



Norovīrusu infekcija

Publicēts: 07.04.2020.

Norovīrusu infekcija ir akūta vīrusu infekcijas slimība, kurai raksturīga caureja, spontāna vemšana, sāpes vēderā, neliela ķermeņa temperatūras paaugstināšanās, slikta dūša. Norovīrusu daudzums, kas spēj inficēt cilvēku ir niecīgs, tāpēc slimība ir ļoti "lipīga".

Norovīrusu etioloģijas saslimšanas gadījumi tiek reģistrēti visa gada garumā, bet sezonālais pacēlums tiek novērots gada aukstajos mēnešos.

Slimība 70% gadījumu sākas ar vemšanu (biežāk izteikts bērniem), bet pieaugušajiem – ar caureju. Inkubācijas periods (laiks no inficēšanās brīža līdz slimības pirmajām pazīmēm) ir no 10-12 stundām līdz 4 dienām (parasti 24 – 48 stundas) pēc inficēšanās. Slimība ilgst 2-3 dienas. Slimība bīstama zīdaiņiem, maziem bērniem, cilvēkiem ar novājinātu imūnsistēmu izteiktas organisma atūdeņošanās dēļ.

Infekcijas avots ir slims cilvēks. Visbiežāk norovīruss izplatās tieša kontakta ceļā no personas uz personu vai ar piesārņotu koplietošanas priekšmetu starpniecību. Nereti inficēšanās notiek, lietojot uzturā ūdeni vai pārtiku, kuru gatavošanas laikā piesārņojis slims pārtikas aprītē iesaistīts darbinieks (arī persona, kurai slimība norit bez simptomiem vai vieglā formā). Tā kā vīruss izdalās arī ar atvērtām masām, iespējama to atrašanās mutes dobumā, kā rezultātā atsevišķos gadījumos nav izslēgta vīrusa izplatīšanās pa gaisu ar mikroskopiskām siekalu daļiņām tuvā kontaktā. Norovīrusi ir izturīgi apkārtējā vidē un tie spēj izdzīvot ilgstošu laiku uz dažādām virsmām, tādējādi arī apkārtējā vide var kalpot kā avots jauniem saslimšanas gadījumiem. Imunitāte pret norovīrusu nav ilgstoša un iespējama atkārtota inficēšanās.

Lai pasargātu sevi no norovīrusu infekcijas un mazinātu infekcijas izplatīšanos, ļoti svarīgi ievērot personīgo higiēnu, kā arī citus profilakses pasākumus:

bieži un rūpīgi mazgāt rokas ar ziepēm vairākas reizes dienā, sevišķi slimošanas laikā, jo izraisītāji intensīvi izplatās arī ar rokām.



rokām

pareizi mazgāt rokas pirms un pēc tualetes izmantošanas, kā arī pirms ēdiena gatavošanas;

mācīt bērniem nebāzt mutē pirkstus, zīmuļus, citus priekšmetus, jo uz tiem var būt infekcijas izraisītāji;

izvairīties no pieskaršanās acīm, degunam un mutei ar nemazgātām rokām;

cilvēki, kuriem ir akūtas zarnu infekcijas simptomi, nedrīkst nodarboties ar pārtikas produktu gatavošanu, transportēšanu, realizēšanu. Vismaz divas dienas pēc simptomu pazušanas ir jāpaliek mājās un turpināt darbu atļauts tikai ar ārsta izziņu;

slimie bērni nedrīkst apmeklēt bērnu kolektīvus;

Gadījumos, ja ar saslimušā izdalījumiem piesārņotas virsmas vai priekšmeti, tās rūpīgi jāiztīra un jādezinficē, izmantojot individuālos aizsardzības līdzekļus (piemēram, vienreizējās lietošanas cimdus un vienreizējās lietošanas priekšautus). Savācot slimnieka atvērtās masas, izmantot sejas masku, lai izvairītos no inficēšanās ar iespējamām gaisā esošām siekalu daļiņām.

Visas drēbes, kas var būt piesārņotas ar saslimušā izdalījumiem, jāmazgā veļas mašīnā karstā ūdenī;

nelietot uzturā nemazgātus augļus un dārzeņus;

ja mājās ir norovīrusu infekcijas slimnieks, jāievēro piesardzības pasākumi: slimniekam jāizmanto individuālie kopšanas līdzekļi un trauki;

telpu uzkopšanu jāveic ar sadzīves dezinfekcijas līdzekļiem, regulāri jāvēdina telpas un jāierobežo kontakti ar slimnieku.

<https://www.spkc.gov.lv/lv/norovirusu-infekcija>