**Меры профилактики ротавирусной и норовирусной инфекции**

Диарея, рвота, слабость и высокая температура чаще всего ассоциируются с пищевым отравлением, поэтому лечение обычно сводится к приему антибактериальных препаратов. В такой ситуации многие и не подозревает, что с такими симптомами могут протекать ротавирусная и норовирусная инфекции.

Ротавирусная и норовирусная инфекция – антропонозные высоко контагиозные острые кишечные инфекционные заболевания. Ротавирусной инфекцией чаще болеют дети младшего возраста. Инфицирование ротавирусом подростков и взрослых, как правило, сопровождается легким заболеванием или бессимптомным вирусоносительством.

Норовирусной инфекцией чаще болеют дети более старшего возраста, в том числе подростки.

Для заболеваемости ротавирусным и норовирусным гастроэнтеритом характерна сезонность – преимущественно зимне-весенний период (декабрь-апрель), поэтому в это время года надо серьёзнее относиться к её профилактике, особенно в семьях с маленькими детьми.

Источником данных вирусных инфекций могут быть больные дети, подростки и взрослые, а также бессимптомные вирусоносители. Основные пути передачи вирусов: пищевой (через загрязненные продукты питания), водный и контактно-бытовой (через загрязненные поверхности и предметы, в т.ч. игрушки). Возможна также передача воздушно-капельным путём (при тесном контакте с инфицированным), чаще реализуется в закрытых коллективах (организованные детские коллективы) и семейных очагах.

Инкубационный период в среднем составляет 1-2 дня. Для [ротавирусной инфекции](http://neoglavnom.com/na-zdorovje/zabolevaniya-i-lechenie/rotavirusnaya-infektsiya-lechenie-i-simptomyi/) характерно острое начало с диареей и температурой, также может иметь место рвота. Дополнительными симптомами являются: боли в верхней части живота, тошнота, жжение в районе желудка, привкус горечи во рту, слабость, обильное потоотделение. Также могут наблюдаться симптомы острого респираторного заболевания.

Норовирусная инфекция в свою очередь начинает проявлять себя со рвоты, при этом больше никаких симптомов нет, температура может не повышаться, поэтому большинство людей списывают рвоту на отравление пищевыми продуктами. Норовирусная инфекция также может сопровождаться диареей, болями в верхней части живота, головными болями, ознобом.

Возможны случаи сочетанного заболевания ротавирусным и норовирусным гастроэнтеритом.

Вирусы высоко контагиозны и обладает высокой устойчивостью к средствам бытовой химии, чрезвычайно стабильны в окружающей среде.

Основными мерами профилактики ротавирусной и норовирусной инфекции являются:

⎯ использование бутилированной или кипяченной воды для питья;

⎯ соблюдение правил личной гигиены, в частности мытье рук перед едой, после посещения туалета, перед приготовлением пищи, после посещения общественных мест;

⎯ обязательно мыть овощи и фрукты. После мытья под водопроводной водой желательно ошпаривать кипятком;

В период подъема заболеваемости (декабрь-апрель), в семьях с маленькими детьми необходимо соблюдать следующие меры профилактики:

⎯ использовать кипячёную воду не только для питья, но и для мытья посуды и купания младенцев;

— стерилизовать посуду, соски для детей до полутора лет;

— ежедневно мыть игрушки с мылом, выбрать те, которые можно после мытья обработать кипятком;

— ограничить посещения с ребёнком общественных мест, в том числе и поликлиник в день здорового ребёнка;

⎯ если у ребенка имеются признаки заболевания, нужно немедленно обратиться к врачу. Детские организованные коллективы с признаками заболевания посещать запрещено.

В Российской Федерации зарегистрирована единственная вакцина против ротавирусной инфекции – РотаТек. Исходя из инструкции рекомендуется вводить 3 дозы препарата с интервалом между введениями от 4 до 10 недель. Первая доза вводится в возрасте от 6 до 12 недель. Все три дозы рекомендуется ввести до достижения ребенком возраста 32 недель. Против норовирусной инфекции в настоящее время вакцины не разработано.