

# Норовирусная инфекция и ее профилактика

Сегодня все чаще и чаще дети и взрослые заболевают кишечными инфекциями. Одной из частых причин этих инфекций являются вирусы.

Существует несколько разновидностей вирусов, которые способны вызывать у человека кишечную инфекцию. Одним из таких вирусов является нововирус. Норовирусы вместе с ротавирусами являются основной причиной развития кишечных инфекций у детей. Изначально норовирусы и ротавирусы вообще не различали и всем ставили диагноз - ротавирусная инфекция, тем более, что проявления обоих вирусных инфекций схожи.

Впервые норовирус был выделен в 1972 году в городе Норволк, штат Огайо, США, в связи с чем сначала назывался Норволк-вирусом.

Норовирусы очень заразны: всего 10-100 частиц вируса достаточно для заражения человека. Поэтому попадание этого вируса в детский коллектив очень часто ведет к быстрому распространению кишечной инфекции среди детей.

На территории Ямало-Ненецкого автономного округа до 2012 года регистрировалась в основном спорадическая заболеваемость норовирусной инфекцией. В округе за истекший период 2012 г. уже зарегистрировано 2 групповых заболевания норовирусной инфекцией с общим числом пострадавших более 50 человек.

## Основные пути передачи норовируса:

- пищевой, т.е. человек может заразиться, например, употребив в пищу немытые фрукты или овощи;
- водный, когда человек заражается, выпив некоторое количество жидкости, содержащей вирус;
- контактно-бытовой, когда вирус попадает в организм через немытые руки, предметы обихода, посуду и т.д. Чаще всего передача вируса происходит от больного человека через предметы обихода здоровому человеку. Люди, инфицированные вирусом, способны заразить окружающих во время разгара заболевания и в течение следующих 48 часов. В некоторых случаях вирусы могут выводиться из организма в течение 2х недель после начала заболевания.

## Симптомы норовирусной инфекции

Первые симптомы заболевания появляются через 24-48 ч. после заражения. Это может быть однократная, но чаще многократная рвота, понос, сильная тошнота, повышение температуры. Норовирус чаще всего вызывает диарею и сильную рвоту, но иногда может быть и только рвота. Нарушения со стороны пищеварительной системы могут сопровождаться мышечными, головными болями и слабостью. Обычно симптомы норовирусной инфекции 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.

## Диагностика норовирусной инфекции

В данном случае определение типа вируса, вызвавшего кишечную инфекцию, не имеет большого значения, т.к. лечение подобных заболеваний обычно проводят однотипно. Но, если возникла необходимость в этом, то можно сдать кровь для определения норовируса методом ПЦР или ИФА.

Лечение норовирусной инфекции зависит от особенностей протекания заболевания, и, в основном, включает в себя восполнение в организме воды и электролитов. Для этого рекомендуется частое дробное питье растворов, восстанавливающих водно-минеральный обмен. Наиболее эффективны глюкосалан и регидрон, а также хумана электролит, в которых соотношение глюкозы, солей натрия и калия обеспечивает оптимальное всасывание их из кишечника в кровь. Эти растворы следует чередовать с питьем зеленого чая, настоя ромашки, минеральной воды (уже без газа) и других жидкостей. Объем жидкости, который должен выпить больной в первые 6-8 ч болезни, составляет для взрослых людей ориентировочно 80-50 мл на 1 кг массы тела. Возможно одновременное применение таких препаратов как КИП (Комплексный иммуноглобулиновый препарат), но обычно это не влияет на сроки выздоровления.

### Профилактика норовирусной инфекции

На данный момент вакцины от Норовирусов не существует. Несмотря на высокую контагиозность, устойчивость и длительное сохранение жизнеспособности вирусов на контаминированных предметах во внешней среде, **меры профилактики элементарны. 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 попадания воды в рот.

Если в доме уже есть заболевший, то необходимо очень внимательно следить за гигиеной- защите рук перчатками при уходе за больными, контактах с предметами в окружении больного, тщательному мытью рук мылом и водой, обработке их спиртосодержащими кожными антисептиками.

По меньшей мере, один раз в день необходимо проводить обработку всех поверхностей, с которыми контактировал заражённый человек: корпус кровати, прикроватные столики, санузлы, ручки и т.д. Учитывая высокую жизнестойкость вируса, уборку лучше проводить с хлорсодержащими дезинфицирующими средствами.

Посуду, моющиеся предметы, которыми пользовался инфицированный больной, а также игрушки (если заболел ребёнок) необходимо кипятить.

Все вещи, которые были запачканы рвотными массами, необходимо сразу стирать при температуре не менее 60°.

Подобное соблюдение правил гигиены позволит избежать дальнейшего распространения инфекции и повторного заражения людей.

### Норовирус и дети

Как известно, маленькие дети то и дело тянут в рот разные предметы. Хорошо, если это происходит дома, и это чистые игрушки. Но бывает, что такое происходит на улице, на детской площадке и в других местах, где никто не поручится Вам за чистоту предмета, взятого в рот. Именно поэтому у детей часто возникают кишечные инфекции. Кроме того, дети часто бывают объединены в детские коллективы (детский сад, школа, кружок, детский лагерь и т.д.), где довольно быстро может произойти распространение любой инфекции.

### Так что же делать родителям?

Здесь можно посоветовать только одно - приучать ребенка соблюдать гигиену - мыть руки, не брать с пола еду, не брать в рот что-то, что валялось на улице и т.д. Конечно, это не обезопасит ребенка от кишечной инфекции, но все равно несколько снизит риск ее возникновения.

Если же ребенок уже заразился норовирусной инфекцией, то Вам необходимо очень внимательно следить за его состоянием, особенно, если это совсем маленький ребенок. Норовирусная инфекция может вызывать у детей многократную рвоту. Но, в отличие от взрослых, у детей обезвоживание организма происходит намного быстрее. В такой ситуации сильное обезвоживание может привести к гибели ребенка. Поэтому в такой ситуации необходимо как можно скорее начать отпаивание ребенка. Для этого применяется дробное питье. Ребенку дается жидкость по чайной ложке с интервалом примерно в 15 минут, что дает возможность жидкости всосаться. Предпочтительнее всего глюкосалан, регидрон или хумана электролит, если этого нет, то можно давать минеральную воду (предварительно выпустив газ). Объем жидкости, который должен выпить ребенок в первые 6-8 ч болезни, составляет ориентировочно для грудных детей 100 мл на 1 кг массы тела, а для детей старше 1 года - соответственно 80-50 мл на 1 кг массы тела.

Если же из-за постоянной рвоты Вам не удастся поить ребенка или Вы видите, что ребенку становится хуже, то Вам нужно срочно звонить в скорую и ехать в больницу, где ребенку смогут провести необходимую инфузионную терапию.

### **ПОМНИТЕ!**

Что главная защита от норовирусной инфекции и других кишечных инфекций, вызванные вирусами - это не только меры личной гигиенической профилактики, но и своевременное обращение за медицинской помощью в лечебно-профилактические учреждения, тем более, если это затрагивает ДЕТЕЙ!

**Выполнение этих несложных советов поможет избежать заболевание острой кишечной инфекцией и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!**

## Ротавирусная инфекция у детей: признаки и лечение

Что это такое? Ротавирусная инфекция - заболевание, при котором происходит воспаление верхних дыхательных путей, а также желудка и кишечника. Вызывается патология Ротавирусом из рода Rotavirus, который является очень контагиозным. Болеют в основном дети от полугода до 5 лет; часто регистрируются вспышки этой кишечной инфекции в детских коллективах и в семье. Взрослые заражаются, ухаживая за больным ротавирусной инфекцией ребенком, у них болезнь почти во всех случаях протекает в разы легче. Признаки и лечение ротавируса мы рассмотрим в этой статье. Как можно заразиться? Источник инфекции – больной человек, реже – вирусоноситель. Заражать может и взрослый человек, который переносит стертую форму заболевания и не подозревает о нем. Заразный период начинается с момента появления первых признаков ротавирусной инфекции у детей до момента полного выздоровления, что должно определяться отрицательным рота-тестом (так как существует «вторая волна» заболевания). На 3-5 сутки болезни больной – особо заразен: он выделяет максимальное количество вирусов с калом. Основной путь передачи ротавирусной инфекции – через грязные руки, ручки дверей, предметы обстановки, игрушки, немытые продукты, куда вирус мог попасть как из кала, так и из отделяемого носоглотки (сопли, слюна) больного. Прямая передача воздушно-капельным путем (при кашле, разговоре, поцелуях и чихании) до сих пор оспаривается учеными. Достаточно легко можно заразиться и через пищевые продукты, особенно молочные и кисломолочные, в приготовлении которых участвовал больной или вирусоноситель: вирус длительное время сохраняется вместе с продуктом в холодильнике, а при 100°С такая пища не обрабатывается. Питье некипяченой воды, если в нее попал ротавирус, тоже может спровоцировать развитие болезни: хлор на вирусную частицу не действует. Читайте также, признаки аденовирусной и энтеровирусной инфекции.

**Симптомы ротавирусной инфекции у детей**

Ротавирусная инфекция у детей: признаки и лечение

Если ребенок проконтактировал с другим малышом, у которого имелись признаки воспаления верхних дыхательных путей (насморк, кашель, чихание), вызванное ротавирусом, то заболевание разовьется через 12-96 часов. Существует несколько сценариев начала развития ротавирусной инфекции: 1-й вариант начинается с проявления у ребенка катаральных симптомов: першения в горле, насморка, сухого кашля, конъюнктивита. Температура обычно не повышается. Признаки воспалительного процесса в желудочно-кишечном тракте развиваются после. 2-й вариант начинается именно с симптомов, указывающих на то, что произошло воспаление ЖКТ. 3-й вариант наблюдается обычно у маленьких детей, у которых на первый план выходит интоксикация: ребенок вялый, сонливый (может быть возбужденным, плакать), отказывается от еды, поджимает ножки к животу. Только потом развиваются симптомы кишечной инфекции, которые и дают возможность правильно диагностировать заболевание. Симптомы воспаления ЖКТ при ротавирусной инфекции следующие: 1) Рвота. С нее в большинстве случаев все и начинается. Она может быть 2-3 раза, может быть чаще. Ребенок становится вялым, и все попытки выпить его водой заканчиваются рвотой. 2) Жидкий стул: он может быть желтым, может быть темно-коричневым, с неприятным запахом. При чистой ротавирусной инфекции в нем нет крови или зелени, слизь может быть. Частота стула – разная. У одних детей наблюдается 5-10-кратный стул,

другие же ходят в туалет на 1-2 раза чаще обычного. Понос наблюдается в течение 3-5 суток, затем этот симптом (при соблюдении адекватной диеты) исчезает. 3) Отсутствие аппетита, вялость, сонливость возникают вследствие того, что ротавирус вызывает сильную интоксикацию. В сочетании с ацетонемическим состоянием (о нем мы поговорим позже), которое развивается у 70% больных детей, родители замечают, что ребенок «лежит пластом». 4) Повышение температуры до разных цифр. Для этой инфекции характерна «упорная» высокая температура, которая плохо снижается жаропонижающими средствами, и является вторым (после рвоты и поноса) поводом для беспокойства родителей. 5) Боль в животе, обычно в области пупка, которая носит спастический характер, уменьшаясь после дефекации и приема спазмолитиков («Риабал», «Но-шпа»). На 4-7-е сутки обычно наблюдается полное выздоровление ребенка, но имеется вероятность и «второй волны» инфекции, когда основные симптомы – лихорадка, рвота, понос и ацетонурия – возвращаются, будучи выраженными меньше или так же, как и в первый раз. Поэтому до получения отрицательного результата кала не стоит спешно покидать лечебное учреждение.

Ротавирусная инфекция у взрослых: симптомы  
Ротавирусная инфекция у детей: признаки и лечение

У взрослых эта инфекция в 90% случаев протекает бессимптомно или признаки ротавирусной инфекции не выражены. Так, могут развиваться: кратковременное повышение температуры; жидкий стул несколько раз (менее 5) 1-2 дня; общая слабость; рвота – однократная или отсутствует; снижение аппетита; катаральные симптомы могут быть незначительными или отсутствовать вовсе. Несмотря на все такие неубедительные симптомы, человек является заразным для окружающих, и представляет серьезную опасность для детей. Обычно остальные члены семьи начинают заболевать в течение последующих 3-5 суток. Смотрите также, как лечить кишечный грипп у взрослых.

### Меры профилактики

Неспецифическая профилактика заключается в соблюдении гигиенических мероприятий, а также, в случае если кто-то из членов семьи уже заболел, обработка его посуды (кипячение в воде с содой), туалетной комнаты. Ребенка к такому взрослому не допускают около недели, или тщательно моют его руки, а взрослому надевают маску. Разработаны также вакцины от этого заболевания, которые не входят в обязательный список прививок, и эффективны для детей до 2 лет. В качестве экстренной профилактики (если уже состоялся контакт с больным ротавирусной инфекцией человеком) вакцины не используются.