**Что нужно знать о ротавирусной инфекции?**

Ротавирусная это острое заболевание, вызываемое ротавирусами, которое преимущественно сопровождается поражением желудочно-кишечного тракта. Особенностью ротавирусной инфекции является начало болезни с насморка, покашливания, болей в горле, затем начинается рвота, появляется частый водянистый жидкий стул, повышается температура тела.

Число заболевших ротавирусной инфекцией (РВИ) увеличивается при сырой холодной погоде в канун или во время подъема заболеваемости острыми   респираторными заболеваниями, эпидемии гриппа, за что и получила неофициальное название - кишечный грипп.

**Путь передачи инфекции:**

 – через предметы обихода, посуду, инвентарь, игрушки, грязные руки;

 - инфицированную вирусами: пищу, водопроводную, колодезную, речную воду.

Вирус передается от больного человека к здоровому или от бессимптомного носителя ротавируса, представляющего реальную угрозу для окружающих. На различных объектах внешней среды он сохраняет жизнеспособность до месяца, выживает и при нулевой температуре. Не исключена возможность распространения инфекции и воздушно-капельным путем.

**Кто рискует больше?**

Болеют дети и взрослые, но наибольшему риску заболеваемости ротавирусной инфекцией подвержены дети первых 3-х лет жизни (так как у них ещё недостаточный иммунитет). Хотя болезнь протекает чаще в лёгкой форме, но следует выполнять рекомендации врача по лечению, соблюдению диеты, восстановлению нормальной микрофлоры кишечника и необходимость госпитализации больного решает только врач.

**Каковы меры профилактики и как уберечься от болезни?**

Поскольку любое заболевание легче предупредить, чем с ним бороться, необходимо строго соблюдать правила личной гигиены. Они совсем простые. Так, по возвращению с улицы, перед приёмом пищи, после посещения туалета и при любом загрязнении нужно вымыть руки с мылом.

У детей воспитывайте привычку обязательно мыть руки после туалета и перед едой.

Регулярно проводить влажную уборку и проветривание помещений, особенно там, где есть маленькие дети.

Тщательно мойте игрушки; соски, бутылочки маленьких детей обязательно кипятите.

Не забывать о закаливании, полноценном питании, всё это повышает защитные силы организма.

Фрукты, овощи необходимо мыть под проточной водопроводной водой, а для детей младшего возраста – ополаскивать кипячённой водой или кипятком.

Для питья желательно использовать кипячённую или бутилированную воду.

***Помните!***

 При малейших подобных симптомах заболевания надо быстро вызвать врача. Соблюдение всех мер профилактики позволит сохранить здоровье Вам и Вашим детям.