**ПАМЯТКА**
**по профилактике менингококковой инфекции**

***Болезнь легче предупредить, чем лечить***

**Что это за болезнь?
Менингококковая инфекция**, в быту известна как менингит - инфекционное (заразное) заболевание. Проявляется в виде острого заболевания менингита (воспаление мозговых оболочек) или менингококкового сепсиса (заражение крови), а иногда назофарингита (воспаление слизистой носа и глотки).
Первые признаки болезни ничем не отличаются от обычной простуды: насморк, кашель. Затем появляются три главных симптома: высокая температура тела до 38-40 градусов, внезапные приступы рвоты и сильная головная боль. У грудных детей появляется резкий плач. Появляется и характерная для таких больных поза: они лежат, запрокинув голову назад, ноги поджаты к животу. При попытке наклонить голову к груди отмечается сопротивление, напряжение мышц шеи и затылка. Если иммунная система ослаблена, микроб проникает в кровь и на коже конечностей, ягодицах, боковых поверхностях туловища появляется сыпь не правильной звёздчатой формы пурпурно-красного цвета, не исчезающая при надавливании. Развивается тяжёлая форма, зачастую молниеносно протекающая - менингококкового сепсиса с поражением почек и надпочечников, возникновением отёка головного мозга, инфекционно-токсического шока и смертельным исходом.

**Кто является источником инфекции?**Источником инфекции может быть больной человек и носители менингококка. Наиболее опасны носители (внешне здоровые люди, имеющие микробы в организме), поскольку на одного заболевшего приходится 1800 носителей. Опасность носителей менингококковой инфекции объясняется тем, что они сами не болеют, но могут заражать окружающих. Менингококковая инфекция встречается повсеместно, во всех странах мира. Чаще болеют дети в возрасте 1-2 лет,

у которых недостаточный иммунитет, среди взрослых - молодые люди до 30 лет.
Заболеваемость повышается в зимне-весенний период, чему способствует скученность людей в общественных местах, транспорте, недостаточное нахождение на свежем воздухе.

**Как передаётся заболевание?**Путь передачи инфекции - воздушно-капельный (при кашле, чихании, разговоре). Возбудитель – менингококк крайне неустойчив во внешней среде, быстро погибает при охлаждении и высыхании, при кипячении – за 30 секунд. Микроб проникает через слизистые оболочки верхних дыхательных путей в организм здорового человека при длительном и тесном общении с источником инфекции (рядом спят, принимают пищу, учатся, воспитываются). От момента заражения до начала заболевания проходит от одного до десяти дней. Больной заразен для окружающих с первых дней болезни. Восприимчивость к заболеванию высокая. Менингиты сопровождаются воспалением оболочек головного и спинного мозга, могут вызываться вирусами (серозные) и бактериями (гнойные).
Конечно же, более опасными являются бактериальные менингиты, смертность от которых достигает 40%, даже при своевременно начатом лечении.

**Каковы могут быть последствия?**После перенесенного заболевания может развиться осложнение – глухота, у маленьких детей – глухонемота, в редких случаях – параличи. Не занимайтесь самолечением, немедленно вызывайте врача на дом или скорую медицинскую помощь, чем раньше будет оказана квалифицированная медицинская помощь, тем быстрее и эффективнее будут результаты выздоровления.
В течение 2-х лет переболевшие люди находятся под наблюдением врача-невролога, при наличии каких-либо остаточных явлений назначается необходимое лечение.

**Каковы меры профилактики?**

* Избегайте: переохлаждений, поездок с ребенком в общественном транспорте, посещение зрелищных мероприятий, магазинов, парикмахерских и других мест массового нахождения людей, гуляйте с ребенком больше на открытом воздухе.
* Праздничные мероприятия, связанные с рождением ребёнка, лучше проводить вне квартиры, где он находится.
* Родители помните! Что в случае простудных проявлений Вам необходимо пользоваться марлевыми (одноразовыми масками).
* В помещении, где находился больной (очаге) необходимо проведение ежедневной, влажной уборки, частое проветривание; в детских учреждениях обеззараживание воздуха бактерицидными лампами, разуплотнение детей в спальных помещениях.
* Все лица, общавшиеся с больным в семье, коллективе в течение 10 дней подвергаются медицинскому наблюдению, обследованию на носительство менингококков.
* За соблюдением санитарно-противоэпидемического режима и недопущению распространения заболеваний в организованных коллективах – специалистами зонального центра гигиены и эпидемиологии осуществляется контроль, с принятием адекватных мер.

**Самолечение недопустимо!**