

Информация о возбудителях заболеваний у людей – вакцинация и гигиена защищают!

## Что такое ротавирусы?

Ротавирусы являются одной из самых частых причин заболеваний желудочно-кишечного тракта у детей младшего возраста. Они высоко заразны, поэтому почти все дети в возрасте до 5 лет уже перенесли эту инфекцию. Только в течение первых лет жизни развивается иммунитет к возбудителю, который, однако, не сохраняется на всю жизнь. Поэтому возможно многократное заражение. Случаи заболеваний особо учащаются в период между февралем и апрелем.

## Как передаются ротавирусы?

### *От человека к человеку*

Заражение происходит фекально-оральным путем. Возбудитель выделяется с испражнениями больного. Ротавирусы могут передаваться через мельчайшие следы остатков стула на руках. С рук возбудители попадают в рот, а оттуда - в желудочно-кишечный тракт.

### *Через загрязненные предметы и пищевые продукты*

Возможно также заражение через загрязненные предметы, например, туалеты, совместно используемые полотенца, ручки дверей или смесителей, так как возбудители очень устойчивы во внешней среде. С рук возбудители попадают в рот, а оттуда - в желудочно-кишечный тракт. В редких случаях возможно заражение через загрязненную воду или пищевые продукты, на которых осели возбудители.

В высохшем стуле ротавирусы остаются заразными несколько дней. В воде они выживают даже несколько недель.

## Какие симптомы появляются у больных?

Для ротавирусной инфекции характерен внезапный обильный водянистый стул, рвота и боли в животе. Иногда в стуле наблюдаются примеси слизи. Часто появляется незначительное повышение температуры, а также кашель и насморк. По сравнению с другими заболеваниями, сопровождающимися диареей, заболевание желудочно-кишечного тракта, вызванное ротавирусами, у грудных и маленьких детей протекает тяжелее. В большинстве случаев симптомы сохраняются 2 - 6 дней, а затем исчезают сами по себе. При тяжелых формах болезни больные вследствие рвоты и поноса быстро теряют много жидкости. Следствием чего могут быть головокружения и нарушения сердечно-сосудистой системы. Если не компенсировать потери жидкости, состояние может стать угрожающим жизни.

В отличие от этого, возможно и легкое течение заболевания, при котором больные, тем не менее, выделяют вирусы.

## Сколько длится инкубационный период и как долго больной заразен?

Обычно заболевание начинается через 1-3 дня после заражения. Но возбудители продолжают выделяться еще до 8 дней после исчезновения признаков заболевания. В течение этого времени они могут приводить к заражению. Недоношенные дети и лица с ослабленной иммунной системой могут оставаться заразными гораздо дольше.

## Кто находится под особой угрозой заболевания?

Как правило, заболевают грудные дети и дети младшего возраста (до 2 лет). У них болезнь зачастую протекает тяжелее. Они особо чувствительно реагируют на большие потери жидкости и электролитов. Поэтому грудные дети чаще всего госпитализируются.

Часто заболевают и пожилые лица и лица с ослабленным иммунитетом. В принципе, ротавирусная инфекция может поразить любого. Но у взрослых болезнь протекает легче, часто заболевание протекает вообще без симптомов.

## Что следует соблюдать при заболевании?

- ▶ В острый период соблюдайте постельный режим и, по возможности, избегайте контакта с другими людьми.
- ▶ При заболеваниях, сопровождающихся диареей, очень важно много пить. При тяжелом течении болезни могут потребоваться внутривенные вливания.
- ▶ Особенно чаще поите грудных и маленьких детей, лучше всего небольшими порциями. Например, подходит разбавленный травяной чай. Если потери жидкости слишком велики, то требуется госпитализация. Кормление детей грудью можно продолжать.
- ▶ Для компенсации потерь электролитов может иметь смысл прием т. н. электролитных растворов, которые можно приобрести в аптеке.
- ▶ Больной должен принимать легко усваиваемую пищу с достаточным содержанием солей.
- ▶ Препаратов для специфического лечения ротавирусов не разработано; принимаются лишь меры по смягчению симптомов болезни. Антибиотики бесполезны при лечении заболеваний, вызываемых вирусами. Не рекомендуются также и противодиарейные средства. Иногда они могут даже продлевать течение болезни. Маленькие дети, беременные, пожилые лица и лица с ослабленным иммунитетом должны воспользоваться врачебной помощью, особенно, если понос длится более 2-3 дней и появляется повышенная температура.
- ▶ По возможности, не готовьте еду для членов семьи, если Вы сами больны.

Информация о возбудителях заболеваний у людей – вакцинация и гигиена защищают!

## Что следует соблюдать при заболевании?

- ▶ При обнаружении ротавирусной инфекции действуют положения Закона о защите от инфекционных болезней. Детям младше 6 лет, заболевшим инфекционной рвотой или диареей или у которых имеется подозрение на них, временно запрещается посещать культурно-бытовые учреждения, например, школы или детские сады. Посещение учреждения разрешается не раньше, чем через 2 дня после исчезновения симптомов. Обычно справка от врача не требуется.
- ▶ Больным, которые по роду деятельности связаны с пищевыми продуктами, разрешается выходить на работу не раньше чем через 2 дня после исчезновения симптомов. Когда можно снова приступить к работе, решает лечащий врач или местное управление здравоохранения.
- ▶ Возбудители продолжают выделяться вместе со стулом еще несколько дней после исчезновения признаков заболевания. Поэтому и на этом этапе уделяйте особое внимание гигиене рук и туалета.

## Какие меры защиты можно принять?

### Вакцинация

- ▶ Постоянная комиссия по вакцинации (STIKO) рекомендует оральную вакцинацию против ротавирусной инфекции. Первую вакцинацию следует проводить детям в возрасте 6 недель, вторую – не позднее, чем в возрасте 12 недель. В зависимости от вакцины требуется 2 или 3 частичные вакцинации с минимальным интервалом 4 недели. Полная вакцинация, в зависимости от вакцины, должна быть завершена к возрасту 16 или 22 недель, в крайнем случае не позднее 24 или 32 недель.
- ▶ После введения первой прививки существует незначительный риск внедрения одной части кишечника в просвет другой. В медицине это называется инвагинацией кишечника. По последним данным, на 100 тысяч привитых детей приходится от 1 до 2 случаев инвагинации кишечника. Поскольку риск инвагинации вследствие вакцинации у грудных детей возрастает с каждым месяцем жизни, то вакцинацию следует начать как можно раньше и вовремя завершить. Родители должны сразу же обратиться к врачу, если у ребенка после прививки появились симптомы инвагинации кишечника, например боли в животе, рвота, кровавый стул или пронзительный плач с подтягиванием ног к груди.

### Гигиена рук

Регулярно и тщательно мойте руки с мылом! Мытье рук особенно важно после каждого посещения туалета, перед приготовлением пищи и перед едой, а также после смены подгузников у больных детей.

### Прочие меры гигиены

- ▶ Пользуйтесь только собственными продуктами для ухода и полотенцами. Вешайте их отдельно от других полотенец и одежды.
- ▶ Часто меняйте постельное белье, полотенца и мочалки и стирайте их при температуре не менее 60°C.
- ▶ Тщательно очищайте все поверхности, например, ручки дверей или смесителей, с которыми контактирует больной. Вирус очень устойчив и долго выживает на загрязненных поверхностях или предметах.

### Правильное обращение с продуктами питания

Ротавирусы очень чувствительны к высокой температуре. Они уничтожаются тщательным нагревом до температуры не менее 70°C. В отличие от бактерий, вирусы не размножаются в продуктах питания.

## Где можно получить информацию?

Дальнейшие консультации можно получить в местном управлении здравоохранения. В связи с тем, что заразные заболевания, сопровождающиеся диареей, подлежат действию Закона о защите от инфекционных болезней, у него имеется информация о текущей ситуации и большой опыт в отношении заболевания. Дальнейшую (профессиональную) информацию можно найти на сайте Института им. Роберта Коха ([www.rki.de/rotaviren](http://www.rki.de/rotaviren)). Дальнейшая информация о вакцинации и гигиене приведена на сайте Федерального центра медицинского просвещения ([www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de), [www.impfen-info.de](http://www.impfen-info.de)).



STEMPEL

#### Издатель:

Федеральный центр медицинского просвещения, Кельн.  
Все права сохраняются.

Подготовлено совместно с Федеральным союзом врачей государственной службы здравоохранения, а также по согласованию с Институтом Роберта Коха.

Эту информацию можно бесплатно скачать с сайта [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de).

