**Энтеровирусные инфекции. Советы родителям**

 **Энтеровирусные инфекции** (ЭВИ) представляют собой **группу** **инфекционных** **заболеваний**, развивающихся при поражении человека вирусами, характеризующихся многообразием клинических проявлений. **Источником инфекции** является человек: больной или носитель вируса. Инкубационный (скрытый, без симптомный) период составляет в среднем от 1 до 10 дней, максимальный до 21 дня. ЭВИ характеризуются очень быстрым распространением заболевания среди здоровых людей.
 Возможные **пути передачи** инфекции: воздушно-капельный, контактно-бытовой, пищевой и водный. ЭВИ характеризуются **разнообразием клинических проявлений** и множественными поражениями органов и систем: серозный менингит, геморрагический конъюнктивит, увеит, синдром острого вялого паралича (ОВП), заболевания с острым респираторным синдромом, тонзиллитом, **сыпью** и другие.

 Наибольшую опасность представляют **тяжелые** клинические формы **с поражением** **нервной системы**. Заболевание начинается остро, с подъема температуры тела до 39 — 40 градусов. Появляется сильная головная боль, головокружение, рвота, иногда боли в животе, спине, судорожный синдром, изъязвления на слизистых в полости рта, высыпания на лице, конечностях, возможны катаральные проявления со стороны ротоглотки, верхних дыхательных путей, расстройство желудочно-кишечного тракта.

Заболеваемость энтеровирусными инфекциями имеет выраженную

весенне-осеннюю сезонность, то есть выпадает на период отпусков.

**Чтобы свести риск заражения энтеровирусной инфекцией до минимума, следует придерживаться правил:**

* Соблюдать элементарные правила личной гигиены, мыть руки перед едой, после туалета, перед приготовлением пищи.
* Тщательно мыть фрукты и овощи водой гарантированного качества.
* Не купаться в неустановленных (не отведенных для этих целей) местах. При купании в открытых водоемах не допускать попадания воды в рот. Помнить, что это наиболее вероятная возможность заразиться.
* Оберегать детей от купания в фонтанах, надувных бассейнах (модулях) общего пользования, используемых в игровых аттракционах.
* Употреблять для питья только кипяченую или бутилированную воду и напитки в производственной расфасовке. Избегать использования для питья воды из случайных водоисточников — колодцев, фонтанов, ключей, озер, рек и т. д.
* Не реже одного раза в день, а если в семье имеются дети до 3 лет, то два раза в день, мыть игрушки с применением моющих средств.
* Ни в коем случае не допускать посещения ребенком с любыми проявлениями заболевания организованного детского коллектива (школа, детское дошкольное учреждение). При первых признаках заболевания необходимо немедленно обращаться за медицинской помощью, не заниматься самолечением.

**Особенности профилактики при поездке на море.**

При путешествии на море особое значение профилактика энтеровируса имеет для детей. Взрослые реже заражаются штаммами, которые встречаются в южных регионах. Для предотвращения болезни у ребенка необходимо:

* пить нужно только бутилированную воду и обязательно мыть руки как можно чаще;
* не покупать фрукты и другую еду в лотках, у разносчиков на пляжах;
* необходимо защищать ребенка от перегрева, так как после солнечного удара риск заболеть возрастает;
* пляж посещают до 11 утра или после 15 дня;
* в жаркую погоду не следует покупать какие-либо салаты, готовую рыбу и мясо;
* обязательно принимать душ после купания в море;
* ограничить употребление экзотических фруктов и другой пищи;
* желательно перед поездкой посетить врача и выяснить, какие препараты принимают для профилактики заражения.

**Заведующая отделением профилактики**

**инфекционных и паразитарных**

**заболеваний ДПО №12**

**СПБ ГБУЗ ГП №37**

**Черногорцева И.А.**