**Рекомендации по профилактике геморрагической лихорадки с почечным синдромом**

Как защитить себя от опасного заболевания, передаваемого грызунами.

[Telegram](https://telegram.me/share/url?url=https://xn--80aqooi4b.xn--p1acf/prevention/rekomendatsii-po-profilaktike-gemorragicheskoy-likhoradki-s-pochechnym-sindromom/&text=%3Cp%3E%20%D0%9A%D0%B0%D0%BA%20%D0%B7%D0%B0%D1%89%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%82%D1%8C%20%D1%81%D0%B5%D0%B1%D1%8F%20%D0%BE%D1%82%20%D0%BE%D0%BF%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B7%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F,%20%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D0%B5%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B3%D1%80%D1%8B%D0%B7%D1%83%D0%BD%D0%B0%D0%BC%D0%B8.%3C/p%3E)[VK](https://vk.com/share.php?url=https://xn--80aqooi4b.xn--p1acf/prevention/rekomendatsii-po-profilaktike-gemorragicheskoy-likhoradki-s-pochechnym-sindromom/&title=%D0%A0%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B8%D0%BB%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B5%20%D0%B3%D0%B5%D0%BC%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B0%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B9%20%D0%BB%D0%B8%D1%85%D0%BE%D1%80%D0%B0%D0%B4%D0%BA%D0%B8%20%D1%81%20%D0%BF%D0%BE%D1%87%D0%B5%D1%87%D0%BD%D1%8B%D0%BC%20%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B4%D1%80%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D0%BC&description=%3Cp%3E%20%D0%9A%D0%B0%D0%BA%20%D0%B7%D0%B0%D1%89%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%82%D1%8C%20%D1%81%D0%B5%D0%B1%D1%8F%20%D0%BE%D1%82%20%D0%BE%D0%BF%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B7%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F,%20%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D0%B5%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B3%D1%80%D1%8B%D0%B7%D1%83%D0%BD%D0%B0%D0%BC%D0%B8.%3C/p%3E&image=https://xn--80aqooi4b.xn--p1acf/upload/iblock/7a1/1qel410vptzfqd40ktfn5uynxnykhfsa/lori-0005356674-bigwww%20%282%29.jpg&noparse=true)[Ok](https://connect.ok.ru/offer?url=https://xn--80aqooi4b.xn--p1acf/prevention/rekomendatsii-po-profilaktike-gemorragicheskoy-likhoradki-s-pochechnym-sindromom/&title=%3Cp%3E%20%D0%9A%D0%B0%D0%BA%20%D0%B7%D0%B0%D1%89%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%82%D1%8C%20%D1%81%D0%B5%D0%B1%D1%8F%20%D0%BE%D1%82%20%D0%BE%D0%BF%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B7%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F,%20%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D0%B5%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B3%D1%80%D1%8B%D0%B7%D1%83%D0%BD%D0%B0%D0%BC%D0%B8.%3C/p%3E&imageUrl=https://xn--80aqooi4b.xn--p1acf/upload/iblock/7a1/1qel410vptzfqd40ktfn5uynxnykhfsa/lori-0005356674-bigwww%20%282%29.jpg)



© Василий Вишневский / Фотобанк Лори

Геморрагическая лихорадка с почечным синдромом (ГЛПС) – острое инфекционное заболевание, вызываемое хантавирусами. Это природно-очаговая инфекция, которая часто имеет тяжелое клиническое течение.

**Источники хантавирусов** – мелкие млекопитающие, в основном грызуны. **Основной механизм передачи инфекции** **– аэрогенный:**воздушно-капельный и воздушно-пылевой, при которых возбудитель, содержащийся в выделениях мелких млекопитающих, в виде аэрозоля или пылевого облака попадает через верхние дыхательные пути в легкие человека с последующей диссеминацией через кровь в другие органы и ткани. У грызунов геморрагическая лихорадка протекает без клинических проявлений – как хроническая инфекция. Выделение вируса из организма грызунов происходит со слюной, мочой и калом, заражая лесную подстилку, воду, продукты питания.

**Возможен контактный путь передачи инфекции** с инфицированными экскрементами грызунов через поврежденную кожу, а также со слюной при укусе зверьком человека. Человек эпидемиологической опасности не представляет, передача возбудителя от человека к человеку не происходит.

**Природные очаги ГЛПС** существуют в лиственных и смешанных лесах, лесостепных ландшафтах.

Источником вируса ГЛПС в природе являются:

* рыжая полевка (Приволжский федеральный округ, европейская часть России), обитающая в смешанных лесах;
* полевая мышь (Приволжский федеральный округ);
* серая крыса и восточноазиатская мышь (в населенных пунктах Дальнего Востока);
* кавказская лесная мышь (район Большого Сочи).

**Восприимчивость к ГЛПС** всеобщая. Однако чаще заболевают мужчины (70–90% больных) наиболее активного возраста (от 16 до 50 лет), преимущественно рабочие промышленных предприятий, водители, трактористы, работники сельского хозяйства. Реже заболевание выявляется у детей (3–5%), женщин и пожилых людей. ГЛПС регистрируется в течение всего года с подъемом заболеваемости в летне-осенний период. Эпидемический рост заболеваемости приходится на годы, благоприятные для размножения грызунов, приводящие к росту их численности.

**Чаще всего человек заражается** при вдыхании пыли, зараженной вирусом ГЛПС, при посещении леса для сбора ягод и грибов, во время отдыха на природе, работах на дачных и приусадебных участках, при проведении сельскохозяйственных работ и на лесоразработках.

**Инкубационный период при ГЛПС** составляет от 4 до 49 дней (в среднем 2–3 недели). Заболевание начинается остро с подъема температуры тела до 38–40 градусов, озноба, резких головных болей, болей в мышцах. Отмечается гиперемия (покраснение) лица, шеи, верхней половины туловища. В начальном периоде ГЛПС часто принимают за грипп. В ряде случаев отмечаются носовые кровотечения, появляется кровь в моче.

**Клинические проявления ГЛПС** обусловлены в основном поражением почек. Больные жалуются на боли в животе и поясничной области. Количество мочи резко уменьшается, в тяжелых случаях развивается анурия (полное прекращение выделения мочи).

Учитывая серьезность клинических проявлений и тяжесть заболевания, **лечение больных ГЛПС должно осуществляться в условиях больницы.** При появлении первых признаков заболевания необходимо незамедлительно обратиться к врачу. Больные ГЛПС не заразны для других людей.

**Основные меры профилактики:**

* При посещении леса необходимо строго соблюдать личную гигиену, посуду и пищу нельзя раскладывать на траве, пнях. Для этих целей нужно использовать клеенку, а на ночь лучше всего пищевые продукты упаковывать в пакеты и подвешивать на дерево.
* В туристических походах для ночлега следует выбирать сухие, не заросшие кустарником участки леса, свободные от грызунов. Лучше избегать ночевок в стогах сена и соломы.
* Если вас не было в доме или на даче даже одну неделю, необходимо в первую очередь проветрить помещение. После этого рекомендуется сделать влажную уборку с применением дезинфицирующих средств (3%-е растворы хлорамина, хлорной извести), посуду следует тщательно вымыть и обдать кипятком.
* При уборке дачных, подсобных помещений, гаражей, погребов рекомендуется надевать ватно-марлевую повязку из четырех слоев марли и резиновые перчатки, халат или другую рабочую одежду, которую затем снимают и стирают. Во время уборки не следует принимать пищу, курить.
* Те же меры личной профилактики применяются при перевозке и складировании сена, соломы, заготовке леса, переборке овощей.
* Важно не захламлять жилые и подсобные помещения, дворовые участки, особенно частных домовладений, своевременно вывозить бытовой мусор.
* Необходимо исключить возможность проникновения грызунов в жилые помещения и хозяйственные постройки, для чего следует заделывать вентиляционные отверстия металлической сеткой и зацементировать щели и отверстия, обеспечив тем самым непроницаемость помещений для грызунов.
* Категорически запрещается употреблять в пищу подпорченные или загрязненные грызунами продукты. Вода для питья должна быть кипяченой. Пищевые продукты следует хранить в недоступных для грызунов местах.
* Для более надежного предупреждения заражения ГЛПС необходимо проводить истребление грызунов на территории дач, садов, частных построек.

Источник: <https://санщит.рус/>