

Как распознать менингит

МЕНИНГИТ - воспаление головного и спинного мозга. Может вызываться бактериями, вирусами, грибками. Источник инфекции - больные и вирусоносители. До 90% случаев менингита наблюдается у детей.

Пути передачи инфекции:



воздушно-капельный
- при контакте с заболевшим человеком или вирусоносителем



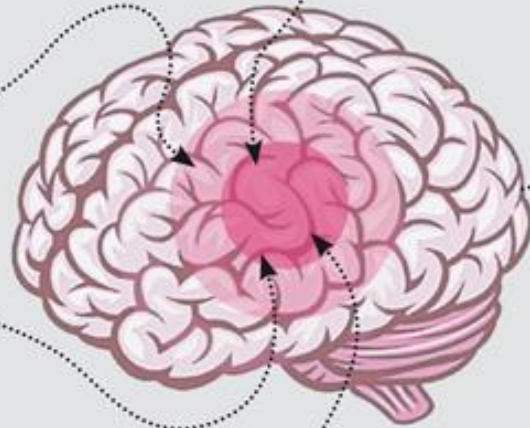
контактно-бытовой
- через предметы обихода, посуду, игрушки



пищевой - при употреблении в пищу немытых ягод, фруктов и овощей



водный - при купании в открытых водоемах или бассейнах.



Симптомы:



резкое повышение температуры до 38-40 градусов



общая слабость, рвота, жидкий стул



сильные головные боли, насморк, кашель, воспаление горла



иногда - сыпь (красные высыпания с пузырьками - на коже или слизистой рта)



боли в животе и в мышцах, особенно - в мышцах шеи. Ребенок не может поднять или опустить голову



светобоязнь, судороги, беспокойство, плохой сон, спутанность сознания



у грудничков может набухнуть «родничок»

Как защититься?

- **укреплять иммунитет** (закаливание, физические нагрузки, прогулки);
 - **кипятить воду для питья**;
 - **тщательно мыть чистой водой** (в идеале - бутилированной) **овощи, фрукты и ягоды**, лучше всего - ошпаривать их кипятком, особенно перед тем, как давать в пищу детям. Вирус погибает при 56 градусах по Цельсию;
 - **соблюдать правила личной гигиены**, мыть руки, следить за тем, чтобы ребенок не брал ничего в рот на улице;
 - **избегать контактов с теми, у кого появились симптомы энтеровирусного заболевания**;
 - если врачи говорят о вспышке менингита, не посещать детский сад, **избегать мест массового скопления людей**;
 - **не купаться там, где это запрещено**.
- Важно:** иммунитет у того, кто переболел менингитом, вырабатывается, но только к конкретному типу вируса, а их более сотни.