*Профилактика ЭВИ*

**Энтеровирусные инфекции**

**Энтеровирусные инфекции человека**- болезни, вызываемые кишечными вирусами (энтеровирусами), носящими название Коксаки и Экхо. Инфекции, вызываемые ими, распространены повсеместно и регистрируются в течение всего года. Наибольшее число случаев заболеваний регистрируется с июня по октябрь. Известно более 70 типов этих вирусов. Часть из них не вызывает заболеваний у человека.

**Что представляют собой энтеровирусные инфекции?**

**Энтеровирусы**в большинстве случаев вызывают скрытую инфекцию или слабовыраженные симптомы различных заболеваний. Однако они могут проявляться в виде серозных менингитов, эпидемических миалгий (болей в мышцах), миокардитов, герпетических ангин, эпидемических геморрагических конъюнктивитов, респираторных и желудочно-кишечных расстройств, а также лихорадочных заболеваний. Заболевание протекает, как правило, без осложнений, заканчивается выздоровлением.

От начала заражения до первых клинических проявлений проходит от 2 до 10 суток, чаще 2-5 дней.

**Несмотря на разнообразие клинических вариантов инфекции, имеются общие для всех проявления болезни.**

Заболевание начинается остро, с внезапного подъема температуры тела до 38-40°С, головной боли, общей слабости, недомогания, головокружения, нарушения режима сна.

Температура тела держится 3-5 дней, через 2-4 дня не исключены повторные волны подъема температуры, тошнота и рвота.

Наиболее частая форма энтеровирусной инфекции - серозный менингит. Особенностями его проявления являются: распирающая головная боль с локализацией в лобно-височной, реже затылочной области и рвота без предварительной тошноты, не связанная с приемом пищи и не приносящая больному облегчения. Необходимость обращения к врачу - очевидна.

Чаще болеют дети, среди них распространено и здоровое вирусоносительство, когда вирус выделяется из носоглотки или кишечника, а ребенок чувствует себя здоровым.

**Пути распространения вируса.**

Вирус выделяется в окружающую среду из носоглотки человека в течение 1 - 2 недель после начала заболевания, из фекалий - в течение нескольких недель и даже месяцев. Для серозного менингита наиболее вероятным является капельный механизм передачи от человека к человеку, но чаще заражение людей происходит путем передачи возбудителей через пищу, воду, предметы, которые окружают человека.

В летний период года – купание в загрязненных вирусами водоемах, употребление немытых овощей и фруктов, питьевой воды не гарантированного качества – являются главными факторами риска.

В отличие от бактерий кишечные вирусы в пищевых прдуктах, воде, на поверхности предметов не размножаются, но долго выживают. Например в воде разных водоисточников они сохраняются до 110 дней, в продуктах до 6 месяцев, на поверхностях до 70 дней. Энтеровирусы могут быть обнаружены в молоке, кефире, твороге в 10-20% случаев, на свежих овощах и фруктах до 80% случаев. Кипячение их убивает мгновенно, при 56°С они гибнут в течение 30 минут. Энтеровирусы теряют активность при воздействии ультрафиолетовых лучей; свободных хлор и озон быстро убивают энтеровирусы.

**Чтобы уберечь себя от заражения, необходимо:**

Соблюдать правила личной гигиены: тщательно мыть руки с мылом перед приготовлением пищи, перед едой. Следить за чистотой рук детей, учить их правилам мытья рук.

Для питья использовать бутилированную или кипяченую воду.

Не купаться в водоемах, где купание не рекомендуется или вообще запрещено.

Фрукты, овощи, ягоды тщательно мыть под проточной водой, затем обдавать кипятком.

Иметь разделочный инвентарь (ножи, разделочные доски) отдельно для  сырых и готовых продуктов, салатов, хлеба.

Посуду, где хранились сырые продукты, тщательно мыть с моющими средствами и ошпаривать.