

Профилактика ротавирусной инфекции

В зимне-весенний период традиционно отмечается сезонный подъем заболеваемости кишечной вирусной инфекцией, вызываемой **ротавирусами**.

Инкубационный период инфекции - 1-5 дней. Ротавирус поражает как детей, так и взрослых, но у взрослого человека, в отличие от ребенка, заболевание протекает в более легкой форме. Больной становится заразным с первыми симптомами ротавируса и остается заразным до конца проявления признаков заболевания (5-7 дней). Через 5-7 дней наступает выздоровление, организм вырабатывает стойкий иммунитет к ротавирусу и повторное заражение происходит очень редко. У взрослых с низким уровнем антител симптомы заболевания могут повториться.

Пути передачи ротавирусной инфекции

Путь передачи ротавируса в основном пищевой (через немытые продукты, грязные руки). Заразиться ротавирусной инфекцией можно самыми разными путями, например, через инфицированные продукты питания, прежде всего молочные (из-за специфики их производства). Ротавирусы прекрасно себя чувствуют в холодильнике и могут жить там много дней, хлорирование воды их не убивает. У детей в возрасте от 1 года и старше ротавирус может появиться при посещении яслей, детских садов и школ, так как в новой обстановке иные вирусы и микробы, чем в домашней обстановке или в коллективе, где ребенок находился долгое время.

Можно отнести эту инфекцию и к «болезням грязных рук». Кроме того, поскольку ротавирусы вызывают воспаления и дыхательных путей, они, подобно вирусам гриппа, распространяются капельным способом - например, при чихании.

Вирус проникает в слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта. В основном поражается слизистая тонкой кишки. Ротавирусная инфекция поражает желудочно-кишечный тракт, вызывая энтерит (воспаление слизистой оболочки кишечника), отсюда и характерные симптомы ротавируса.

Симптомы ротавирусной инфекции у детей

Выделяется инкубационный период (1-5 суток), острый период (3-7 суток, при тяжёлом течении болезни - более 7 суток) и период восстановления после болезни (4-5 суток).

Для ротавирусной инфекции характерно острое начало - рвота, резкое повышение температуры, возможен понос, зачастую и очень узнаваемый стул - в первый день жидкий желтый, на второй, третий день серо-жёлтый и глинообразный. У большинства заболевших появляются насморк, покраснения в горле, они испытывают боли при глотании. В острый период отсутствует аппетит, наблюдается состояние упадка сил. Многолетние наблюдения показали, что наиболее крупные вспышки заболевания возникают во время или в канун эпидемии гриппа, за что оно получило неофициальное название - «кишечный грипп». Кал и моча очень сходны по признакам с симптомами гепатита (светлый кал, темная моча, иногда с хлопьями крови).

Часто ротавирусная инфекция у ребенка проявляет себя следующими симптомами и признаками по порядку: ребенок просыпается вялым, капризным, его тошнит уже с утра, возможна рвота даже на голодный желудок. Возможна рвота со слизью. Аппетит снижен,

после еды неоднократно рвет с кусочками непереваренной пищи, рвота начинается и после питья жидкости в количестве более 50 мл. Начинает повышаться температура и к вечеру термометр может показать уже более 39⁰С. При заражении ротавирусной инфекцией температура стойко повышена и "сбить" ее трудно, держаться повышенная температура может до 5 дней. К симптомам присоединяется жидкий стул, чаще желтого цвета с неприятным запахом, при этом может болеть живот. У малышей, которые еще не могут объяснить, что у них что-то болит, признаком болей является плач и урчание в животе. Ребенок становится плаксивым и раздражительным, худеет "на глазах", со второго дня заболевания появляется сонливость. При правильном лечении все симптомы ротавирусной инфекции проходят через 5-7 дней и наступает полное выздоровление, жидкий стул может держаться немного дольше.

Интенсивность проявления симптомов ротавирусной инфекции, тяжесть и длительность заболевания различны. Симптомы ротавируса очень похожи на признаки других, более тяжелых заболеваний, например отравления, холеры или сальмонеллеза, поэтому в случае повышения температуры у ребенка, появления тошноты и/или жидкого стула немедленно вызовите на дом врача. При болях в животе вызовите скорую помощь, до прихода врача обезболивающие препараты ребенку не давать!

Симптомы ротавирусной инфекции у взрослых

Взрослые также болеют ротавирусом, но некоторые могут принять его симптомы за обычное временное расстройство пищеварения (говорят, "что-то не то съел"). Тошнота и рвота обычно не беспокоят, может быть общая слабость, снижение аппетита, повышение температуры и жидкий стул, но не длительное время. Ротавирусная инфекция у взрослых часто протекает бессимптомно. Несмотря на стертость симптомов, больной остается заразным все это время. Более легкое протекание ротавирусной инфекции у взрослых объясняется не только более сильным иммунитетом, но и большей приспособленностью желудочно-кишечного тракта к такого рода встряскам. Обычно если в семье или в коллективе есть инфицированный, то в течение 3-5 суток поочередно начинают заболевать и остальные. Предотвратить заражение от носителя инфекции возможно только в случае активной иммунной системы.

Лечение ротавирусной инфекции у взрослых и детей

Препаратов, убивающих ротавирус, не существует, поэтому лечение ротавирусной инфекции симптоматическое и направлено на нормализацию водно-солевого баланса, нарушенного при рвоте и поносе и на предотвращение развития вторичной бактериальной инфекции. Основной целью лечения является борьба с результатами воздействия инфекции на организм: дегидратацией, токсикозом и связанными с ними нарушениями сердечно-сосудистой и мочевыделительной систем.

При появлении симптомов желудочно-кишечного расстройства ни в коем случае не употреблять молоко и молочные, даже кисло-молочные продукты, в том числе кефир и творог - это отличная среда для роста бактерий.

Если аппетит у ребенка снижен или отсутствует, заставлять ребенка кушать не следует, дайте ему выпить немного киселя (домашнего, сваренного из воды, крахмала и варенья), можно попить куриным бульоном. Если ребенок не отказывается от еды, можно покормить его жидкой рисовой кашей на воде без масла (немного подсластить). Главное правило - давать еду или питье маленькими порциями с перерывом, чтобы предотвратить рвотный рефлекс. В дни с сильной рвотой или поносом нужно восполнить объем жидкости и солей, вымытых с жидким стулом и рвотными массами.

Температуру ниже 38°C сбивать не следует, если больной ее переносит удовлетворительно. Сбить температуру выше 38°C помогают влажные обтирания слабым водочным раствором - обтирать нужно все тело ребенка целиком, не допуская перепада температуры между участками тела, после обтирания надеть на ноги тонкие носочки. Ребенка с высокой температурой не кутать.

Необходимо не допускать контакта со здоровыми людьми во время заболевания ротавирусом, чтобы не заразить их.

Осложнения ротавирусной инфекции

При правильном лечении ротавирусная инфекция протекает без осложнений. Если не поить ребенка с рвотой и поносом часто, особенно это касается детей до года, возможно обезвоживание организма вплоть до летального исхода. Если не принять меры, возможно присоединение бактериальной кишечной инфекции и болезнь будет протекать еще более тяжело. Обязательно следите за температурой тела ребенка, длительное повышение температуры выше 39°C ведет к отмиранию клеток, в первую очередь, клеток головного мозга.

Летальный исход наблюдается в 2-3 % случаев, в основном среди детей с ослабленным здоровьем. После выздоровления перенесенная ротавирусная инфекция не влечет никаких долговременных последствий и прогноз благоприятный.

Профилактика ротавирусной инфекции

Профилактика заключается в соблюдении санитарно-гигиенических норм (мытьё рук, использование для питья только кипячёной воды).