

Норовирусная инфекция

Норовирусная инфекция - это острая кишечная инфекция, возбудителем которой является норовирус - один из известных разновидностей **кишечных вирусов**.

Норовирусная инфекция проявляется такими симптомами, как:

- тошнота и рвота;
- диарея;
- головная боль;
- лихорадка и озноб.

Основные пути передачи норовируса:

1. Контактно-бытовой (наиболее частый путь передачи);
2. Пищевой;
3. Водный;
4. Воздушно-капельный

Влажная уборка с обычными моющими и спиртосодержащими средствами **не обеспечивает уничтожение норовируса**, который устойчив к высушиванию, замораживанию, нагреванию до 60 градусов. **Погибает он только от хлорсодержащих дезинфицирующих средств.**

После болезни организм вырабатывает иммунитет к вирусу, но **на очень короткий период** (до 8 недель). После этого срока человек может снова заразиться норовирусом и заболеть.

Основные принципы профилактики инфекции:

- Соблюдение правил личной гигиены: тщательно мыть руки перед приемом, раздачей пищи, после посещения туалета, улицы.
- Следить за чистотой рук у детей, научить их соблюдать правила личной гигиены
- Употребление кипяченой или бутилированной воды
- Мытье овощей, фруктов перед употреблением под проточной водой, а для детей - кипяченой.
- Тщательная термическая обработка необходимых продуктов
- Употребление продуктов желательно сразу после приготовления
- Рекомендовано использовать индивидуальное полотенце или белье.
- Выезжая на отдых необходимо брать с собой запас чистой питьевой воды, не употреблять воду из открытых источников
- Купаться только в отведенных для этих целей местах. При купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот.

Главная защита от норовирусной и других кишечных инфекций – это соблюдение правил личной гигиены, а также своевременное обращение за медицинской помощью.