



Профилактика ГЛПС

Геморрагическая лихорадка с почечным синдромом (ГЛПС), известное в народе как «мышьяная лихорадка», представляет собой особо опасное природно-очаговое заболевание, вызываемое вирусами. Естественным резервуаром возбудителя ГЛПС являются мышевидные грызуны. У грызунов ГЛПС протекает как хроническая инфекция: без клинических проявлений. В то же время они выделяют вирус во внешнюю среду со слюной, мочой, калом, заражая тем самым лесную подстилку, воду, продукты питания.

Чаще всего человек инфицируется при вдыхании пыли и употреблении воды, пищевых продуктов, овощей и фруктов, загрязненных выделениями грызунов. Заражение в основном происходит при проведении сельскохозяйственных работ, транспортировке сена, соломы, на лесоразработках, на дачных и приусадебных участках, при посещении леса и во время отдыха на природе. От человека к человеку вирус не передается. Случаи ГЛПС регистрируются круглый год, но подъем заболеваемости обычно приходится на весну и лето.

Инкубационный период инфекции составляет от 7 до 35 дней, в среднем – 2-3 недели, реже – 40 дней. Заболевание начинается остро: с подъема температуры выше 38°C, озноба, резких головных болей и болей в мышцах. Отмечаются такие симптомы, как гиперемия (покраснение) лица, шеи и верхней половины тела, воспаление глаз («кроличьи глаза»), в некоторых случаях – потеря остроты зрения (рябь в глазах, помутнение зрения), носовые кровотечения и появление крови в моче. Также больные зачастую жалуются на боли в животе и поясничной области. Количество мочи резко уменьшается, а иногда развивается анурия – полное прекращение выделения мочи.

С учетом серьезности клинических проявлений геморрагической лихорадки пострадавшим показана госпитализация. При появлении признаков заболевания необходимо незамедлительно обращаться за медицинской помощью и не заниматься самолечением – это может быть очень опасно. Против ГЛПС не разработаны меры специфической профилактики, то есть, нет вакцины и иммуноглобулина.

Для предотвращения заражения необходимо придерживаться следующих правил:

1. Следить за тем, чтобы грызуны не проникали в жилые помещения: своевременно проводить текущий ремонт, заделывать вентиляционные отверстия решетками с мелкими ячейками;
2. Регулярно, особенно в холодное время года – период массовой миграции мышей из полей и лесов поближе к человеческому жилью – проводить грызуно-истребительные работы при помощи отравленных приманок или механических ловушек в соответствии с инструкцией по применению;
3. Тщательно очищать прилегающую территорию от бытового мусора, сухостоя, валежника. Мусор нельзя оставлять в кучах, а нужно вывозить на санкционированные свалки;
4. Все виды работ, связанных с образованием пыли, проводить в респираторе или увлажненной четырехслойной марлевой повязке, рукавицах или резиновых перчатках и специально выделенной одежде;
5. Перед началом огородно-дачного сезона сделать влажную уборку с применением дезинфицирующих средств, хорошо проветрить помещения, просушить на солнце

постельные принадлежности, вымыть теплой водой с моющим средством кухонную посуду и инвентарь. Во время приведения жилья в порядок следует использовать респиратор/марлевую повязку и резиновые перчатки. Чистоту в доме необходимо поддерживать постоянно;

6. Хранить пищевые продукты в недоступных для грызунов местах. Не использовать в пищу погрызенное и загрязненное продовольствие без тщательной термической обработки. Пить только кипяченую воду. Овощи и фрукты перед употреблением в свежем виде мыть под проточной водой с использованием щеточки;
7. Мыть руки с мылом до, во время и после приготовления пищи, перед едой, после уборки помещений и посещения туалета, перед курением;
8. Во время нахождения в лесу не раскладывать посуду и продукты на траве и пнях, а пользоваться клеенкой. Избегать для ночлега стога, шалаши, заброшенные строения. Не использовать для подстилок прошлогоднее сено или солому. Устанавливать палатки на сухих, не заросших кустарников участках леса.

Таким образом, выполнение элементарных правил личной гигиены поможет вам уберечься от заболевания геморрагической лихорадкой с почечным синдромом.