

Защититься от ветрянки можно с помощью вакцины

Вакцинация проводится в рамках национального календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям и в рамках региональных календарей профилактических прививок.

Детей прививают с 12 месяцев перед поступлением в детские дошкольные учреждения.

Среди взрослых вакцинация обязательна для лиц, подлежащих призыву на военную службу.



Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиенического образования населения» Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
г. Москва, 1-й Смоленский пер., д. 9, стр. 1
e-mail: cgon@cgon.ru;
тел.: 8 (499) 241 86 28



Ветряная оспа



Ветряная оспа

острое, чрезвычайно заразное инфекционное заболевание.

Возбудитель

вирус Варицелла Зостер (вирус герпеса человека третьего типа).

Риск заражения

ветряной оспой непривитых и не переболевших людей достигает 90%, причем заразным человек становится еще до появления сыпи.

Путь передачи

воздушно-капельный.

Чтобы заразиться, не обязательно стоять рядом с заболевшим. Достаточно находиться с ним в одном помещении, жить на одной лестничной клетке или зайти в лифт, в котором до этого ехал больной человек.

Привитые люди защищены от тяжелых форм ветряной оспы в 95-100% случаев.

Инкубационный период

от 10 до 21 дня.

Симптомы

повышение температуры, недомогание, головная боль, спустя время появляется характерная пузырьковая сыпь с прозрачным содержимым, которая сопровождается зудом.

Особенности сыпи

Сначала возникает на лице и волосистой части головы, а затем распространяется на туловище и конечности.

В течение нескольких дней элементы сыпи покрываются корочками.



Ветрянкой болеют не только дети!

Чем человек старше, тем тяжелее переносится заболевание.

Осложнения

пневмония, энцефалит, мозжечковая атаксия, менингит, присоединение вторичной бактериальной инфекции кожи.

Лечение ветряной оспы легкого течения симптоматическое.

Вопреки распространенному мнению, ветрянка, даже у детей, может протекать тяжело; осложнения при ней - не редкость.



Экстренная вакцинация в очаге кори

проводится независимо от возраста всем контактным, кто не болел корью, не привит или не имеет сведений о прививках.

Экстренная вакцинация проводится в кратчайшие сроки с момента выявления больного:

- **при близком контакте – в течение 72 часов,**
- **при отдаленном контакте – в течение 7 дней.**

Детям, не привитым против кори, не достигшим прививочного возраста, а также лицам с противопоказаниям к вакцинации, вводится иммуноглобулин человека нормальный не позднее 5-го дня от момента контакта.



Федеральное бюджетное
учреждение
здравоохранения
«Центр гигиенического
образования населения»
Федеральной службы
по надзору в сфере защиты
прав потребителей
и благополучия человека
г. Москва, 1-й Смоленский пер.,
д. 9, стр. 1
e-mail: cgon@cgon.ru;
тел.: 8 (499) 241 86 28



КОРЬ



Корь

очень заразная вирусная инфекция.

Восприимчивость

к кори составляет почти 100%.

Больной становится заразным за несколько дней до появления симптомов.

Источник инфекции

больной корью человек

Путь передачи

воздушно-капельный.
Вирус выделяется с капельками слюны во время чихания и кашля.



Вирус также передается от матери плоду во время беременности.

Симптомы

Заболевание начинается остро – поднимается температура, вплоть до 40*С, появляется кашель, насморк, конъюнктивит.

Характерный симптом кори – пятна Филатова-Коплика на слизистой оболочке щек – белые пятна, окруженные каймой.

Спустя несколько дней на коже появляется пятнисто-папулезная сыпь, которая может сливаться

Сначала сыпь появляется за ушами и на волосистой части головы, далее - на лице, шее и груди. Постепенно сыпь покрывает все туловище сверху вниз.

В течение 3-4 дней сыпь исчезает в той же последовательности, а на ее месте остается пигментация и шелушение.



Осложнения

пневмония, энцефалит, менингит, менингоэнцефалит, полиневрит, отит.

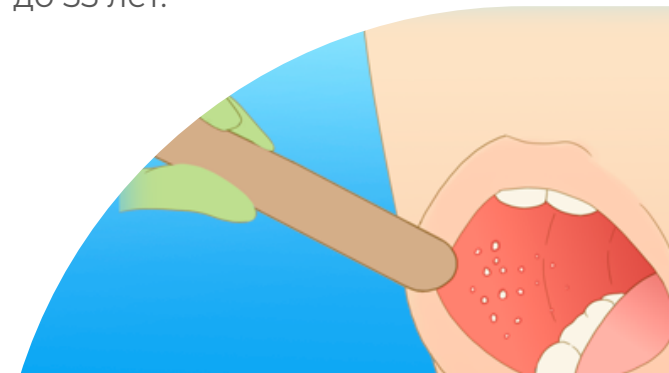
Самая эффективная мера профилактики – вакцинация.

Вакцинация проводится в соответствии с национальным календарем профилактических прививок, утвержденным приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 6 декабря 2021 г. N 1122н.

Детей прививают по схеме: вакцинация – в 12 месяцев, ревакцинация – в 6 лет.

Взрослым, не привитым, не болевшим и привитым однократно, прививки против кори проводят до 35 лет.

Декретированным контингентам – до 55 лет.



ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

Медицинские маски для защиты органов дыхания

используют:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.



ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Компоненты здорового образа жизни



Здоровый образ жизни

повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.



Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции



ПРАВИЛО 1. ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.

Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками.

Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.



ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно - капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1 метра от больных.

Избегайте трогать руками глаза, нос или рот.

Вирус гриппа и коронавирус распространяются этими путями.

Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.



ПРАВИЛО 3. ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу. Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости



**СИМПТОМЫ ГРИППА и
КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ**
высокая температура тела,
озноб, головная боль, слабость,
заложенность носа, кашель,
затрудненное дыхание, боли в
мышцах, конъюнктивит.
В некоторых случаях могут
быть симптомы желудочно-
кишечных расстройств:
тошнота, рвота, диарея.

Лучше всего девочкам, посещающим школу, детский сад, закалывать волосы.

Не нужно обмениваться одеждой, спать на чужом белье, вытираться чужим полотенцем.

Раздеваясь в гостях, не надо класть свой головной убор в общий шкаф, на одну полку, лучше убрать его в пакет или в свою сумку.

Обязательно регулярно мыть голову, расчесывать волосы, менять нательное и постельное бельё.

Простые меры предосторожности снизят вероятность встречи с паразитами, а своевременное лечение быстро избавит от незваных гостей!



Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиенического образования населения» Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
г. Москва, 1-й Смоленский пер., д. 9, стр. 1
e-mail: cgon@cgon.ru;
тел.: 8 (499) 241 86 28



Профилактика педикулёза



Встретиться с вшами можно где угодно: в школе, в метро, в кино.

Чаще заражаются дети; вши легко распространяются в организованных коллективах.

Вши не прыгают, они передаются при тесном контакте, при совместном использовании головных уборов, расчесок, подушек, наушников.

Педикулёз – заразное заболевание, вызываемое вшами.

Вши – насекомые размером от 1 до 5 мм, паразитируют на волосяном покрове человека, питаются кровью.



Вши вызывают зуд, а расчесывание укусов может стать причиной вторичного инфицирования.

Увидеть вшей можно. У оснований волос они откладывают яйца беловатого цвета – гниды, их можно хорошо разглядеть с помощью увеличительного стекла.

Сами вши не уйдут, от них нужно избавиться.

Есть специальные шампуни для уничтожения вшей. Также понадобится частый гребень, чтобы вычесать гнид. Всё это продается в аптеке. Использовать шампунь и другие средства против педикулёза нужно строго в соответствии с инструкцией.

Все расчёски, заколки, резинки нужно тщательно вымыть, а одежду, постельное бельё - постирать при высокой температуре и прогладить горячим утюгом.

Если есть возможность – можно заменить все аксессуары для волос на новые.

У ребёнка должна быть своя расческа, у девочек свои заколки, резинки для волос.

Дети должны знать, что примерять или носить чужие головные уборы негигиенично.



Консультация для
родителей



РОТАВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ



Ротавирусная инфекция - инфекционное заболевание, причиной которого является ротавирус. Другие названия - РИ, ротавироз, ротавирусный гастроэнтерит, кишечный грипп, желудочный грипп. Возбудитель ротавирусной инфекции - вирус из отряда ротавирусов (лат. Rotavirus). 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 ротавироза и остается заразным до конца проявления признаков заболевания (5-7 дней). Как правило, 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.

Как передается ротавирусная инфекция

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. Ротавирусы чувствуют себя спокойно и в святой воде. У детей в возрасте от 1 года и старше ротавироз 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.

Ротавирусная инфекция встречается как спорадически (отдельные случаи заболевания), так и в виде эпидемических вспышек. Характер заболеваемости носит четко выраженный сезонный характер. В России до 93 % случаев заболевания происходит в холодный период года (с ноября по апрель включительно).

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. Кроме того, 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 39 градусов по Цельсию. 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 ротавироза 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 из детской поликлиники. 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 такому 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 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 давать ребенку молоко и молочные, даже кисло-молочные продукты, в том числе кефир и творог - это отличная среда для роста бактерий.

Аппетит у ребенка снижен или отсутствует, заставлять ребенка кушать не следует, дайте ему выпить немного киселя (домашнего, сваренного из воды, крахмала и варенья), можно попоить 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 первую очередь при лечении применяется регидратационная терапия, может назначаться прием сорбентов (активированный уголь). В дни с сильной рвотой или поносом нужно восполнить объем



жидкости и солей, вымытых с жидким стулом и рвотными массами. Для этого 1 пакетик порошка регидрона растворяем в литре воды и даем ребенку пить по 50 мл каждые полчаса, пока вода не закончится. Если ребенок спит и пропускает питье раствора, будить не нужно, подождите, когда проснется, но объем воды более 50 мл не давайте (может вырвать).

Как сбить температуру при ротавирусной инфекции

Ротавирус погибает при температуре тела 38 градусов, поэтому ниже данного уровня температуру сбивать не следует. Для снижения более высокой температуры (а ее порог при ротавирусной инфекции может достигать 39 с лишним градусов) врачи обычно назначают свечи цефекон детям до 3 лет, парацетамол детям более старшего возраста (в соответствующей возрасту дозировке). Свечи от температуры удобны тем, что поставить их можно вне зависимости от того, спит

ребенок или бодрствует. При стойком повышении температуры, когда температура не "сбивается", детям старше года назначают парацетамол с четвертушкой анальгина. Перерыв между таблетками или свечами от температуры, содержащими парацетамол должен быть не менее 2 часов, в случае других препаратов от температуры - от 4 часов и более (см в инструкции), но парацетамол при ротавирусной инфекции наиболее эффективен.

Хорошо помогают сбить температуру влажные обтирания слабым водочным раствором, но есть некоторые правила: обтирать нужно все тело ребенка целиком, не допуская перепада температуры между участками тела, после обтирания одевать на ноги тонкие носочки. Обтирать, если после приема препарата от температуры прошло более получаса, а температура не начала снижаться. Ребенка с высокой температурой не кутать.

При симптомах желудочно-кишечных расстройств с повышенной температурой врачи назначают Энтерофурил (2 раза в день, дозировка по возрасту, пить не менее 5 дней) для профилактики или лечения бактериальной кишечной инфекции. Этот препарат помогает предотвратить затяжное течение поноса. Можно заменить на Энтерол.

При болях в животе с подтвержденным диагнозом ротавирусная инфекция можно дать ребенку но-шпу: 1 мл раствора но-шпы из ампулы дать ребенку в ротик, запивать чаем.

С появлением аппетита для восстановления микрофлоры кишечника и лечения поноса ребенку назначают бактисубтил - 2 раза в сутки по 1 капсуле, растворенной в воде за час до еды 5 дней.

Лечение ротавирусной инфекции у взрослых

Особого лечения не требуется. При выраженных симптомах лечение симптоматическое. Не допускайте контакта с детьми 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 градусов ведет к отмиранию клеток, в первую очередь, клеток головного мозга.

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

Профилактика ротавирусной инфекции

В качестве эффективного средства против ротавируса ВОЗ рекомендует проведение профилактической вакцинации.

Для специфической профилактики ротавируса на настоящий момент существует две вакцины, прошедшие клинические испытания. Обе принимаются орально и содержат ослабленный живой вирус. Ротавирусные вакцины в настоящее время доступны только в Европе и США.

Неспецифическая профилактика заключается в соблюдении санитарно-гигиенических норм: мытьё рук, использование для питья только кипячёной воды.

