Мышиная лихорадка. Простые способы, чтобы уберечь себя от опасной инфекции

Дачный сезон уже в разгаре. На садовых участках наведен порядок, убран прошлогодний мусор, на грядках зеленеет рассада, распускаются бутоны садовых цветов. Многие уфимцы предпочитают проводить время на садово-дачных участках, вдали от городской суеты. Но, к сожалению, садоводы зачастую не задумываются об опасности, которая подстерегает их на любимых сотках. Именно там можно заразиться тяжелым инфекционным заболеванием — геморрагической лихорадкой с почечным синдромом (ГЛПС), или попросту «мышиной лихорадкой».

Переносчиками инфекции являются грызуны: полевые мыши, крысы, серые полёвки и даже домовые мыши. Но самым опасным носителем вируса считается рыжая полёвка, которая обитает в лесистой местности.

Заразиться мышиной лихорадкой очень просто, достаточно лишь вдохнуть пыль с пола, где пробегала мышь, прикоснуться к грызуну или его выделениям.

После заражения у человека резко повышается температуры до 39-40°С, кроме того, больной испытывает боль в области поясницы, задержку мочеиспускания, вплоть до ее отсутствия, слабость, головную боль и сухость во рту. Если у вас появились эти симптомы, нужно срочно обратиться к врачу и начать лечение. Промедление может стоить вам жизни.

Во время проведения садово-дачных мероприятий нужно следовать правилам, которые помогут вам уберечь себя и своих родных от опасной инфекции.

Для уборки дачного домика используйте хлоросодержащие средства. Работайте только в резиновых перчатках, при этом защитив органы дыхания четырехслойной марлевой повязкой, прикрывающей рот и нос.

Вирус ГЛПС не переносит высоких температур, а риск заражения мышиной лихорадкой снижается и от пребывания на солнце, так как ультрафиолетовые лучи действуют на нее губительно. Поэтому мебель, одеяла и подушки нужно просушить на солнце, а постиранное постельное белье тщательно прогладить. Посуду следует помыть при помощи дезинфицирующих средств.

Помните, что продукты, которые были оставлены на зиму, нельзя употреблять в пищу. Не исключено, что они уже были объектом внимания грызунов.

Для питья и приготовления пищи используйте только кипяченую или бутилированную воду. Привезенные с собой продукты, если даже они в пакетах, нельзя ставить на пол или землю. Уже мытые фрукты и овощи лучше еще раз ошпарить кипятком. Термическая обработка помешает вирусу попасть в ваш организм.

Конечно, нужно помнить и о правилах личной гигиены. После работы на участке, перед приемом пищи каждый раз тщательно мойте руки с мылом! Курящим людям нужно быть

особенно внимательными: схватившись грязными руками за фильтр сигареты, вы можете заразиться опасным вирусом.

Если во время работы в саду или на участке вы поранились, то срочно обработайте ссадины, порезы или царапины 3%-ным раствором перекиси водорода, йодом или зеленкой. Не оставляйте без внимания и уже имеющиеся раны. Их тоже необходимо обработать антисептическими средствами.

К сведению:

— прививок от ГЛПС нет;

— у человека, перенесшего мышиную лихорадку, на всю жизнь сохраняется иммунитет к этому заболеванию;

— больной ГЛПС не является заразным для других людей;

— выписанным из больницы после ГЛПС назначается строгая диета: из рациона исключаются продукты, содержащие уксус, в том числе майонез, маринад, копчености, спиртное. Кроме того, в течение года нужно воздерживаться от тяжелых физических нагрузок.