

Норовирус Или Норовирусное Заболевание

Уважаемый родитель или опекун!

Этот информационный бюллетень предоставляется вам:

- потому что вы или ваш ребенок могли заразиться норовирусом;
- только в информационных целях.

Общая Информация О Норовирусе

Что такое норовирус?

- Норовирус—это вирус, который заражает желудок и кишечник.
- Иногда его называют расстройством желудка или пищевым отравлением.
- Этот вирус распространяется очень быстро. Вирус вызывает рвоту и диарею. Рвотные и каловые массы зараженных людей содержат миллиарды вирусных частиц, и лишь нескольких достаточно, чтобы заразиться.

Кто может заразиться?

- Заразиться норовирусом может любой человек.
- Норовирус чаще встречается в холодное время года (с поздней осени до ранней весны).

Каковы симптомы?

- Внезапно появившаяся рвота.
- водянистая, не кровавая диарея.
- Спазмы желудка и боли в животе.
- Высокая температура; American Academy of Pediatrics определяет высокую температуру как температуру в 100,4°F (38°C) или выше.
- Озноб.
- Головная боль.
- Боль в мышцах.
- Состояние большинства заболевших людей улучшается в течение 1–3 дней, однако у детей младшего возраста симптомы могут сохраняться до 6 дней.
- Некоторые люди могут быть носителями вируса и передавать его, даже не имея симптомов.

Как передается норовирус?

- Норовирус присутствует в рвотных и каловых массах при диарее.
- Этот вирус распространяется очень легко.
- Заразиться норовирусом можно:
 - употребляя зараженную пищу или напитки;

- касаясь руками рта после контакта с зараженными поверхностями и предметами;
- совместно используя кухонные принадлежности или чашки с человеком, болеющим норовирусом.
- В период с момента появления симптомов и еще в течение нескольких дней после их исчезновения инфицированные люди являются наиболее опасными распространителями вируса.

Как Узнать, Что У Ребенка Норовирус?

Обычно семейный врач может диагностировать норовирус по симптомам.

Если у вас есть дополнительные вопросы или вы обеспокоены тем, что ваш ребенок мог заразиться норовирусом, обратитесь к своему лечащему врачу. Этот информационный бюллетень содержит только общую информацию.

Что Делать, Если У Ребенка Норовирус?

Если у ребенка норовирус, немедленно сообщите об этом воспитателю или персоналу дошкольного учреждения.

Как лечится норовирусная инфекция?

- Не существует специфического лекарства против норовируса, но вы можете облегчить некоторые симптомы данной инфекции.
- Создайте детям комфортные условия, дайте им возможность отдохнуть, убедитесь, что они пьют много жидкости, чтобы предотвратить обезвоживание, и регулярно спрашивайте об их самочувствии.
- Младенцев в возрасте до 3 месяцев с температурой 100,4°F (38°C) или выше должен осматривать врач.
- Поговорите с лечащим врачом своего ребенка, если у вас есть какие-либо опасения по поводу проявившихся у него симптомов. **Если у вашего ребенка проявляются признаки обезвоживания (меньшее количество мокрых подгузников или меньше мочи, чем обычно; ребенок чаще устает, испытывает головокружение, сухость языка или губ; у ребенка выделяется меньше слез), его необходимо немедленно показать врачу.**

Какие действия могут помочь предотвратить распространение норовируса?

- **Регулярно мойте руки**, особенно после пользования туалетом и помощи детям в пользовании им, смены подгузников, а также очистки от рвотных и каловых масс.
 - Мытье рук с мылом эффективно удаляет вирус с поверхности кожи.
 - **Дезинфицирующее средство для рук не эффективно против норовируса.**
- Перед приготовлением, подачей или употреблением пищи:
 - мойте поверхности, используемые для приготовления пищи;

- мойте руки;
- мойте свежие фрукты и сырые овощи;
- готовьте морепродукты с панцирем при температуре как минимум 145°F (62,7°C).
- **Инфицированным людям нельзя готовить пищу для других.**
- Не пользуйтесь одними чашками и столовыми приборами, не делитесь едой и напитками с людьми, у которых диагностирован норовирус.
- Немедленно смените одежду или постельное белье, если на них попала рвотная или каловая масса при диарее. Стирайте эти вещи в горячей (130°F (54,4°C)) воде и сушите их в режиме самой высокой температуры.
- Очищайте и дезинфицируйте бытовые поверхности и игрушки. Внимательно следуйте инструкциям по применению дезинфицирующего средства. После дезинфекции промойте поверхности или предметы, которые используются для приготовления пищи или могут попасть в рот (например, игрушки).
- По возможности смывайте рвотные и каловые массы при диарее в унитаз.

Следует Ли Ребенку Оставаться Дома И Не Посещать Дошкольное Учреждение?

Дети, которые контактировали с инфицированными норовирусом, могут посещать дошкольные учреждения, если у них нет симптомов заражения.

Дети, **имеющие нижеперечисленные симптомы, должны оставаться дома.**

- Диарея 2 раза или более за 24 часа.
- Испражнения (кал), вытекающие из подгузника, или если ребенок, приученный к туалету, не успевает им воспользоваться.
- Кровь или слизь в кале при диарее.
- Рвота 2 раза или более за 24 часа.
- Высокая температура (100,4°F (38°C) или выше), сопровождающаяся другими симптомами норовирусной инфекции.
- Признаки обезвоживания (меньшее количество мокрых подгузников или меньше мочи, чем обычно; ребенок чаще устает, испытывает головокружение, сухость языка или губ; выделение меньшего количества слез). При наличии этих симптомов у детей, их нужно показать семейному врачу.
- Недостаточно хорошее самочувствие, чтобы участвовать в классных занятиях (например, испытывают чрезмерную усталость, раздражительны, капризны или плачут чаще обычного).

Обратите внимание: если в группе вашего дошкольного учреждения произошла вспышка норовируса, местный департамент здравоохранения может потребовать исключения детей после одного эпизода рвоты или диареи с целью предотвращения распространения вируса.

Соблюдайте правила ухода за ребенком во время заболевания, установленные в вашей группе дошкольного учреждения, и следуйте рекомендациям местного департамента здравоохранения.

Справочная Информация

American Academy of Pediatrics

- Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 6th Edition. Pages 151-152

Centers for Disease Control & Prevention

- Norovirus <http://www.cdc.gov/norovirus/>