"Норовирусная инфекция и её профилактика"

Норовирусы очень заразны: всего 10-100 частиц вируса достаточно для заражения человека. Первые симптомы заболевания появляются через 24-48 часов после заражения. Это может быть однократная, чаще многократная рвота, понос, сильная тошнота, повышение температуры. Нарушения со стороны пищеварительной системы могут сопровождаться мышечными, головными болями и слабостью. Обычно симптомы проходят сами через 12-72 часа.

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

Пути передачи:

- пищевой (наибольшее значение имеют морепродукты),
- водный (вода, лед)
- контактно-бытовой.

Как и при любой кишечной инфекции, чтобы не заболеть, следует выполнять следующие правила:

- соблюдение личной гигиены (тщательное мытье рук перед едой и приготовлением пищи, после туалета, после возвращения с улицы, смывание фекалий при закрытой крышке унитаза);

- тщательная обработка овощей и фруктов, употребление в пищу термически обработанных продуктов;

- употребление гарантированно безопасной воды и напитков (кипяченая вода, напитки в фабричной упаковке);

- при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадание воды в рот.

ПОМНИТЕ!

Соблюдение правил гигиены позволит избежать дальнейшего распространения инфекции, повторного заражения людей и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!