



Норовирусная инфекция

Что важно знать родителям — памятка для распространения среди населения

Норовирус — самый распространённый возбудитель острых кишечных инфекций. Он крайне заразен и легко вызывает вспышки в детских садах, школах, лагерях и семьях. Знание простых правил защиты помогает остановить его распространение.

⊕ Как передаётся вирус

👤 От человека к человеку

- Прямой контакт с заболевшим
- Общие предметы, посуда, игрушки
- Грязные руки после туалета

🍴 Через еду и воду

- Немытые овощи и фрукты
- Плохо обработанные морепродукты
- Заражённая вода

📦 Через поверхности

- Дверные ручки, перила
- Игрушки, посуда
- Вирус живёт на поверхностях днями

❤ Симптомы



Тошнота



Рвота



Диарея



Спазмы живота



Температура

Симптомы появляются через **12-48 часов** после заражения и длятся **1-3 дня**. Человек заразен ещё несколько дней после выздоровления.

⚠ Срочно к врачу, если у ребёнка:

- Сухость во рту, нет слёз при плаче, редкое мочеиспускание
- Вялость, сонливость, западание родничка у грудничков
- Многократная рвота — не может пить
- Кровь в стуле или рвоте, температура не спадает

✅ Как защититься — 4 простых шага

1



Мойте руки с мылом 20+ секунд — особенно после туалета и перед едой

2



Дезинфицируйте поверхности хлорсодержащими средствами

3



Изолируйте заболевшего, не ходите в сад/школу 48 ч после выздоровления

4



Тщательно мойте овощи, фрукты и хорошо готовьте морепродукты

💧 Если ребёнок заболел

- Обильное питьё маленькими порциями (вода, регидратационные растворы)
- Не заставлять есть — возвращаться к еде постепенно
- Оставить дома, не посещать коллектив
- При ухудшении — к врачу

⚠ Важно помнить

- Вакцины и специфического лечения нет
- Антибиотики против вируса не действуют
- Спиртовые антисептики малоэффективны — нужно именно мыло и вода
- Повторное заражение возможно

