## Профилактика ГЛПС: памятка населению

     Геморрагическая лихорадка с почечным синдромом (ГЛПС) - острая вирусная природно-очаговая болезнь, характеризующаяся избирательным поражением кровеносных сосудов и, протекающая с лихорадкой, общей интоксикацией, и  поражением почек.
     С момента заражения до появления первых признаков заболевания проходит 7—10 дней (максимально до 40 дней). Начало заболевания похоже на обычную острую респираторную инфекцию — повышается температура, появляются головная боль, боли в мышцах, общая слабость, потеря аппетита, иногда тошнота и рвота. У некоторых больных отмечаются заложенность носа, сухой кашель, кратковременное ухудшение зрения (туман в глазах), позже к перечисленным симптомам присоединяются боли в пояснице и животе.
      Заболевание встречается на всей территории Вологодской области. Основными источниками инфекции являются: лесная и рыжая полевка, а также полевая мышь. В городах резервуаром инфекции, могут быть домовые мыши. Вирус ГЛПС попадает во внешнюю среду с выделениями зараженных зверьков. Основной путь передачи инфекции — воздушно-пылевой, при котором пыль, содержащая высохшие выделения грызунов, а, следовательно, и вирус попадают в организм человека. Чаще всего, таким путем человек заражается при контакте с травой и сеном, где обитают грызуны. Возможно заражение пищевым путем через продукты и через руки, загрязненные выделениями грызунов. Заражение чаще всего происходит при кратковременном пребывании на отдыхе в лесу, при работе в садах, огородах и дачах, по месту жительства в домах, расположенных вблизи леса, на производстве с работой в лесу или вблизи него, в сельской местности при транспортировке сена, соломы. Опасно употребление воды из открытых водоемов, куда также могут попасть инфицированные испражнения грызунов.   Заболевание от человека к человеку не передаётся.
       Заболеваемость имеет четкую сезонность: наибольшее число случаев болезни регистрируется с мая по октябрь – декабрь с максимальным подъемом в июне – сентябре, что обусловлено нарастанием численности грызунов, частыми посещениями леса, выездами на рыбалку, сельскохозяйственными работами и т.п., а также в ноябре – декабре, что связано с миграцией грызунов в жилые помещения.
      При первом после зимнего перерыва посещении садов и дач необходимо помнить, что длительно непосещаемые людьми постройки, как правило, заселяются грызунами. Первым делом нужно хорошо проветрить помещения, желательно, в отсутствии людей. Затем, обязательно защитив органы дыхания респиратором или ватно-марлевой повязкой и надев резиновые перчатки, провести тщательную влажную уборку с добавлением дезинфицирующих средств, при их отсутствии — тёплым мыльно-содовым раствором. Постельные принадлежности можно просушить на солнце в течение 3–5 часов.

Для ГЛПС отсутствуют меры специфической профилактики, то есть не существует вакцины или специфического иммуноглобулина против этой болезни. Предупреждение заболеваний ГЛПС сводится к общесанитарным мероприятиям и борьбе с грызунами.

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. Поврежденные грызунами пищевые продукты нельзя использовать в пищу без термической обработки;
— строго запрещается курить и принимать пищу немытыми руками;
— ни в коем случае нельзя прикасаться к живым или мертвым грызунам без резиновых перчаток.