

# Norovīrusu infekcija

## Informācija vecākiem

Norovīrusu (Norvolkas) izraisītu akūtās zarnu infekcijas slimību bieži nosauc par “ziemas vemšanu slimību” vai „vēdera gripu”. Vairākās valstīs iegūti līdzīgi rezultāti par norovīrusu izraisītās saslimšanas izplatību – līdz 20% no kopējā akūto zarnu infekcijas slimību skaita. Slimības raksturīgākās pazīmes ir slikta dūša, vemšana, caureja, sāpes vēderā, kā arī galvassāpes un neliela ķermeņa temperatūras paaugstināšanās. Slimības simptomi parasti parādās 12 – 48 stundu laikā pēc inficēšanās un slimība parasti ilgst 1 – 2 diennaktis. Smagu slimības gaitu un komplikācijas novēro reti. Cilvēka organismā norovīrusi vairojas zarnu traktā un izdalās ar izkārnījumiem vai vemšanas masām. Līdz ar to galvenais norovīrusu izplatīšanās mehānisms ir fekāli - orālais. Visbiežāk norovīruss izplatās tieša kontakta ceļā no personas uz personu vai ar inficētu koplietošanas priekšmetu starpniecību. Tā kā vīruss izdalās arī ar atventām masām, iespējama to atradne mutes dobumā, kā rezultātā atsevišķos gadījumos nav izslēgta vīrusa izplatīšana pa gaisu ar mikroskopiskām siekalu daļiņām tuva kontakta laikā. Imunitāte pret norovīrusu infekciju nav ilgstoša un iespējama atkārtota inficēšanās.

Lai nesaslimtu ar norovīrusu gastroenterītu, kā pieaugušajiem, tā bērniem jāievēro šādi profilakses pasākumi:

- bieži jāmazgā rokas – it īpaši pēc tualetes apmeklēšanas, bērnu autiņu maiņas, pirms un pēc ēdiena gatavošanas, pēc kontakta ar slimnieku, kam konstatēta infekcijas slimība;
- nedrīkst ļaut slimam cilvēkam gatavot ēdienus pārējiem ģimenes locekļiem, slimības simptomu laikā strādāt pārtikas uzņēmumā vai bērnu izglītības iestādē;
- slimi bērni nedrīkst apmeklēt bērnu kolektīvus;
- nedrīkst lietot uzturā nemazgātus augļus un dārzeņus;
- uzturā jālieto tikai termiski pietiekami apstrādātu gaļu un tās produkciju;
- ja mājās ir norovīrusu infekcijas slimnieks, tā radniekiem un citiem aprūpētājiem nepieciešams mazgāt rokas pēc katra kontakta ar slimo cilvēku, viņu drēbēm vai gultas veļu, un ar slimnieka istabas aprīkojumu. Īpaša vērība jāveltī telpu, īpaši tualetes, uzkopšanai un dezinfekcijai. Tualešu sēdvietas, skalošanas ierīču rokturus, roku mazgāšanas izlietņu krānus, virsmas un tualetes durvju rokturus nepieciešams tīrīt un dezinficēt reizi dienā vai biežāk. Šim mērķim var izmantot karstu ūdeni un tirdzniecībā pieejamus mazgāšanas vai dezinfekcijas līdzekļus atbilstoši to instrukcijās norādītajam lietošanas veidam.