

Профилактика серозного менингита

Серозный менингит – это инфекционное заболевание вызывающее воспаление мозговых оболочек. Возбудителями инфекции чаще всего являются вирусы, в первую очередь энтеровирусы, но инфекция может иметь как бактериальное, так и грибковое происхождение.

Симптоматика серозного менингита включает в себя: повышение температуры тела (39-40°), головные боли, боли в животе, спине, иногда рвота и диарея, характерные высыпания на лице и конечностях, боли в горле, герпетические высыпания в слизистой полости рта.

Симптоматика и возбудитель серозного менингита значительно отличается от обычного менингита, который вызывает менингококк, что делает серозный менингит менее контагиозным и опасным.

Пути передачи серозного менингита являются водный, пищевой, воздушно-капельный, контактно-бытовой пути.

Защитить себя и своего ребёнка от серозного менингита помогут несколько простых правил:

- Использовать средства индивидуальной защиты органов дыхания при посещении общественных мест.
- Соблюдать правила личной гигиены: тщательно мыть руки с мылом, особенно после посещения туалета, перед приготовлением пищи, перед едой, после прихода домой с улицы. Следить за чистотой рук детей, учить их правилам мытья рук.
- Для питья использовать только кипяченую или бутилированную воду.
- Фрукты, овощи, ягоды тщательно мыть под проточной водой, затем обдавать кипятком.
- Иметь разделочный инвентарь (ножи, разделочные доски) отдельно для сырых и вареных продуктов, хлеба.
- Посуду, где хранились сырые продукты, тщательно мыть с моющими средствами.
- Не допускать соприкосновения между сырыми и готовыми продуктами.

- Упаковывать каждый продукт в отдельную чистую упаковку, беречь продукты от загрязнения.
- Содержать в чистоте помещение кухни.
- Защищать пищу от насекомых, грызунов и домашних животных, возможных переносчиков инфекции и вести борьбу с мухами и тараканами.

**Помните, что заболевание легче предупредить,
соблюдая элементарные меры профилактики, чем лечить!**