Что нужно знать, чтобы не заболеть менингококковой инфекцией

Менингококковая инфекция занимает важное место среди инфекционных заболеваний. Она является одной из самых тяжелых инфекций детского возраста. Наиболее часто заболевают дети до 14 лет, из них преобладают дети первых двух лет жизни, у которых недостаточный иммунитет.

Менингококковая инфекция характеризуется легкостью распространения заболевания, в основном воздушно-капельным путем - при кашле, чихании, разговоре, при достаточно тесном и продолжительном общении. Заражению способствуют скученность, длительное тесное общения на расстоянии ближе 1 метра, нарушения режима влажности и проветривания.

**Коварство этой инфекции** в том, что начальные клинические проявления заболевания напоминают простуду или грипп.

**Опасность заболевания** в том, что оно может развиваться **в считанные часы и даже минуты**, так называемые «молниеносные» формы заболевания, когда спасти больного удается не всегда.

Следует знать, что возбудитель менингококковой инфекции постоянно циркулирует среди различных возрастных групп населения, но наибольшую эпидемическую опасность для окружающих представляют бактерионосители. Считается, что на 1 больного приходится 1200 бактерионосителей.Чаще всего носителями являются взрослые, даже не подозревая об этом, а болеют преимущественно дети. Дети до 5 лет составляют более 70% от всех заболевших. Самые высокие показатели заболеваемости сохраняются у детей до 1 года.

Наиболее распространённой формой инфекции является ***назофарингит***, когда воспаляется задняя стенка глотки, отмечается незначительное повышение температуры тела, головная боль, першение в горле, заложенность носа и насморк. На этом этапе пациентам чаще всего ставится диагноз: острое респираторное заболевание.

Для генерализованных форм менингококковой инфекции характерно острое и бурное начало на фоне полного здоровья. Заболевание начинается внезапно. Например, ребенок ложится спать совершенно здоровым, а ночью он неожиданно становится неспокойным, ощущает мышечную слабость, сильную головную боль, которая не снимается обычными обезболивающими средствами. В течение часа обычно поднимается температура до 39-40°, возникает рвота, не приносящая облегчения больному. Но самый грозный симптом, на который обязательно надо обратить внимание – это сыпь, не исчезающая при надавливании, которая может напоминать потницу или маленькие лопнувшие сосуды.

**Необходимо знать всем**, что при каждом ОРИ и подъеме температуры у ребенка в первые два дня болезни мама должна осматривать через каждые два часа (в т.ч. и ночью) кожные покровы ребенка под одеждой на ягодицах, спинке, груди, в местах локтевых и подколенных сгибов на наличие сыпи. При обнаружении сыпи надо немедленно вызвать врача или скорую помощь.

**Что нужно знать, чтобы не заболеть менингококковой инфекцией:**

- в случае появления первых симптомов, характерных для менингококковой инфекции необходимо***немедленно*** вызвать «скорую помощь» и ***быстро*** доставить больного в больницу;

- чтобы не заболеть и не заразить окружающих, нужно избавляться от хронических заболеваний носоглотки - фарингита, тонзиллита, ларингита;

- при появлении в семье больного назофарингитом необходимо изолировать при возможности его в отдельную комнату, выделить для него отдельную посуду, как можно часто проветривать помещения квартиры (каждый час по 10 минут), использовать маску заболевшим человеком при посещении санитарных комнат;

**-** поскольку возбудитель неустойчив во внешней среде, актуальными являются режимы проветривания, влажной уборки с применением дезинфицирующих средств, использование бактерицидных ламп для обеззараживания воздуха;

 - необходимо соблюдать личную и общественную гигиену при кашле и чихании;

 - рекомендуется больше гулять с ребенком на открытом воздухе, избегать поездок в общественном транспорте;

- для укрепления иммунитета необходимо соблюдать рациональное и сбалансированное питание, обогащенное витаминами и микроэлементами, а также заниматься спортом и закаливанием организма.

Родители должны помнить, что маленьких детей нужно максимально оградить об общения с большим количеством людей. Не рекомендуется ходить с ними на рынки, в магазины, где отмечается скученность людей, в гости, где ребенок тесно контактирует с другими детьми и взрослыми. Уже отмечено, что часто дети заболевают через 4—5 дней после празднования родителями нового года, первого дня рождения ребенка, крестин или других семейных праздников.

Учитывая внезапное начало и тяжесть заболевания менингококковой инфекцией, необходимо при первых его признаках как можно ***раньше*** обратиться за помощью к врачу, от этого будут зависеть результаты успешного лечения и благоприятного исхода заболевания.

В настоящий момент для профилактики менингококковой инфекции можно пройти **вакцинацию** на платной основе в поликлинике по месту жительства. Организована предварительная запись на заявку вакцины. Вакцинация осуществляется детям с 9 месяцев и взрослым.