



Ресурс громадської охорони здоров'я REF № 009: Рекомендації щодо норовірусу для проживаючих у місцях скупчення переміщених осіб, які рятуються від війни в Україні. Версія 1.0 20/04/22
Public Health Resource REF No. 009: Advice on Norovirus for residents in congregated settings for displaced people fleeing war in Ukraine. Version 1.0 20/04/22



Консультації з норовірусу («Зимове блювання») для переміщених осіб, що мешкають у центрах тимчасового розміщення, які рятуються від війни в Україні

Що таке норовірус?

Норовірус (або зимове блювання) - це вірус, який дуже часто викликає гастроентерит.

Які симптоми норовірусу?

Симптоми норовірусу включають:

- Нудота (часто раптовий початок)
- Блювота (часто сильна - "прободна")
- Водяниста діарея та
- Температура.

Симптоми з'являються через 12-48 годин після зараження. Хвороба нетривала - вона триває лише близько 1 або 2 днів. Тим не менш, деякі люди (зазвичай дуже молоді або літні) можуть стати дуже зневодненими (сухими) і їм може знадобитися госпіталізація.

Чи заразні норовіруси?

Норовіруси дуже заразні і можуть легко передаватися від людини до людини. І блювота, і випорожнення інфікованої людини містять вірус. Люди, інфіковані норовірусом, заразні з моменту, коли вони починають почуватися погано, і протягом 48 годин після припинення блювоти та діареї.

Людям важливо добре мити руки, коли вони хворі, і після того, як вони одужали від норовірусної хвороби.

Як поширюється норовірус?

Люди можуть заразитися вірусом декількома способами, зокрема:

- Контакт із інфікованою людиною, наприклад при догляді за хворим норовірусом
- Контакт із забрудненими поверхнями або предметами, а потім дотик до рота
- У таких закладах, як лікарні, приймальні центри та готелі, хворий, персонал та мешканці можуть передавати вірус іншим людям або забруднювати поверхні під час контакту руками.
- Вживання зараженої їжі.

Хто схильний до ризику зараження норовірусом?

Норовірусна інфекція вражає людей різного віку. Люди можуть заразитися норовірусом більше одного разу.

Як лікується норовірус?

Специфічного лікування норовірусу не існує - люди одужують самі. Важливо пити багато рідини, щоб запобігти зневодненню.



Ресурс громадської охорони здоров'я REF № 009: Рекомендації щодо норовірусу для проживаючих у місцях скупчення переміщених осіб, які рятуються від війни в Україні. Версія 1.0 20/04/22
Public Health Resource REF No. 009: Advice on Norovirus for residents in congregated settings for displaced people fleeing war in Ukraine. Version 1.0 20/04/22



Якщо я хворію на норовірус, як я можу запобігти зараженню інших?

Хороша гігієна важлива для запобігання зараженню інших, включаючи ретельне миття рук (див. нижче). Також слід уникати приготування їжі протягом 2 днів після зникнення симптомів.

Чи є довгострокові наслідки?

Ні, у норовірусу немає довгострокових наслідків.

Що можна зробити, щоб запобігти зараженню норовірусом?

- Часте миття рук (див. «Миття рук» нижче), у тому числі після відвідування туалету, зміни підгузків та перед їжею або приготуванням їжі.
- Ретельно очистіть і продезінфікуйте забруднені поверхні відразу після епізоду захворювання за допомогою засобу для чищення на основі відбілювача.
- негайно зніміть та виперіть одяг або постільну білизну, які можуть бути заражені вірусом після епізоду хвороби (використовуйте гарячу воду та мило).
- Змивайте або викидайте блювотні маси та/або кал в унітаз і слідкуйте за тим, щоб навколишній простір утримувався в чистоті.

Коли слід мити руки?

Регулярне миття рук з милом і теплою проточною водою протягом не менше 15 секунд (час, необхідний для того, щоб двічі заспівати «З днем народження»), а потім витирання одноразовим паперовим рушником - найбільш ефективний спосіб зменшити поширення норовірусу. Завжди мийте руки з милом та проточною водою, особливо:

- Після використання або прибирання туалету
- Після контакту з будь-ким з діареєю або блювотою
- Після дотику до предметів, забруднених в результаті діареї або блювоти
- Після контакту із забрудненим одягом або постільною білизною (включаючи підгузки)
- Після поводження з побутовими та садовими відходами або сміттям
- Після дотику або поводження з домашніми тваринами чи іншими тваринами
- Після повернення додому після роботи в саду або на фермі
- Перед обробкою, приготуванням, подачею на стіл або вживанням їжі чи напоїв.

****Якщо ви знаходитесь у приймальному центрі і у вас блювота, обов'язково повідомте про це начальника, щоб можна було швидко організувати прибирання.****