

## **Соблюдение норм гигиены сохранит здоровье**

Энтеровирусные инфекции – острые инфекционные заболевания, вызываемые кишечными вирусами – отличаются большим разнообразием клинического проявления, нередко связаны с поражением центральной нервной системы, мышц (в том числе миокарда), кожных покровов. Энтеровирусы распространены повсеместно. Человек, в организм которого попал вирус, чаще всего становится вирусоносителем или переносит заболевание в легкой форме, но в 1-3 % случаев исход может быть самым неблагоприятным.

Вирус в основном поражает детей до 10 лет, наиболее подвержены малыши в первые 2 года жизни. Вспышки инфекции чаще всего имеют весеннюю и осеннюю сезонность. В странах умеренного климата характерное повышение заболеваемости приходится на середину лета и начало осени.

Источником инфекции является больной человек или вирусоноситель. Вирус выделяется из носоглотки или с фекалиями. Заражение происходит контактно-бытовым, пищевым и водными путями. В окружающей среде вирус сохраняет свои патогенные свойства несколько дней, поэтому для инфицирования необязателен непосредственный контакт.

Начинается заболевание остро – с повышения температуры до 38-39 градусов, которая держится от 3 до 5 дней, сопровождается головной болью, тошнотой, рвотой. Нередко наблюдаются боли в животе и в мышцах, жидкий стул. В некоторых случаях наблюдаются катаральные явления со стороны верхних дыхательных путей: насморк, кашель. На 1-2 день появляется сыпь, преимущественно на руках, ногах, вокруг и в полости рта, высыпания держатся в течение 24-48 часов, иногда до 8 дней, и затем бесследно исчезают. В некоторых случаях первые симптомы появляются через 2-5 дней с момента заболевания (поражается центральная нервная система). Они либо быстро проходят, и выздоровление наступает без последствий, либо

развиваются дальше и тогда возможны серьезные остаточные явления в виде слабости и атрофии мышц конечностей, вплоть до летальных исходов.

Чтобы избежать этого, будьте внимательны к здоровью самого себя и близких вам людей. При появлении первых подозрительных симптомов немедленно обратитесь к своему участковому врачу.

Употребляйте только качественные продукты и воду. Везде и всегда соблюдайте санитарно-гигиенические требования.