

Роспотребнадзор информирует:

### **Профилактика энтеровирусных инфекций**

Летом увеличивается риск возникновения острых кишечных и других инфекций, в том числе – заболеваний энтеровирусной этиологии.

Такой риск связан со снижением внимания к личной гигиене в местах массового скопления людей, с приобретением и употреблением пищи в сомнительных местах, употреблением сырой воды, купанием в местах с необорудованной пляжной территорией.

Энтеровирусные (неполио) инфекции (ЭВИ) представляют собой группу острых инфекционных заболеваний вирусной этиологии, вызываемые различными представителями энтеровирусов.

Столкнуться с энтеровирусом - возбудителем этой инфекции - очень легко, так как он распространен повсеместно, а кроме того он очень устойчив во внешней среде. От энтеровирусных инфекций нет вакцин, а значит нельзя заранее подготовиться к встрече с ними, как например, в случае с ветрянкой, гриппом или гепатитом В.

Энтеровирусы длительное время могут сохраняться в сточных водах, плавательных бассейнах, открытых водоемах, предметах обихода, продуктах питания (молоко, фрукты, овощи).

Источник энтеровирусной инфекции - всегда только человек: больной или носитель возбудителя.

Основные пути передачи – водный и контактно-бытовой, дополнительный путь – воздушно-капельный при развитии у больных симптомов поражения верхних дыхательных путей.

Факторами передачи инфекции могут быть вода, плохо вымытые овощи, фрукты, зелень, грязные руки, игрушки, приготовленный из некачественной воды лед.

Дети болеют энтеровирусной инфекцией чаще и тяжелее, чем взрослые. Взрослые тоже могут заразиться, но болеют они чаще бессимптомно или легкой форме. Инкубационный период составляет в среднем от 1 до 10 дней.

Симптомы энтеровирусной инфекции разнообразны. Это заболевание может протекать в виде герпетической ангины, геморрагического конъюнктивита, афтозного стоматита, высыпаний на коже туловища, конечностей, на лице в области ротовой полости, расстройств пищеварения. Перечисленные симптомы могут сопровождаться подъемом температуры, слабостью, насморком и другими симптомами респираторных заболеваний, головными и мышечными болями. Самая опасная форма энтеровирусной инфекции – серозный вирусный менингит. Основными симптомами менингита являются: сильная, нарастающая с каждым часом головная боль без определенной локализации, внезапные приступы рвоты, не приносящие облегчения, усиление боли и рвоты от яркого света или звука, необычная заторможенность или возбуждение, судороги.

Территориальный отдел управления Роспотребнадзора по Костромской области в Галичском районе напоминает о необходимости своевременного обращения за медицинской помощью в случае появления симптомов инфекционного заболевания и о соблюдении простых профилактических мер для предупреждения заражения:

- соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки с мылом перед едой, во время приготовления пищи, после посещения туалета, после возвращения с улицы;
- использовать для питья только бутилированную или кипяченую воду;
- соблюдать температурные условия хранения пищи, употреблять в пищу продукты с известными сроками хранения;
- не покупать продукт питания в местах несанкционированной торговли;
- тщательно мыть фрукты, ягоды, овощи;
- проводить влажную уборку, чаще проветривать помещения;
- по возможности, избегать контактов с лицами, имеющими признаки инфекционного заболевания;
- при купании в открытых водоемах избегать попадания воды в носоглотку;
- при появлении признаков заболевания (температура, кашель, насморк, боль в горле, сыпь, головная боль, жидкий стул) немедленно обращаться за медицинской помощью в медицинскую организацию.

**Берегите себя и будьте здоровы!**

Специалист-эксперт Ковалева С.В.

*\* Информация подготовлена с использованием материалов сайта федерального проекта «Санитарный Щит страны – безопасность для здоровья» коммуникационной стратегии «Санпросвет» <https://здоровое-питание.рф> и материалов официального сайта ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора*