**Мышиная лихорадка - инфекция сезонаКак уберечь себя и своих близких?**

Существует такая **инфекция,**которую переносят грызуны. Эта инфекция очень опасна для человека, попав в организм, она вызывает лихорадку, последствия которой для человеческого организма весьма плачевны Речь идет о мышиной лихорадке. Но оградиться от нее можно, приняв своевременные меры профилактики.  
На языке врачей **мышиная лихорадка**называется геморрагической лихорадкой с почечным синдромом. Ее относят к  одному из самых тяжелых, смертельно опасных инфекционных заболеваний. Вирус, попав в организм человека, поражает мелкие кровеносные сосуды, почки, легкие и другие органы человека.  
Как человек может заразиться этим **вирусом?**Вообще, в окружающую среду вирус мышиной лихорадки попадает с выделениям инфицированных грызунов. Заражение человека может происходить различными путями, но чаще всего оно происходит при непосредственном контакте человека со зверьками, а также употреблении продуктов питания, вдыхания пыли, содержащей выделения грызунов.  
Инфицироваться можно  в течение всего года**,**однако наибольшее число заболеваний отмечается в весенне-­летний сезон, когда люди выезжают на дачу, в лес, на природу.  
Отметим также, на широкое распространение заболевания влияет количество грызунов- носителей вируса.  
Заразиться мышиной лихорадкой можно и в городе, однако наибольшая вероятность инфицирования  при выезде на природу. Непосредственными источниками этого инфекционного заболевания являются грызуны (чаще всего мыши- полевки забирающиеся в дачные домики), а также суслики, кроты и другие.  
Ясно, что если не будет контакта с грызунами совсем, то и не будет заражения болезнью. Но, как показывает практика, люди уже в майские праздники начинают выезжать загород, на дачи, где проводят уборку домиков, в которых могут быть выделения грызунов. Тоже самое относится и к летнему периоду.  
В чем заключается **профилактика**мышиной лихорадки? В первую очередь, она сводится к предупреждению контакта с грызунами и их выделениями. Помните о том, что в период долгого отсутствия в дачных домиках в любом случае заселяются грызуны. Поэтому, приехав на дачу, первым делом надо проверить помещение в отсутствие людей. Второй шаг: защитив органы дыхания (подойдет респиратор или ватно-марлевая повязка), надев на руки резиновые перчатки, провести тщательную влажную уборку, провести дезинфекцию. Все постельные принадлежности необходимо выбить, перед этим просушив их на солнце не менее 4 часов.  
Все меры по профилактике мышиной лихорадки направленные на предупреждение контактов с грызунами и их выделениями. Запасы продуктов питания и воды надо хранить в плотно закрытой таре. В случае их порчи их лучше уничтожить либо провести термическую обработку.  
Помните о том, что любое скопление мусора или отходов привлекает грызунов, создает благоприятные условия для их размножения, тем самым снижает эффективность мероприятий, направленных на профилактику заболевания. Если хотите использовать специальные препараты для уничтожения грызунов, надо выбирать те, у которых есть сертификат соответствия. Помните о том, что против мышиной лихорадки нет вакцины или иммуноглобулина  
С момента заражения до проявления первых признаков лихорадки проходит от 7 до 10 дней. Заболевание на начальной стадии похоже на обыкновенное острое респираторное заболевание: повышается температура тела, болит голова, появляется боль в мышцах, общая слабость, потеря аппетита. Иногда симптомами могут быть тошнота и рвота. У некоторых людей появляется заложенность носа, сухой кашель, туман в глазах. Позже к этим симптомам добавляется боли в пояснице и животе, иногда появляется сыпь. Происходит нарушение функций почек, постоянно мучает жажда, сухость во рту, икота. Могут возникнуть кровотечения - почечные, желудочные, носовые и прочие будьте внимательными, при любых проявлениях заболевания обратитесь сразу к врачу. Лечение может назначить только врач, самолечением заниматься ни в коем случае нельзя.  
 

**Памятка населению по профилактике геморрагической лихорадки**

Природные очаги геморрагической лихорадки с почечным синдромом (ГЛПС) выявлены практически во всех районах Оренбургской области. Ежегодно среди населения регистрируются случаи заболеваний.       
Геморрагическая лихорадка с почечным синдромом (ГЛПС) - зоонозная природно-очаговая вирусная инфекционная болезнь. Характеризуется цикличным течением, синдромом интоксикации, лихорадкой, геморрагическими проявлениями и развитием у большинства больных острой почечной недостаточности.  
Источники вируса ГЛПС**:** полевая мышь, домовая мышь, серая и черная крысы, различные виды полевок.  
Путь заражения: в основном, при вдыхании зараженной вирусом ГЛПС пыли, а также при употреблении загрязненных  выделениями грызунов пищевых продуктов, воды во время сельскохозяйственных работ, работе в лесу, отдыхе на природе, рыбалке, при посещении леса, сборе ягод и  грибов.  
Симптомы: заболевание начинается остро с подъема температуры тела до 39-40 градусов. Отмечается озноб, головная боль, гиперемия лица, склер, конъюнктивит. С 3-4 дня на фоне снижения температуры появляются боли в пояснице, в животе, сыпь на туловище, кровоизлияния в конъюнктиву и склеры глаз, снижается количество мочи, отмечается гематурия (кровь в моче), носовые и желудочно-кишечные кровотечения.  
Больные ГЛПС нуждаются в экстренной медицинской помощи.  
В целях профилактики:  
·         во время работы при большом количестве пыли (снос старых строений, погрузка сена, соломы, травы, разборка штабелей досок, брёвен, куч хвороста, уборка помещений и т.п.) необходимо использовать рукавицы и респиратор или ватно-марлевую повязку;  
·         уборка помещений должна проводиться только влажным способом;  
·         продукты должны быть недоступными для грызунов, храниться в металлической, плотно закрывающейся таре. Повреждённые грызунами пищевые продукты нельзя использовать в пищу без термической обработки;  
·         не употреблять воду из открытых водоемов;  
·         строго запрещается курить и принимать пищу немытыми руками;  
·         ни в коем случае нельзя прикасаться к живым или мёртвым грызунам без рукавиц или резиновых перчаток.  
Горожанам, имеющим дачные и садовые участки, весной и осенью необходимо:  
·         обеспечить грызунонепроницаемость в загородных домах, сооружениях в целях исключения условий для проникновения и обитания в них грызунов;  
·         приобретать и раскладывать готовые отравленные приманки или другие средства борьбы с грызунами в жилых помещениях, на прилегающих к домам территориях, садовых участках или заключать договора с организациями дезинфекционного профиля для проведения профилактических дератизационных мероприятий;  
·         двукратно, весной и осенью проводить дератизацию на всех объектах садово-дачного кооператива, товарищества и прилегающей к нему территории (сплошная дератизация).  
·         проведение дератизации по границе садово-дачного кооператива, товарищества на создаваемых защитных полосах шириной 200-500 м с целью предупреждения миграции грызунов (барьерная дератизация).

    
**В целях профилактики заражения ГЛПС Управление Роспотребнадзора по Оренбургской области рекомендует:**

         ограничить посещение лесных массивов с целью прогулок, занятий спортом, сбора грибов, ягод, лекарственных трав, в случае их посещения стараться ходить по протоптанным тропам, не принимать пищу, не вымыв предварительно руки;  
избегать ночевок в стогах сена, скирдах  соломы, шалашах, заброшенных строениях, не  использовать для подстилок прошлогоднее сено или солому;  
          владельцам дачных участков и жилых домов следует обратить внимание на то, что нескошенная трава, складирование сухостоя, нерегулярная уборка бытового мусора способствуют формированию благоприятных условий для размножения мелких грызунов. Необходимо регулярно очищать дачную и прилегающую к ней территорию от мусора, сухостоя, валежника; не сваливать его у ограждения или на территории, а вывозить на санкционированные свалки;  
         сбор мусора и сухостоя необходимо проводить в защитной одежде (халаты, сапоги, рукавицы), при этом  использовать увлажненные защитные маски. Также необходимо использовать 4-х слойную марлевую маску для защиты органов дыхания при всех работах, связанных с возгонкой пыли - при перевозке сена, соломы, заготовке дров, хвороста в лесу, уборке дачных домиков, подвалов, сараев, гаражей и др.;  
следить за тем, чтобы грызуны не проникали в жилые помещения, своевременно заделывать вентиляционные отверстия решетками с мелкими ячейками, в жилых и хозяйственных постройках регулярно проводить грызуноистребительные работы при помощи отравленных приманок или механических ловушек, особенно в октябре-ноябре- в период массовой миграции мышевидных грызунов из леса ближе к жилью. Используя отравленные приманки, надо помнить о безопасности людей и особенно детей. Поэтому размещать их надо в укромных труднодоступных местах. Приобретая приманки, необходимо обратить внимание на наличие четкой инструкции по использованию и наличие государственной регистрации препарата;   
продукты питания надо хранить в непроницаемой для грызунов таре, не использовать продукты, которые уже повреждены ими, или со следами помета;  
         не ловить и не брать в руки грызунов или их трупы;  
**При появлении признаков заболевания: (**повышении температуры, болей в области поясницы, мышцах, уменьшении количества выделяемой мочи и изменении ее цвета) немедленно обращайтесь к врачу, заниматься самолечением опасно.