

РОТАВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ У ДЕТЕЙ: ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ

Что такое ротавирусная инфекция?

Ротавирус – вирусная инфекция желудочно-кишечного тракта, которая чаще всего вызывает внезапную жидкую ротовую лихорадку, рвоту и боли в животе.

Особенно опасна для детей 6–24 месяцев, но встречается и у более старших детей, включая детей в детском саду.

Как передается?

Контактно-домашний путь: через грязные руки, предметы быта, игрушки, поверхности. Через инфицированную пищу и воду, а также через капельный путь во время кашля/чихания (реже).

В детских учреждениях риск выше из-за близкого контакта между детьми.

Симптомы:

- Резкая диарея (частые жидкие стулы).
- Рвота.
- Повышение температуры тела, слабость.
- Боли в животе, потеря аппетита.

Симптомы обычно появляются в течение 1–3 суток после заражения и могут длиться 2–5 дней, иногда дольше.

Что делать родителям?

- Важна усиленная личная гигиена: мыть руки с мылом перед едой и после туалета, особенно после смены подгузников. Обрабатывать поверхности игрушек и предметов, которыми часто пользуются дети.

- Обеспечить достаточное питье: у здорового ребенка продолжайте обычное питание; при обезвоживании – увеличить потребление воды, растворов электролитов для детей (по инструкции к препарату) или приготовленного раствора для регидратации.

- Контроль за состоянием: следите за количеством мочи и признаками обезвоживания: сухость во рту, уменьшение мочеиспускания, сонливость. При высокой температуре, сильной рвоте, отсутствии мочи более чем 12 часов, боли в животе или крови в стуле — обратиться к врачу.

- Возвращение в детский сад: ротавирусная инфекция обычно заразна в течение первых 2–3 дней болезни и до исчезновения рвоты/диареи. Детям с лихорадкой и диареей обычно следует отсутствовать дома до стабилизации состояния и – по рекомендациям педиатра, чтобы снизить риск распространения инфекции. В зависимости от условий садика, сотрудники могут устанавливать сроки возвращения после прекращения рвоты и диареи, а также после консультации врача.

Профилактика

Вакцинация против ротавируса: в большинстве стран есть вакцинация против ротавирусной инфекции, включаемая в календарь прививок. Обсудите с педиатром, какие вакцины доступны и когда их можно поставить.

- Гигиена:

- Регулярное мытье рук детей и взрослых.
- Мытье игрушек и поверхностей, которыми часто пользуются дети.
- Чистота посуды и предметов:
 - Используйте отдельную посуду для ребенка, следите за чистотой кружек, столовых приборов.
- Правильное питание:
 - После болезни постепенно возвращайте ребенка к нормальному рациону, начинайте с легкой пищи.
- Привязка к возрасту:
 - Заражение чаще происходит в возрасте до 5 лет, поэтому особенно важна профилактика в детских садах и семьях с маленькими детьми.

Частые вопросы родителей

- Можно ли лечить ротавирус дома?
 - В большинстве случаев лечение симптоматическое: достаточное питье, посильная пища, контроль за обезвоживанием. При ухудшении состояния необходима медицинская помощь.
- Как понять, что ребенку нужно к врачу?
 - Сильная рвота, невозможность удержать жидкость, признаки обезвоживания, боли в животе, высокая температура, слабость, сонливость – требуют медицинской оценки.
- Можно ли избегать диареи дома?
 - Тщательная гигиена и гигиена рук снижают риск передачи. Но ротавирус может распространяться даже при соблюдении некоторых мер, поэтому настойчивость в профилактике важна.

Контактная информация и когда звонить в поликлинику

- Если у ребенка температура выше 38°C, рвота длится более 12 часов, нет мочи более 12 часов, стул кровавый или черный, общее состояние резко ухудшается – необходима медицинская помощь.
- При любых сомнениях обращайтесь к участковому педиатру.