

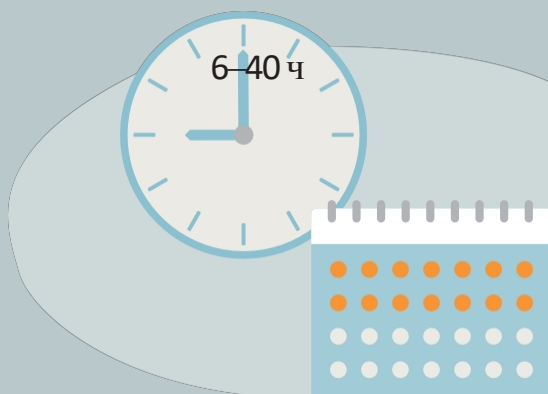
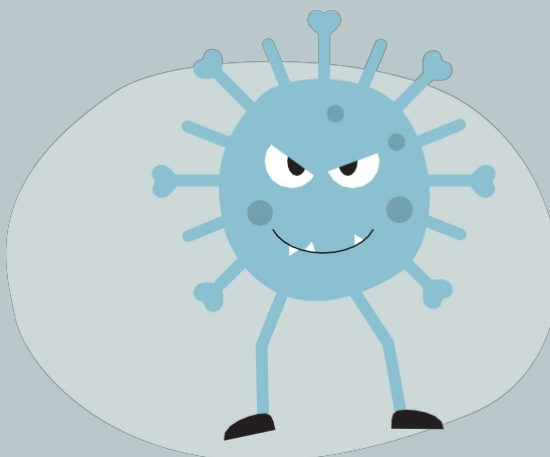
Норовирус

Норовирусы относятся к числу наиболее распространенных возбудителей инфекционных заболеваний желудочно-кишечного тракта. Они особенно часто встречаются в осенне-зимний период – не только в стационарных учреждениях, но и в амбулаторном уходе. Пациенты, которые, например, находятся на дневном уходе или возвращаются домой после пребывания в больнице, также могут передавать вирус. Поэтому необходимо быть бдительными и строго соблюдать все гигиенические меры, введенные PDL, руководством жилого комплекса или медицинским персоналом.

Как передается норовирус?

Вирусы выделяются с калом и рвотой. Заражение происходит в основном через:

- прямого контакта с больными людьми
- загрязненных поверхностей
- или крошечных капель в воздухе при рвоте



Инкубационный период

- Симптомы могут проявиться уже через 6–50 часов после заражения.
- Особенно заразной является фаза острого течения болезни, но даже после нее вирус выделяться с калом в течение 14 дней. Поэтому даже после исчезновения симптомов необходимо соблюдать гигиену.

Так проявляется заболевание:



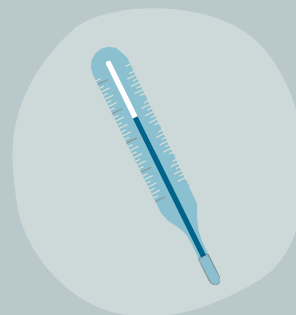
внезапная сильная рвота,



сильный понос



боли в животе, тошнота,
головная боль, слабость



иногда повышенная
температура тела.



ВНИМАНИЕ: потеря жидкости является самой большой опасностью, особенно для пожилых людей. Следите за тем, чтобы пациент пил достаточно жидкости. Если это не так, сообщите об этом соответствующему медицинскому работнику.



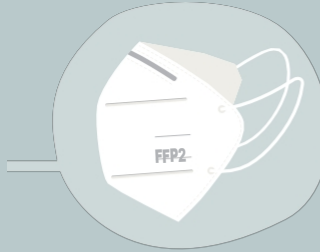
Ваша задача как ухаживающего: соблюдать меры гигиены

При подозрении на норовирусную инфекцию PDL или медицинский работник назначит соответствующие меры. Ваша задача как медицинского работника состоит в том, чтобы

внимательно и последовательно выполнять эти инструкции – для защиты заботливо ухаживаемого пациента, других пациентов и, конечно же, для вашей собственной защиты.

Обратите внимание:

- перчатки, защитные халаты и маски FFP2 следует использовать после каждого использования и только для одного пациента.
- Всегда соблюдайте гигиену рук в соответствии с планом – продолжайте даже после исчезновения симптомов (не менее 4–6 недель!).
- Гигиена поверхностей: регулярно дезинфицируйте дверные ручки, туалеты, раковины.
- Предметы ухода использовать только для одного пациента и тщательно дезинфицировать.
- Белье всегда перевозить в закрытом пакете и стирать при температуре не ниже 60 °С.
- Держите на расстоянии соседей по комнате, родственников и, при необходимости, домашних животных.
- При появлении собственных симптомов (например, тошнота или диарея) немедленно сообщите об этом руководству и обратитесь к врачу . Возобновить работу можно не ранее чем через 48 часов после исчезновения симптомов.
- Если пациент должен быть переведен (например, в больницу), обязательно заранее сообщите об этом службе транспорта и учреждение.
- Больные могут принимать посетителей только через 2 дня после полного исчезновения симптомов после полного исчезновения симптомов.
- Дети и люди с ослабленным иммунитетом не должны контактировать с больными.



Указание об обязательности уведомления

Согласно Закону о защите от инфекционных заболеваний, инфекция, вызванная норовирусами, подлежит регистрации (§ 6 и § 7 IfSG). Особенно это касается людей, работающих в общественных учреждениях или имеющих детей до 6 лет.

Для детей в возрасте до 18 лет действуют особые правила. Обратите внимание: заявление подается лечащим врачом – в случае возникновения вопросов обращайтесь к своему PDL.



Лечение

Целенаправленного лечения норовируса не существует, вакцинации также нет. Важно прежде всего восполнить потерю жидкости и электролитов. Если ваш пациент пьет недостаточно или сильно ослаблен,

незамедлительно сообщите об этом ответственному специалисту или PDL. После консультации с врачом он примет решение о необходимости, например, подкожной инфузии или госпитализации.

Как вы можете помочь своему пациенту

При норовирусной инфекции пациент часто чувствует себя ослабленным, неуверенным и беспомощным – особенно подвержены риску пожилые люди и люди с сопутствующими заболеваниями. Даже

если специального лечения нет, вы, как ухаживающий за больным, можете многое сделать для того, чтобы ваш пациент чувствовал себя ухоженным и в безопасности.

Что можно есть и пить пациенту?

Всегда следуйте указаниям медицинского работника и, при необходимости, рекомендациям врача. Основное правило:

- **Питье – это самое главное:** регулярно предлагайте небольшие количества жидкости – лучше всего негазированную воду, травяные (например, ромашковый, фенхельный) или слегка подсоленным бульоном.
- **Не давайте молочные продукты и фруктовые соки:** они могут усилить диарею — их следует обязательно исключить.
- **Легко усваиваемая пища, когда аппетит возвращается:** сухари, соленые палочки, тушеная морковь, Рис, овсяная каша или банан – предлагайте небольшими порциями и внимательно наблюдайте, что ребенок переносит. Ни в коем случае не давайте тяжелые для пищеварения жирные или острые блюда.
- **Что еще можно сделать?** Не стесняйтесь спросить: «Что вы хотите пить?» или «Что раньше помогало от боли в животе?» Это создает доверие и иногда приносит удивительно хорошие результаты.
- **Предложите грелку,** но только после консультации с медицинским работником и только если нет противопоказаний.
- **Создайте спокойную обстановку** — телевизор, мобильный телефон или громкие звуки создают ненужный стресс.



Помощь при рвоте или диарее у пациента

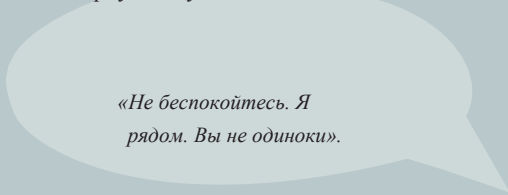
Рвота и диарея не только физически тяжелы для пациентов, но и часто вызывают у них чувство стыда.

Тем более важно, чтобы вы, как ухаживающий за больным, в такие моменты реагировали спокойно, с уважением и уверенностью.



Что можно сделать, если пациент рвет:

- **Немедленно обеспечьте безопасность:** уложите пациента в вертикальное положение или переведите его в безопасное боковое положение – так вы избежите риска попадания рвоты в дыхательные пути.
- **Быстро и гигиенично удалите рвотные массы:** используйте одноразовые перчатки, таз, одноразовые салфетки или целлюлозными салфетками. Затем предложите пациенту тщательно почистить зубы.
- **Успокойте ребенка:** «Все хорошо, такое бывает. Я рядом». Спокойный тон голоса дает ощущение безопасности.
- **Ощущение свежести:** теплая вода для ополаскивания или Влажная мочалка может оказать успокаивающее действие и вернуть ощущение свежести.



Что делать при неприятных запахах?

Запахи также могут быть неприятными — как для пациента, так и для вас, как для ухаживающего. Поэтому обратите внимание на следующее:

- Откройте окна или проветрите помещение, не создавая сквозняка
- Разместите салфетки, поглощающие запахи, или специальные ароматические салфетки (например, с ароматом лаванды или лимона) — не слишком сильно и не раздражающие.
- Используйте чистящие салфетки или перчатки для умывания без запаха.
- Работайте с приятным ароматом, например, капните несколько капель эфирного масла (например, апельсинового или мятного) на внутреннюю сторону маски FFP2, но только если это разрешено и вы не имеете аллергии.
- Говорите успокаивающим и уважительным тоном, потому что ничего хуже для пациентов, чем стыдиться своего запаха. Фраза типа: «Не беспокойтесь, я обо всем позабочусь» может снять большое напряжение.

Маленький жест — большой эффект

В такие моменты вы часто единственный человек, который находится рядом с пациентом. Ваше поведение — заботливое, спокойное, невозмутимое — имеет первостепенное значение. Ведь вы помогаете не только физически, но и эмоционально, чтобы ваш пациент снова почувствовал себя в безопасности и принятым. Спокойно, дружелюбно и простыми словами объясните, что происходит — это успокоит: «Вы подхватили желудочно-кишечный вирус. Мы будем за вами внимательно наблюдать и



Что можно сделать, если у вашего пациента диарея:

- будем быстро сопровождать вас в туалет или при перемещении, всегда следя за защитой кожи и интимной зоны.
- Мягкая очистка (например, теплой водой или специальными салфетками) и кремы для защиты кожи предотвращают , чтобы избежать раздражения.
- Немедленно смените одежду и постельное белье – незаметно, без суеты и спокойным тоном.
- Внимательно наблюдайте за частотой диареи и, при необходимости, записывайте ее или сообщите об этом соответствующего медицинского работника.



помогут вам быстро прийти в себя». Даже ободряющий взгляд, теплая улыбка или короткая беседа о прошлом могут поддержать человека. Покажите: «Я рядом. Вы не одиноки». Именно в такие сложные моменты важно не только то, что вы делаете, но и то, как вы это делаете. Ваше спокойствие, понимание и заботливое отношение имеют огромное значение для пациентов.