

Профилактика ГЛПС

В преддверии дачного сезона Роспотребнадзор напоминает о том, как обезопасить себя от геморрагической лихорадки с почечным синдромом (ГЛПС) - тяжелого инфекционного заболевания, проявляющегося поражением мелких кровеносных сосудов, почек, легких и других органов человека.

Большая часть заболеваний приходится на лето и осень – в связи с высокой численностью грызунов и занятостью людей сельскохозяйственными работами, отдыхом на природе. Чаще болевают мужчины от 30 до 59 лет.

Среди грызунов основными источниками вируса являются рыжие полёвки – грызуны, обитающие в лесах. Кроме рыжей полёвки заражение людей также возможно от кавказской лесной, полевой и восточноазиатской мышей, серой крысы и других. В холодное время года грызуны мигрируют в дома и надворные постройки, дачные садовые домики, загрязняют своими выделениями предметы обихода и продукты. Вирус устойчив при низких температурах, поэтому может длительное время сохраняться на загрязненных предметах. Чаще всего заражение человека происходит воздушно-пылевым путём, во время проведения домашней уборки или сельскохозяйственных работ. Возможно заражение на охоте, рыбалке, во время сбора дикоросов, при употреблении загрязнённой грызунами пищи, через грязные руки, повреждённые кожные покровы. Через слизистую оболочку дыхательных путей вирус попадает в кровь и поражает сосуды, вызывая их повышенную проницаемость.

От момента заражения до появления первых признаков заболевания в среднем проходит 2-3 недели. Болезнь начинается внезапно – появляются слабость, озноб, сильная головная боль, чувство ломоты в мышцах и суставах. Впоследствии могут присоединиться тошнота, рвота, головокружение, бессонница. Высокая температура обычно держится 3-5 дней и более. Позднее появляются боли в пояснице и животе. Признаки поражения почек – резкое уменьшение количества выделенной мочи. У некоторых больных появляются сыпь на коже и носовые кровотечения. В случае проявления первых симптомов необходимо срочно обратиться к врачу. Лечение проводится в условиях стационара под наблюдением врача. Вакцины против возбудителей ГЛПС, циркулирующих на территории России, не существует. Только соблюдая меры личной гигиены и борясь с грызунами можно избежать заболевания.

Приехав в начале сезона, в доме необходимо сразу же провести проветривание. В ясный день на солнце необходимо вывесить и просушить матрацы, одеяла, подушки и прочие вещи, так как солнечный свет способен убить вирус. Далее необходимо сразу вымыть всю посуду горячей водой с мылом, использовать моющие и дезинфицирующие средства, а также провести влажную уборку с применением хлорсодержащих препаратов. Кроме того, для профилактики рекомендуется провести дератизацию вокруг дома.

Чтобы исключить заражение, все работы, связанные с пылеобразованием, нужно проводить в медицинской маске и перчатках.

При выборе места для ночевки или дневного отдыха на природе избегать захламленных участков леса с густым кустарником и травой, старыми пнями и поваленными деревьями. Рекомендуется выбирать место для отдыха на опушке леса или поляне, а привал устраивать в лесных хвойных массивах. При ночевке в палатке необходимо хорошо закрыть все щели, чтобы избежать проникновения грызунов. Соблюдение правил личной гигиены также

важно: перед едой мойте руки, не оставляйте пищевые продукты доступными для грызунов, избегайте употребления невымытых ягод и некипяченой воды из открытых источников.