

Основные меры профилактики ГЛПС при работе на дачном участке в осенний период



Как распознать ГЛПС:

- Инкубационный период составляет 8-48 дней, в среднем 14-21 день.
- Первые признаки заболевания сходны с симптомами простуды: головная боль, мышечные боли, повышение температуры, снижение аппетита, может быть тошнота и рвота.
- Через несколько дней появляются боли в пояснице или животе, нередко больные жалуются на ухудшение зрения: ощущение «сетки» перед глазами, эти явления могут сопровождаться кровоизлияниями в склеры и конъюнктиву глаза, возможны носовые кровотечения, мелкоточечная сыпь на теле.
- Если вы заметили первые симптомы заболевания, то как можно скорее обратитесь к врачу.

**Помните, Ваше здоровье
- в ваших руках!**

Следует помнить, что геморрагической лихорадке с почечным синдромом (ГЛПС), которая проявляется лихорадочным состоянием, поражением почек и геморрагическими проявлениями, подвержены люди всех возрастов.

Однако наиболее часто заболевание регистрируется у лиц в возрасте от 20 до 50 лет.

Преимущественно болеют мужчины (70-80% от всех заболевших).

Заражение человека происходит:



Профилактика геморрагической лихорадки с почечным синдромом (ГЛПС)

Геморрагическая лихорадка с почечным синдромом (ГЛПС, в народе – «мышинная лихорадка») – острая природно-очаговая вирусная инфекция человека с характерным поражением почек.

Основным резервуаром, переносчиком и источником заражения людей является рыжая полевка, способная накапливать и выделять вирус ГЛПС в чрезвычайно высоких концентрациях. При этом грызуны переносят эту инфекцию бессимптомно и передают своему потомству. Вирус содержится в крови рыжих полевок и наиболее интенсивно выделяется из их организма с мочой, калом и со слюной в первый месяц после заражения. Именно в этот период полевки представляют наибольшую эпизоотическую и эпидемиологическую опасность. Крысы практически не являются источниками инфекции. **От человека к человеку инфекция также не передается!**

Ведущий путь инфицирования человека – воздушно-пылевой, когда быстро высохшие выделения грызунов поднимаются в воздух при условии пылеобразования (уборка помещения, валка леса, сбор хвороста для костра, работа с сеном и соломой). ГЛПС можно заразиться при употреблении в пищу продуктов, загрязненных выделениями грызунов. Известны случаи заражения при непосредственном соприкосновении с грызунами, а также во

время курения и приема пищи немытыми руками. Около половины заражений происходит во время прогулок в лес, сбора грибов, орехов, ягод, листьев. В последние годы регистрируются очаги и в парковых зонах. Сухое жаркое лето и теплая зима также способствуют развитию эпизоотии. Заболеваемость ГЛПС характеризуется выраженной сезонностью: с мая по декабрь. По многолетним данным в Республике Башкортостан пик заболеваемости наблюдается в сентябре-ноябре. С января по апрель регистрируются единичные случаи, что связано с резким сокращением численности мышевидных грызунов в зимнее время. Заболевают чаще мужчины (70-90% больных) наиболее активного возраста (от 16 до 50 лет), преимущественно рабочие промышленных предприятий, водители, трактористы, работники сельского хозяйства; реже дети (3-5%), женщины и лица пожилого возраста. Осенью и зимой заражения отмечаются во временных вагончиках нефтяников, строителей и т.д. Инфицирование людей возможно также на промышленных предприятиях, на территорию или в цеха которых проникают лесные грызуны.

Признаки заболевания: от момента заражения до появления первых признаков заболевания (инкубация) проходит 7-14 дней (максимально до 40 дней). Начало заболевания похоже на обычную острую респираторную инфекцию - повышается температура тела, появляется головная боль, боли в мышцах, общая слабость, потеря аппетита, иногда тошнота, рвота и жидкий стул. У некоторых больных отмечаются катаральные явления (заложенность носа, сухой кашель, гиперемия зева), характерен склерит, кратковременное ухудшение зрения (туман, «мушки» перед глазами), боль в глазных яблоках. На 3-5-й день болезни к перечисленным симптомам присоединяются боли в пояснице и животе, иногда на коже появляется геморрагическая сыпь. Нарушается функция почек в виде уменьшения объема мочи, беспокоит жажда, сухость во рту, икота. Возможны носовые кровотечения. При появлении первых признаков заболевания нужно как можно быстрее обратиться к врачу. **Лечение проводится только в стационаре, самолечение опасно!**

Как защититься от заражения? Важным мероприятием в профилактике геморрагической лихорадки с почечным синдромом является истребление грызунов. Необходимо:

- вести постоянную борьбу с грызунами. Проводить плановое истребление грызунов с помощью отравленной приманки и мышеловок два раза в год - весной до начала сезона и осенью. Помните, что погибших зверьков нужно убирать в перчатках и в респираторе, сжигать или закапывать на глубину не менее 50 см;
- не устраивать свалок из пищевых отходов, ботвы, травы и строительного мусора в садах и прилегающих к ним территориях, которые могут стать местом обитания грызунов;
- уборку помещений дач и садовых домиков проводить только в медицинской маске или марлевой повязке, влажным способом с применением дезинфицирующих растворов. Весной помещение надо

проветривать, а постельные принадлежности проглаживать утюгом или просушивать на солнце в течение 3-5 часов.

- не оставлять продукты питания в доступных для грызунов местах, хранить их в закрытой таре. В случае порчи продуктов грызунами, их уничтожают;

- при употреблении овощей и фруктов в сыром виде необходимо тщательно промывать их водой и обдавать кипятком;

- при заготовке и перевозке сена, соломы, кормов, дров из леса, при работе на садовом участке соблюдать правила личной гигиены - работать в рукавицах; одевать медицинскую маску или марлевую повязку, защищающую рот и нос, не курить и не принимать пищу во время работы с землей, а после ее окончания тщательно мыть руки с мылом;

- при посещении леса, во время пикников, в туристических походах для отдыха и ночевки выбирать места на опушке леса или поляне, избегать захламленных участков, с обильным кустарником или поваленными деревьями. На землю стелить одеяло или другую плотную ткань. Не оставлять продукты на земле - подвешивать их на дерево или оставлять в машине. При сборе хвороста прикрывать рот и нос марлевой повязкой или платком, сложенным в несколько слоев. Недопустимы ночевки в стоге сена или соломы!

ГЛПС наносит серьезный ущерб здоровью и приводит к тяжелым осложнениям. Соблюдение элементарных гигиенических правил при посещении леса и работе на садовом участке предохранит Вас от заболевания.

При появлении первых признаков заболевания немедленно обращайтесь за медицинской помощью! Помните, болезнь протекает легче, и трудоспособность восстанавливается быстрее, если лечение начать своевременно!
