**Ротовирусная инфекция**

Ротовирусная инфекция- высокозаразное заболевание, которое может передаваться водным, пищевым и контактно-бытовым путями.

 Свойством возбудителей ротавирусной инфекции является их высокая устойчивость. Ротавирус способен длительно выживать вне человеческого организма: в воде, в пищевых продуктах, продуктах, загрязненных выделениями больных. В водопроводной воде он выживает до 60 дней, на овощах, фруктах - до 30 дней, на различных предметах - от 10 до 45 дней. Вирус устойчив к дезинфицирующим средствам, хорошо переносит низкую температуру, замораживание, устойчив к ультрафиолетовому облучению, антибиотикам, химиопрепаратами.

 Распространению ротовирусов способствует очень низкая заражающая доза. Для заражения достаточно попадания в организм 10-100 вирусных частиц.

 Поэтому в бытовых условиях несоблюдения правил личной гигиены - одна из главных причин распространения инфекции. Заражение происходит при уходе за больным и общение с ним через руки. Руками в свою очередь загрязняются посуда, игрушки, белье, а так же пища и вода. На руках вирус может сохраняться не менее 4 часов.

 Наиболее опасный фактор передачи ротовирусной инфекции - вода. Водный путь передачи часто выступает как пусковой механизм, а в дальнейшем идет распространение в коллективах с подключением контактно-бытового пути передачи. В настоящее время участились вспышки, связанные с пищевым путем передачи.

 Источником ротовирусной инфекции является больной человек или ротовирусоноситель. У детей чаще встречаются заболевание с клинически выраженными проявлениями, а взрослые зачастую переносят заболевание в скрытой форме, но, являясь источниками инфекции, поддерживают эпидемический цикл для окружающих.

 В организм здорового человека вирус чаще всего проникает, как и при других острых кишечных инфекциях, через рот (с водой, пищей, с грязных рук) и размножаются в желудочно-кишечном тракте. При заражении заболеванием инкубационный период длится от 12 часов до 7 дней.

 Клинические проявления заболевания: на фоне полного здоровья возникают рвота, часто многократная тошнота, урчание и боли в животе, обильный водянистый пенистый стул желтого или желто-зеленого цвета. Частота и продолжительность диареи зависят от тяжести течения заболевания. Отмечается повышение температуры.

 При возникновении признаков болезни надо обратиться к врачу, т. к. самостоятельное лечение может принести вред, особенно при применении антибиотиков, к которым ротовирус не чувствителен.

**Признаки и лечение ротовирусной инфекции**

Проявление ротавирусной инфекции можно распознать по нескольким признакам:

диарея: поскольку инфекция активно развивается именно в ЖКТ, поражая при этом его слизистую оболочку, то расстройство желудка — обязательное проявление болезни. Жидкий стул может держаться до трех суток, а его интенсивность зависит от индивидуальной переносимости;

потеря аппетита: человек, заболевший ротавирусом, начинает отказываться от еды, мотивируя свои действия отсутствием аппетита, хотя ни рвоты, ни тошноты у больного не отмечается. Чтобы избежать обезвоживания, взрослому назначают частое употребление теплого питья;

повышение температуры: инфекция выражается повышением температуры тела до 38 градусов, но не более. Такое состояние может длится 2-3 дня, после чего температура нормализуется;

озноб, вялость, головная боль, насморк: могут наблюдаться, как дополнительные симптомы.

У детей признаки ротавируса проявляются гораздо резче и интенсивнее. С первых дней заболевания ребенок может испытывать:

повышение температуры до 39 градусов, которая может длится до 5 дней;

тошноту и рвоту, даже если перед этим ребенок ничего не ел;

у детей отмечается жидкий стул с неприятным запахом; потеря аппетита, слабость и упадок сил; урчание в животе, боль в горле и насморк.

Если родители отмечают такие признаки в состоянии своих детей, то первое, что нужно сделать — исключить все кисломолочные продукты из его рациона. Нельзя забывать о том, что инфекция провоцирует рвоту и понос, которые сильно обезвоживают организм. А это может быть опасно для жизни ребенка. Поэтому необходимо обеспечить малышу регулярное питье в небольших объемах или столько, сколько осилит ребенок, дабы не вызвать повторную тошноту или рвоту.

Лечение болезни у детей не имеет определенных методов. Поскольку ротавирусную инфекцию часто путают с отравлением едой, при появлении первых признаков болезни лучше обратиться к специалисту, который даст правильные рекомендации. Следует помнить, что с помощью препаратов полностью инфекция не лечится, сколько их не принимай. А вот навредить малышу — очень даже возможно. Главное в лечении заболевания ротавирусом у детей — восстановить работу желудочно-кишечного тракта. В первое время после болезни детей нельзя кормить тяжелой и жирной пищей: еда должна быть постной. Предпочтение следует отдать таким блюдам, как куриный нежирный бульон или рисовая каша жидкой консистенции, готовить которую следует на воде.

Лечение ротавирусной инфекции у взрослых может выполняться с помощью медикаментов и народных средств. Причем одни медики считают, что лечение должно быть направлено на уменьшение проявления симптомов, а другие убеждены, что нужно бороться именно с вирусом. Сколько дней и какие дозы лекарства принимать, решает только врач.

При остром течение болезни лучше обратиться к медикаментозному методу, поскольку такое лечение будет наиболее эффективным.

Профилактика ротавирусной инфекции заключается в следующем:

необходимо всегда употреблять только качественные продукты питания;

овощи и фрукты, а также цитрусовые, перед употреблением всегда нужно тщательно мыть в проточной воде.

 Логичнее всего будет соблюдать стандартные правила гигиены, и тогда ротавирус не страшен.