

## О рекомендациях по профилактике норовирусной инфекции

Роспотребнадзор напоминает, что кишечные инфекции норовирусной этиологии проявляются ярко выраженной симптоматикой (рвота, понос, повышение температуры тела) и характеризуются быстрым течением.

Основным свойством возбудителя – вируса является его высокая контагиозность (заразность). Менее 10 вирусных частиц достаточно, чтобы при попадании в желудочно-кишечный тракт здорового взрослого человека вызвать заболевание. Вирусы могут длительно сохранять инфекционные свойства на различных видах поверхностей. Основным механизмом передачи возбудителя – фекально-оральный, реализуемый контактно-бытовым, пищевым и водным путями передачи.

Наиболее часто острые кишечные инфекции вирусной этиологии передаются через грязную посуду, овощные салаты, приготовленные с нарушением обработки овощей, нарезку готовой продукции (сыр, масло и др.), блюда, связанные с «ручным» приготовлением и не подвергающиеся повторной термической обработке (например, овощные пюре).

Причинами возникновения норовирусной инфекции являются:

- нарушения правил обработки овощей и фруктов, мытья посуды, несоблюдение технологии приготовления блюд, требований личной гигиены поварами и кондитерами.

- попадание в организм человека контаминированной (загрязненной вирусом) воды (вода из-под крана, пищевой лед, вода закрытых и открытых водоемов). Источником загрязнения вод открытых водоемов являются сточные воды, которые могут попасть в водоснабжение в связи с аварией, паводками, обильными осадками.

На поверхности плохо промытых фруктов и овощей могут оставаться возбудители инфекционных болезней, в том числе вирусных инфекций.

Роспотребнадзор рекомендует соблюдать простые правила, которые позволят сохранить здоровье:

- Если вы пользуетесь услугами организаций общественного питания (столовые, кафе, рестораны) старайтесь выбирать проверенные учреждения с организованным обеденным залом и кухней с наличием горячих блюд. При этом, в летний период старайтесь избегать употребления многокомпонентных салатов и блюд, которые могут готовиться «вручную», но не подвергаться повторной термической обработке (овощные пюре, блинчики с начинками и т.д.).

- Всегда мойте руки перед едой.

- Старайтесь не употреблять быструю многокомпонентную пищу (типа шаурмы) для употребления «на ходу».

- Употребляйте только бутилированную или кипяченую воду.

- Во время приготовления пищи в домашних условиях, соблюдайте ряд правил: мойте руки перед началом приготовления пищи и после контакта с сырой продукцией, используйте отдельные разделочные доски и ножи – для «сырого» и «готового», как следует промывайте (с обработкой кипятком) зелень, овощи и фрукты, тщательно мойте посуду с последующей сушкой.

- Дома регулярно проводите чистку санитарных узлов с использованием дезинфицирующих средств, влажную уборку помещений.

· Если вы чувствуете себя не здоровым (особенно при наличии расстройства стула, тошноты, боли в животе) не подвергайте риску заболевания своих близких. Ни в коем случае не занимайтесь приготовлением пищи для семьи и гостей и самолечением, пользуйтесь отдельным полотенцем, дезинфицируйте санитарный узел после каждого посещения туалета. Помните, что только врач может назначить адекватное лечение. При появлении симптомов заболевания немедленно обращайтесь за медицинской помощью.

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НОРОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

### ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ НОРОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ



Нарушения правил обработки овощей и фруктов, мытья посуды, технологии приготовления блюд, требований личной гигиены поварами и кондитерами



Контаминированная вода (загрязненная вирусом), которая попала в организм человека. Например, вода из-под крана, пищевой лед, вода закрытых и открытых водоемов

### ПРАВИЛА, КОТОРЫЕ ПОЗВОЛЯТ СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ



Пользуйтесь услугами организаций общественного питания (столовые, кафе, рестораны) с организованным обеденным залом и кухней



Всегда мойте руки перед едой



Старайтесь не употреблять быструю многокомпонентную пищу



Употребляйте только бутилированную или кипяченую воду



Во время приготовления пищи тщательно мойте руки, используйте отдельные разделочные доски и ножи, промывайте (с обработкой кипятком) зелень, овощи и фрукты, обязательно мойте посуду с последующей сушкой



Дома регулярно проводите чистку санитарных узлов, влажную уборку помещений



При наличии расстройства стула, тошноты, боли в животе не занимайтесь приготовлением пищи и самолечением, пользуйтесь отдельным полотенцем, дезинфицируйте санитарный узел после каждого посещения



ПОМНИТЕ, ЧТО ТОЛЬКО ВРАЧ МОЖЕТ НАЗНАЧИТЬ АДЕКВАТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ.  
ПРИ ПОЯВЛЕНИИ СИМПТОМОВ ЗАБОЛЕВАНИЯ НЕМЕДЛЕННО ОБРАЩАЙТЕСЬ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ