

# Защитите себя и своего ребенка от ЦМВ



**ЦМВ (цитомегаловирус)** — распространенный вирус, который поражает людей всех возрастов. Если вы заразитесь ЦМВ в период беременности и вирус передастся плоду, это может привести к тяжелым нарушениям здоровья у будущего ребенка.

## Как ЦМВ влияет на детей?

Когда ребенок рождается с ЦМВ, это называется **врожденной ЦМВ-инфекцией**. У некоторых новорожденных детей могут проявляться такие признаки этой инфекции, как сыпь, желтуха или низкий вес при рождении. Иногда признаки не проявляются. Тем не менее инфекция может вызывать **тяжелые нарушения здоровья**, в том числе такие:



Потеря слуха



Потеря зрения



Трудности в обучении



Задержки роста и развития



Маленький размер головы

## Как ЦМВ влияет на беременных женщин?

Симптомы ЦМВ очень похожи на грипп или простуду: жар, боли в теле и усталость. В отдельных случаях симптомы могут отсутствовать.

Если у вас возникли вышеперечисленные симптомы, **спросите своего врача о необходимости обследования на ЦМВ**.

Врач может назначить анализ крови на ЦМВ. Если результат анализа окажется положительным, врач может назначить дополнительное обследование для плода.



## Как передается ЦМВ?

ЦМВ передается от человека к человеку через физиологические жидкости, к которым относятся: моча, слюна, слезы, грудное молоко, сперма и вагинальный секрет.



Любой человек может заразиться ЦМВ, однако **вероятность заражения выше у родителей маленьких детей и тех, кто работает с такими детьми.** Это связано с тем, что родители и люди, работающие с детьми, чаще контактируют с мочой или слюной детей, которые могут быть инфицированными.

## Как уменьшить вероятность заражения ЦМВ в период беременности?

Чтобы уменьшить риск заражения ЦМВ:



Мойте руки после смены подгузника, кормления, протирания носа или рта ребенка, после контакта с игрушками или сосками-пустышками



Не делитесь едой, напитками, посудой и зубными щетками



Очищайте игрушки и столешницы



Если хотите поцеловать маленького ребенка, целуйте его в щеку или лоб, чтобы уменьшить риск попадания слюны на губы



Не кладите в рот предметы, к которым мог прикасаться ребенок

Чтобы узнать больше о ЦМВ, перейдите на сайт [NationalCMV.org](https://www.nationalcmv.org).



Этот проект поддерживается Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Центры по контролю и профилактике заболеваний), регулируемые U.S. Department of Health and Human Services (HHS, Министерство здравоохранения и социального обеспечения США), в рамках финансовой помощи в размере 350 000 долл. США. Денежные средства в полном объеме предоставляются CDC/HHS. Содержание документа выражает мнение авторов, не было одобрено и не обязательно отражает официальную позицию American Academy of Pediatrics, CDC/HHS или U.S. Government (правительство США).



150-291 August 2024 To request this document in another format, call 1-800-525-0127. Deaf or hard of hearing customers, please call 711 (Washington Relay) or email [doh.information@doh.wa.gov](mailto:doh.information@doh.wa.gov).

