**Ротавирусная инфекция**

В народе за ротавирусной инфекцией уже давно прижилось название «кишечный» или «желудочный» грипп. Это заболевание вызывается совсем другим видом вируса, но часто имеет первоначальные симптомы ОРВИ.

## Как происходит заражение

Ротавирусная инфекция у детей возникает исключительно в случае контакта с возбудителем. Это происходит через грязные руки, игрушки, после касания дверных ручек, поручней или употребления пищи из посуды зараженного. Еще есть некоторые спорные моменты по вопросу передачи вируса — многие отстаивают вероятность инфицирования воздушно-капельным путем.

У детей высок риск заразиться в дошкольном или образовательном учреждении, на игровой площадке, прогулке или в группе продлённого дня. Существует вероятность инфицирования при употреблении некипячёной воды с вирионами вируса или при купании в водоёмах.

Родители должны стараться обезопасить ребенка от ротавирусной инфекции, формируя правильные гигиенические навыки, укрепляя иммунитет и исключая контакты с заражёнными. Нельзя забывать, что заразиться можно от визуально здорового взрослого человека-вирусоносителя, поэтому качественная профилактика способна предотвратить инфицирование.

Многие из родителей даже не знают, сколько дней длится заболевание и чем лечить ротавирус у детей различного возраста. Также они не знакомы с симптоматикой, хотя болезнь довольно опасна и чревата серьезными последствиями, вплоть до летального исхода.

***Обратите внимание.****Наиболее опасно это заболевание для детей от 6 до 24 месяцев, при искусственном вскармливании — с рождения.*

##

## Симптомы

Ротавирус у детей всегда проявляется более агрессивно, чем у взрослых. Многие взрослые могут даже не понять, что они больны — легкая простуда и единичный случай поноса никак не связываются с опасным заболеванием для детей. Такие люди становятся вирусоносителями, заражая окружающих.

Симптомы у детей до года могут быть крайне острыми. Дети старшего возраста значительно легче переносят заболевание, у них реже возникают приступы рвоты, а диарея проявляется слабее.

Сыпь при заболевании отсутствует, если обнаружены появляющиеся высыпания, необходимо срочно оповестить врача об их наличии. Это может сигнализировать о других, более опасных инфекциях.

Для ротавируса характерны 3 вида симптомов: желудочно-кишечные, катаральные и интоксикационные.

**Желудочно-кишечные:**

* рвота;
* диарея (понос);
* [газообразование](http://www.vse-pro-detey.ru/meteorizm-u-detej/);
* умеренные боли в животе.

**Катаральные:**

* першение в горле и покраснение зева;
* повышение температуры, покраснение глаз;
* отек миндалин, небольшой кашель, [насморк](http://www.vse-pro-detey.ru/lechenie-rinita-u-detej/).

**Интоксикационные:**

* вялость, сонливость;
* отсутствие аппетита;
* выраженная обездвиженность;
* запах ацетона от заболевшего.

У детей при ротавирусной инфекции температура часто подскакивает до 40°C, но в большинстве случаев колеблется в интервале 38,5-39,7°C. Рвота (только в первые 2 дня острого периода) может быть однократной или возникать после каждого употребления жидкости. Зловонная диарея также вариативна — жидкий стул возможен от 5-7 раз до 20 при тяжелом течении болезни.

Эти симптомы возникают не сразу, а нарастают по мере течения заболевания. Нужно знать, как начинает проявляться инфекция — у разных детей она может дать отличающуюся симптоматику. Один малыш будет вялым без кишечных расстройств, другой может сразу продемонстрировать неудержимую [рвоту](http://www.vse-pro-detey.ru/rvota-u-rebyonka/).

Инкубационный период большинства ротавирусов длится от 1 до 5 дней, часто не превышает 24 часа. Сроки зависят от возраста малыша, его иммунитета и объема атаковавшего вируса. Точно диагностировать заболевание можно при помощи анализа кала в медицинском учреждении или с использованием рота-теста, реализуемого в аптеках.

Начальные стадии заболевания делятся на три вида:

1. Простудная.
2. Классическая.
3. Интоксикационная.

Часто заболевание в первое время маскируется под ОРЗ, обычную простуду. Появляется легкий кашель, заложенность носа или покраснение зева, нарушения в работе ЖКТ начинаются спустя 2-3 дня. При втором сценарии у малышей сразу начинают проявляться желудочно-кишечные расстройства.

Общая интоксикация при третьем виде начала болезни происходит без температуры, малыш или вялый, или слишком возбужденный, носоглотка в норме, но вскоре присоединяются [боли в животе](http://www.vse-pro-detey.ru/u-rebenka-bolit-zhivot/). Если у грудного ребенка появилась вялость без особых причин, стоит быть настороже — интоксикационное начало болезни чаще всего наблюдается именно у таких детей.

***Внимание!****Взрослые люди и подростки менее подвержены заболеванию из-за более высокой кислотности желудочного сока. Симптоматика в случае заражения стерта, жидкий стул 1-2 раза, рвота может отсутствовать, но такой человек становится разносчиком инфекции.*

Родителям стоит знать все признаки ротавирусной инфекции и помнить, что болезнь не только начинается по-разному — ещё она чрезвычайно заразна. Также они должны понимать, как лечить ротавирусную инфекцию у ребенка и не относится к этому заболеванию легкомысленно.

Ротавирусная инфекция может демонстрировать различное течение болезни, но все лечение заключается в 2 действиях — регидратация и снижение активности вируса. Часто лечение ротавируса у детей может потребовать и назначения жаропонижающих препаратов. Такое лекарство следует принимать при температуре, превышающей показатель в 38,5°C и не допускать употребления ацетилсалициловой кислоты (аспирина).

***Внимание!****Неграмотное лечение в домашних условиях без обращения к специалистам чревато появлением опасных осложнений и вероятностью летального исхода.*

Схема лечения зависит от тяжести заболевания, возраста пациента и местонахождения, но всегда включает в себя противовирусные препараты и обильное питье. Также назначают абсорбирующие средства, снижающие интоксикацию организма. Лечение может проходить и на дому, и в условиях стационара.

### Амбулаторное

Лечение на дому обязательно требует обращения к медикам. По назначению врача используются такие группы препаратов:

1. Противовирусные — Виферон, Интерферон.
2. Регидратационные — Регидрон, Глюксонал.
3. Абсорбирующие — Энтеросгель, Смекта.
4. Противодиарейные антибактериальные средства — Энтерофурил, Энтерол.
5. Про- и пребиотики — Линекс, Хилак.

Без консультации врача нежелательно давать какие-либо медикаменты за исключением абсорбирующих. До осмотра врача лучше поить больного простой кипяченой водой.

Противодиарейные средства и препараты для восстановления микрофлоры назначаются во время острого периода не всегда. После его завершения вместе с полезными бактериями иногда назначают ферментные препараты — Панкреатин, Креон.

***Важно!****Категорично запрещается давать зараженному противодиарейные препараты без назначения врача. Также при отсутствии прямых показаний нельзя принимать антибиотики. Они не оказывают влияния на вирус, но способны навредить микрофлоре кишечника. Их назначают только при очевидном или диагностированном присоединении бактериальной инфекции.*

Родители считают, что при домашнем лечении достаточно знать, сколько длится ротавирусная инфекция, чтобы убедится в преодолении болезни. Это неправильный подход — выздоровление можно диагностировать только повторным анализом на отсутствие ротавируса.

Часто родители уточняют — сколько раз дети болеют ротавирусом, потому что существует понятие «второй волны» — спустя 5-7 дней больной поправляется, а через 1-3 дня симптомы появляются вновь. В инфекционной больнице всегда делают анализ при выписке для исключения этого явления.

### Лечение в стационаре

Чем младше малыш, тем вероятнее его попадание в стационар — для них заболевание опаснее всего. Также в больницу попадают заболевшие с тяжелым течением и дети с сильным обезвоживанием. В остальных случаях допустимо лечение дома, но все проживающие должны соблюдать предельную осторожность и обязательно сдать анализы на отсутствие вирионов вируса.

***Совет!****Не стоит пренебрегать госпитализацией при ротавирусной инфекции — ежегодно во всем мире регистрируется свыше 400 тысяч детских смертей от этого заболевания.*

Не зная, сколько ребенок заразен после ротавируса, некоторые родители торопятся поскорее выписаться из больницы. При этом еще сохраняется вероятность инфицирования окружающих — заболевший заразен с первого дня и до полного выздоровления. Наиболее вероятный срок лечения в больнице 4-7 дней, с последующим исследованием кала на содержание в нем вирионов вируса.

Заболевание делится на 3 периода:

1. Инкубационный — максимум до 5 суток.
2. Острый — неосложненный 3-7 суток.
3. Выздоровление — 4-5 дней.

Нахождение в больнице на все время прохождения необязательно, но при сильном обезвоживании жизненно необходимо. Окончательное выздоровление диагностируется лабораторными тестами, а не улучшением самочувствия пациента.

### Народные способы

Различные не медицинские способы тоже могут помочь пациенту быстрее выздороветь или более легко перенести болезнь. Также они способны помочь восстановить ребенка после ротавируса. Исключительно на них нельзя полагаться, но в качестве вспомогательного средства допустимо их применение.

В качестве питья рекомендуют давать следующие настои и отвары:

* укропную воду;
* отвар зверобоя;
* ромашковый чай;
* несладкий компот из сухофруктов или изюма.

Некоторые рекомендуют принимать отвар коры дуба, но это средство имеет выраженный противодиарейный эффект, противопоказанный при ротавирусной инфекции. Многие другие рекомендуемые сборы и отвары также оказывают противодиарейное действие — их применение может быть опасным для жизни из-за чрезмерного размножения вируса. Особого внимания заслуживает и отвар зверобоя — детям до 3 лет его принимать нельзя.

Обтирания водой с добавлением уксуса или спирта советуют даже педиатры. Температура при ротавирусной инфекции сбивается плохо, может оставаться высокой на протяжении нескольких дней, а такие процедуры помогают её немного снизить и облегчить самочувствие пациента.

Полноценное лечение ротавирусной инфекции у детей включает обязательную диету. Нужно знать, что можно есть во время болезни — правильное питание залог быстрого выздоровления.

### Особенности питья и питания

Если не знать, чем кормить ребенка при ротавирусной инфекции, то можно нанести большой вред. Обязательно должны быть исключены все молочные продукты.

Детей, находящихся на искусственном вскармливании, необходимо перевести на безлактозные смеси. Исключением является грудное молоко, но в случае критичного обезвоживания запрещается и оно. Во избежание новых приступов рвоты, необходимо правильно поить детей.

Особенности приема жидкости:

1. Часто и малыми порциями.
2. Круглосуточно, будить — если спит.
3. Делать паузы между приёмами жидкости.
4. Соблюдать постепенность в наращивании объёмов питья.

Младенцев во время острого периода нужно поить каждые несколько минут из ложки, выдерживая интервалы. Даже если малыш сильно хочет пить — больше 50 мл за раз не давать. Перед следующей порцией нужно сделать паузу. Равномерное поступление жидкости значительно важнее пищи — малыш может отказаться от пищи на время. При отказе нельзя кормить детей насильно, допустимо полное голодание.

Во избежание прогрессирования ацетонемического состояния и вымывания солей в питье можно добавлять малое количество сахара и соли. Также допустимы специальные средства типа Регидрона. Обильное питье — остро необходимо, в случае отказа от жидкости требуется её внутривенное введение в условиях стационара.

Если заболевший не отказывается от пищи, то она должна быть диетической. Во время острого периода разрешаются каши на воде, протертые овощные пюре, рис и его отвар, куриный бульон и сухарики. Также должна соблюдаться диета после ротавирусной инфекции — объем и плотность пищи нужно увеличивать постепенно. Первое время следует избегать молочного, жирного, жаренного, острого и сладкого.

## Осложнения

Важно своевременно распознать ротавирус и исключить негативные последствия. Максимальный контроль весь период болезни должен быть направлен на восполнения утраченного объема жидкости.

***Внимание!****Если ребенок с ротавирусом находится на амбулаторном лечении, но на любой прием жидкости отвечает рвотой — необходима срочная госпитализация. Требуется срочное восстановление посредством капельниц. Рвота грозит катастрофическим обезвоживанием, способным привести к летальному исходу.*

Если в первые дни после ротавируса ребенок ничего не ест — не стоит сильно волноваться и насильно его кормить. Значительно важнее соблюдать питьевой режим, предлагая частые перекусы из разрешенных продуктов, но, не пытаясь заставить его поесть. Правильное восстановление после ротавирусной инфекции позволяет минимизировать отрицательное воздействие болезни на состояние здоровья.

Пристальное внимание на самочувствие детей стоит обратить родителям, если наблюдалось сильное обезвоживание и появление выраженного ацетонемического состояния.

Важно проверить работу почек, возможны такие последствия:

* Синдром Гассера.
* Инфекционно-токсическая почка.
* Острая почечная недостаточность.

Если после ротавируса болит живот — это повод пройти дополнительное обследование. Само по себе заболевание обычно не вызывает болей после выздоровления, но может повредить кишечник. Если боль сочетается с тёмным стулом или [кровью в кале](http://www.vse-pro-detey.ru/u-rebyonka-ponos-s-krovyu-i-slizyu/), то нужно срочно обратиться за медпомощью.

В большинстве случаев перенесенное заболевание проходит без последствий, но его течение всегда вызывает сильный стресс для организма. Чтобы защитить ребенка от ротавирусной инфекции, необходима своевременная профилактика.

## Профилактика

Наиболее важным пунктом профилактики считается гигиена. Важно с младенчества научить детей мыть руки после туалета, возвращения с прогулки и перед едой. Необходимо исключить употребление сырой воды — хлор не может полностью побороть ротавирус. Термическая обработка продуктов должна быть достаточной, а мытье фруктов и овощей тщательным. Для детей овощи и фрукты перед употреблением лучше ополоснуть кипятком.

Особое внимание нужно уделять влажной уборке дома и регулярной дезинфекции детских игрушек, а также исключению контактов с малышами, имеющими респираторные симптомы. Укрепление общего иммунитета тоже относится к профилактическим мерам. В случае заболевания, крепкий иммунитет позволит легче перенести инфекцию.

Существует и прививка от ротавируса, но она не входит в список обязательных вакцин. Решение о её применении принимают родители или опекуны ребенка.