

## **Памятка по профилактике геморрагической лихорадки с почечным синдромом**

Геморрагическая лихорадка с почечным синдромом - это острое природно-очаговое инфекционное заболевание вирусной природы, характеризующееся лихорадкой, геморрагическим синдромом (т.е. кровоизлияниями, кровотечениями), выраженным поражением почек.

### **Источник инфекции:**

Источником инфекции являются дикие мышевидные грызуны, из них основной распространитель заболевания - рыжая полевка. Вирус выделяется во внешнюю среду с мочой, испражнениями и слюной грызунов.

### **Как происходит заражение человека?**

1. При вдыхании инфицированной пыли во время уборки подвалов, погребов, садовых домиков, расположенных в лесу или вблизи леса; при сборе хвороста, валежника, лекарственных трав, ягод, грибов; при ночевках в стогах сена, скирдах соломы, шалашах, заброшенных в лесу сторожках, вагончиках и других нежилых постройках;

2. При употреблении пищевых продуктов, загрязненных грызунами (со следами погрызов, экскрементами грызунов);

3. Контактные заражения при отлове грызунов, при попадании свежих экскрементов грызунов в ссадины и царапины на коже, несоблюдении правил личной гигиены в период пребывания в лесу, на дачном участке.

### **Основные признаки заболевания:**

Чаще всего заболевание начинается остро, как грипп, ОРВИ с повышением температуры до 38 - 40°, озноба, болей в области поясницы, мышцах, резкой слабости. Лихорадочный период небольшой, 5-7 дней, редко больше. При лёгкой форме заболевание ограничивается этими признаками. При тяжёлой - нарастают явления почечной недостаточности: усиливаются боли в области поясницы, в моче появляется примесь крови, количество мочи резко снижается, вплоть до полного прекращения. Могут отмечаться носовые и желудочные кровотечения, кровавая рвота, кровоизлияния на слизистых и кожных покровах.

### **Меры профилактики ГЛПС:**

С целью профилактики геморрагической лихорадки с почечным синдромом необходимо:

-ограничить посещение лесных массивов с целью сбора грибов, ягод, лекарственных трав;

-в случае их посещения стараться ходить по протоптанным тропам, не принимать пищу, не вымыв предварительно руки;

-избегать ночевки в стогах сена, скирдах соломы, шалашах, заброшенных строениях;

-хранить продукты в хорошо закрываемой таре, недоступной для грызунов, не употреблять в пищу продукты, испорченные грызунами;

-при сборе хвороста, заготовке дров в лесу, других работах, связанных с возгонкой пыли, пользоваться рукавицами и увлажненной 4-х слойной марлевой повязкой;

-соблюдать правила личной гигиены (мыть руки перед едой), не ловить и не брать в руки грызунов или их трупы, не брать грязными руками за мундштук сигареты.

### **При выезде на садово-огородные участки необходимо провести:**

- проветривание дачных помещений;