**Меры профилактики кишечных инфекций вирусной этиологии**

Ротавирусная и норовирусная инфекции имеют выраженную сезонность с подъемом заболеваемости в осенне-зимний период, что связано с лучшей выживаемостью вирусов в окружающей среде при низких температурах.

**Ротавирусная инфекция**. Период от момента заражения до клинических проявлений (инкубационный период) составляет от 10 часов до 7 дней, чаще 1-3 дня. Длительность заболевания – 5 -7 дней. Основные проявления: рвота (чаще однократная), которая может начинаться одновременно с расстройством стула и выраженным повышением температуры тела. Часто заболевание начинается с симптомов ОРВИ, к которым через 2-3 дня присоединяются явления гастроэнтерита.

**Норовирусная инфекция.** Инкубационный период короткий - 1-2 дня. Длительность заболевания - 2-5 дней. Основные симптомы заболевания: тошнота, рвота (чаще многократная), расстройство стула (не обязательно), симптомы ОРВИ, температуры поднимается незначительно.

Главным источником ротавирусной и норовирусной инфекций является больной, выделяющий с фекалиями большое количество вирусов. Вирусоносители без клинических проявлений представляют большую опасность в эпидемиологическом отношении.

На различных объектах внешней среды кишечные вирусы сохраняют жизнеспособность от 10-15 дней до одного месяца (в зависимости от температуры и влажности воздуха), в фекалиях - от нескольких дней до семи месяцев.

Основной механизм передачи инфекции - фекально-оральный, который реализуется преимущественно посредством контактно-бытового пути передачи. Нередко заражение может происходить при употреблении инфицированной воды и пищи, реже – воздушно-капельным механизмом передачи.

**Меры профилактики всех кишечных инфекций вирусной этиологии:**

1. При появлении первых симптомов острой кишечной инфекции необходимо сразу обратиться за медицинской помощью, не заниматься самолечением, которое в таких случаях может лишь временно облегчить самочувствие.

2. Чтобы избежать заражения других членов семьи, дважды в день необходимо проводить влажную уборку комнаты с использованием дезинфицирующих средств согласно инструкции по применению, регулярно проветривать помещение.

3. Посуду и белье больного рекомендуется на час замачивать в растворе дезинфицирующего и моющего средств, после чего тщательно промыть и ополоснуть кипятком.

4. При покупке продуктов обращайте внимание на соблюдение сроков годности, особенно - скоропортящихся продуктов.

5. Овощи и фрукты, употребляемые в сыром виде, необходимо хорошо промывать под горячей проточной водой, желательно с мылом. После промывки - обдать фрукты и овощи кипятком.

6. Содержите кухню в идеальной чистоте. Любая поверхность, используемая для приготовления пищи, должна быть абсолютно чистой. Полотенца для протирания посуды должны меняться каждый день. Ветошь для мытья полов также требует частой стирки.

7. Чаще мойте руки - после прихода домой, до и после посещения туалета, до и после приготовления пищи, перед кормлением ребенка.

**Уважаемые родители!** Не отправляйте больных детей в детские организованные коллективы, это может привести к распространению инфекции и возникновению групповой заболеваемости!

 ***Управление Роспотребнадзора по Амурской области***