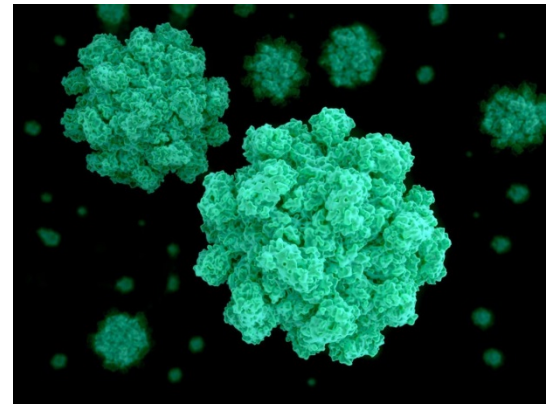


# **ОСТОРОЖНО! НОРОВИРУС!**

**Норовирусная инфекция – это острое инфекционное заболевание, вызываемое норовирусами, которое характеризуется преимущественно поражением желудочно-кишечного тракта.**



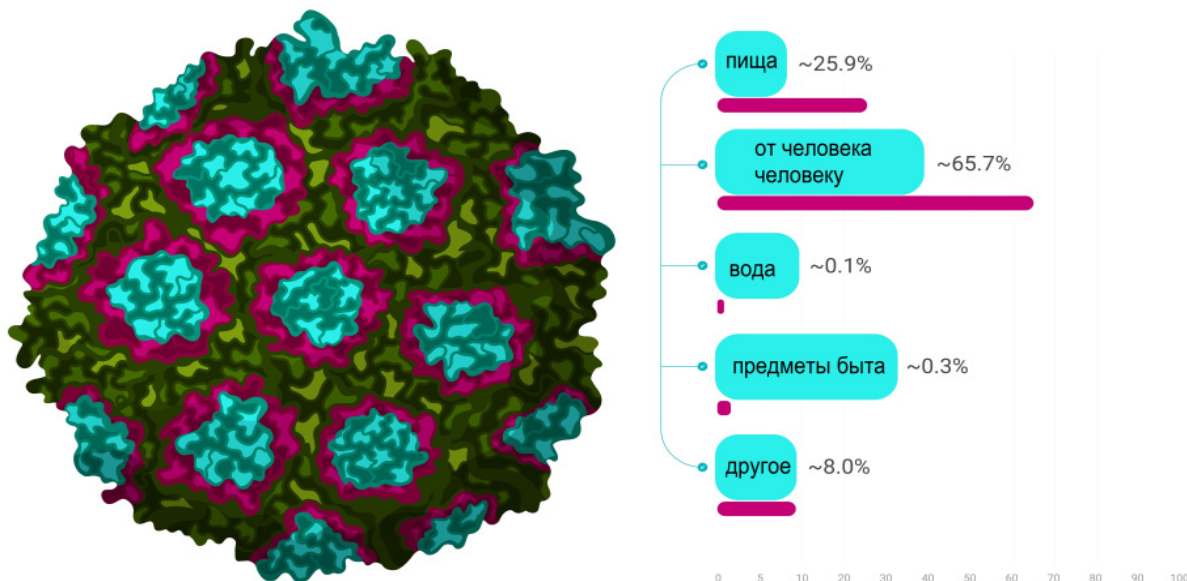
## **Как передается норовирус?**

Норовирус очень заразен: всего 10-100 частиц вируса достаточно для заражения. Вирус выделяется от больного человека с естественными выделениями (рвотные массы, фекалий и др.). Инфицированный человек может заразить окружающих на пике заболевания и в течение следующих 48 часов. Человек может быть заразен в течение нескольких недель (обычно 7-14 дней) после выздоровления, что и обуславливает заражение окружающих и эпидемическую опасность.

Норовирусы способны длительное время (до месяца) сохранять жизнеспособность в окружающей среде. Активны в течение всего года с типичным подъемом заболеваемости в осенне-зимний период. Они обладают высокой контагиозностью (заразностью), легко передаваясь от человека к человеку. Поражают людей всех возрастов, но особенно опасны для детей, пожилых людей и лиц с ослабленным иммунитетом.

**Заражение норовирусной инфекцией возможно в основном пищевым, водным и контактно-бытовым путем передачи.**

### ПУТИ ЗАРАЖЕНИЯ НОРОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ



### Симптомы норовирусной инфекции

Первые симптомы заболевания появляются через 24-48 ч. после заражения. Это может быть однократная, но чаще многократная рвота, понос, сильная тошнота, повышение температуры. Норовирус чаще всего вызывает диарею и сильную рвоту, но иногда может быть и только рвота. Нарушения со стороны пищеварительной системы могут сопровождаться мышечными, головными болями и слабостью. Обычно симптомы норовирусной инфекции проходят сами через 12-72 часа.

После болезни организм вырабатывает иммунитет к вирусу, но на очень короткий период, около 8 недель. После этого срока человек может снова заразиться норовирусом и заболеть.

### Основные меры профилактики:

- соблюдать правила личной гигиены (тщательно мыть руки перед едой и приготовлением пищи, после посещения туалета, после прихода с улицы, после контакта с домашними животными);
- тщательно мыть зелень, ягоды, овощи, фрукты, в том числе, у которых имеется кожура (обдавайте кипятком);
- избегать контакта сырых и готовых пищевых продуктов;
- использовать разделочный инвентарь (ножи, разделочные доски) отдельно для сырых и готовых продуктов;
- соблюдать условия и сроки хранения продуктов;
- при приготовлении пищи обеспечивать достаточную термическую обработку блюд;

- употреблять гарантированно безопасную воду и напитки (кипяченая вода, бутилированная вода);
- при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот.

**При подозрении на любую кишечную инфекцию обязательно обращайтесь к врачу.**