**Острая кишечная инфекция**

Сюда входят кишечные инфекции, вызванные вирусами (ротавирусная и норовирусная инфекции) и бактериями (брюшной тиф, сальмонеллёз, дизентерия, холера и др.).

Источниками инфекции при вирусных и бактериальных кишечных инфекциях являются люди (с клиническими проявлениями заболевания и носители возбудителя).

Острые кишечные инфекции вирусной этиологии передаются от человека к человеку и имеют разнообразные пути передачи:

·         Водный – при употреблении некипяченой воды, инфицированной вирусами.

·         Контактно – бытовой: возможно заразиться через предметы обихода и грязные руки (возбудители заболеваний могут жить на различных предметах в течение 5-7 дней).

·         Пищевой – при употреблении в пищу инфицированных продуктов.

**Болеют острыми кишечными инфекциями люди любого возраста, но особенно высока заболеваемость детей до 7 лет.**

**Для ротавирусной инфекции** характерна повышенная заболеваемость в зимнее время года, что объясняется лучшим сохранением вируса при низких температурах.

От момента заражения до начала появления клинических симптомов проходит от 1 до 5 дней.  Наиболее часто у заболевших отмечается рвота, которая является многократной, продолжается  до трёх  дней, подъём температуры, понос. У многих детей выявлено сочетание кишечных расстройств с воспалением верхних дыхательных путей  (заложенность носа, гиперемия зева, покашливание).

**Норовирусы** поражают население всех возрастных групп, часто возникают вспышки норовирусного гастроэнтерита среди детей дошкольного и школьного возраста, взрослых и пожилых людей осенью, зимой и весной. Норовирусы обладают высокой устойчивостью по отношению к физическим и химическим воздействиям, могут длительно сохранять инфекционные свойства (до 28 дней и более) на различных видах поверхностей.

Источником инфекции является  больной человек или  бессимптомный носитель вируса. Инкубационный период составляет 12-48 часов, продолжительность заболевания – от 2 до 5 дней. Норовирус очень заразен, достаточно  менее 10 вирусных частиц чтобы вызвать заболевание у здорового взрослого человека.

Факторами передачи норовирусов обычно служат необеззараженные руки пациентов, заражённые поверхности, в учебных заведениях ими часто оказываются ручки дверей, клавиатура и «мышки» компьютеров. Кроме того, вирус может передаться через заражённые лицами с бессимптомной формой заболевания пищевые продукты, не проходящие термическую обработку. Пищевой лёд, бутилированая вода, вода закрытых и открытых водоёмов может служить также причиной заболевания.

**Итак, если Вы заметили у Вашего ребёнка повышение температуры, общую слабость, разбитость, тошноту, рвоту. Малыша беспокоят схваткообразные боли в области живота, появляется жидкий многократный стул – немедленно обращайтесь к врачу.**

**Самолечение недопустимо.** Заболевания кишечными инфекциями особенно тяжело протекает у детей, так как нарушается обмен веществ, поражается нервная система, происходит обезвоживание организма, истощение.

**И конечно, не стоит забывать простые правила:**

* пейте только кипячёную воду;
* тщательно мойте овощи, фрукты, ягоды и зелень! Особенно те, которые могли контактировать с землёй, например клубнику, салат;
* не покупайте продукты в местах несанкционированной торговли – они могут быть с истекшим сроком годности или изготовлены с нарушением санитарных норм и правил;
* не приобретайте для питания овощи и фрукты в разрезанном виде, так как микробы с поверхности легко переносятся и размножаются в сочной мякоти;
* не покупайте продукты с истекшим сроком годности;
* больше внимания уделяйте личной гигиене;
* если кто-либо из членов семьи болен и находится дома, требуется особо строго соблюдать правила личной гигиены: для больного выделить отдельную посуду, бельё. Для уборки мест общего пользования использовать дезинфицирующие средства.
* чаще проводите уборку помещений (необходимо мыть ручки дверей, клавиатуру и «мышку» компьютера, различные виды поверхностей);
* проветривайте помещения.

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