные ручки, краны, ручки для спуска воды в туалете);

- проводите влажную уборку, чаще проветривать помещения;

- регулярно мыть детские игрушки. Особое внимание обращать на питание детей до года;

- не покупать продукты в местах несанкционированной торговли.

**Помните, что заболевание легче предупредить, чем лечить! Будьте здоровы!**