

## Норовирус: рост заболеваемости и меры профилактики



Дата публикации: 02.01.2025

Зима принесла не только привычные холода, но и неожиданно резкий рост числа случаев норовируса в США. Согласно данным Центров по контролю и профилактике заболеваний (CDC), с начала декабря зафиксировано более 91 вспышки, что значительно превышает показатели предыдущих лет. Для сравнения, в 2020 году, когда общество соблюдало строгую изоляцию из-за пандемии COVID-19, таких случаев было всего два за тот же период.

Норовирус, часто называемый «желудочным гриппом» или «зимней рвотой», поражает желудочно-кишечный тракт, вызывая такие **симптомы**, как рвота, диарея, боли в животе и легкая лихорадка. Хотя его симптомы сохраняются всего несколько дней, вирус чрезвычайно заразен. Даже после выздоровления носитель может передавать инфекцию в течение нескольких недель, что делает его особенно сложным для контроля.

Одна из ключевых особенностей вируса — его устойчивость к условиям окружающей среды. Он может сохраняться на поверхностях до нескольких

недель и передаваться через зараженную пищу, воду или прямой контакт с инфицированным человеком. По словам экспертов, пик заболеваемости приходится на зимние месяцы, когда люди больше времени проводят в закрытых помещениях, что способствует более легкому распространению инфекции.

Специалисты настоятельно рекомендуют следующие меры профилактики: мыть руки с мылом и горячей водой перед **едой** и приготовлением пищи; дезинфицировать поверхности с использованием раствора хлорного отбеливателя (1000–5000 ppm); избегать контактов с инфицированными людьми. Большинство антисептиков для рук неэффективны против норовируса, поэтому предпочтение следует отдавать классическим методам гигиены.

Людам, зараженным норовирусом, рекомендуется изолироваться в течение 48 часов после исчезновения симптомов, чтобы избежать дальнейшего распространения. Питье большого количества жидкости поможет восполнить потерю воды в организме, вызванную диареей или рвотой.

Нынешний всплеск заболеваемости вызывает обеспокоенность у специалистов здравоохранения, особенно в преддверии праздничных мероприятий, где скопления людей создают благоприятные условия для новых вспышек. Уже зафиксировано более 500 случаев норовируса с августа по декабрь 2023 года, и прогнозы на оставшуюся часть сезона остаются неутешительными.

Рост числа случаев требует повышенного внимания как со стороны общественности, так и медицинских учреждений. Соблюдение простых гигиенических правил и своевременная изоляция больных могут существенно снизить риск распространения этого вируса, обеспечив более безопасную зиму для всех.