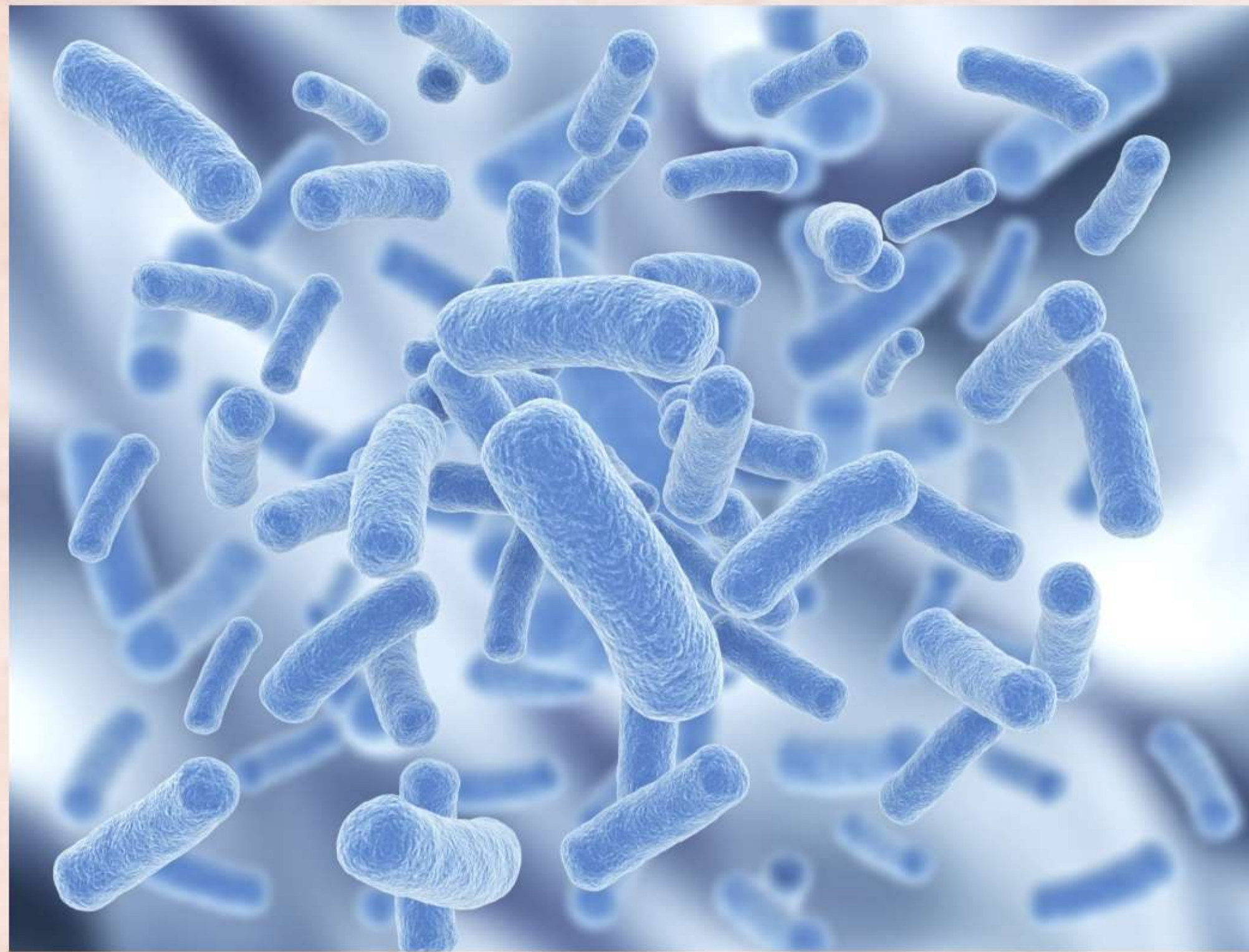


# ПРОФИЛАКТИКА КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ

В обыденной жизни нас окружает более 100 видов микроскопических агентов, которые способны вызывать у человека острый инфекционный процесс кишечного заболевания. Объединяет этих возбудителей «место встречи» - пищеварительный тракт человека, ведь это именно то место, где сами микробы или продукты их жизнедеятельности могут проявиться с максимальной «выгодой» для себя и столь же выраженным вредом для человека.

## СИМПТОМЫ КИШЕЧНОЙ ИНФЕКЦИИ



Острая кишечная инфекция (ОКИ) – это собирательное понятие. Оно объединяет кишечные инфекции, вызванные:

- вирусами (энтеровирусная, ротавирусная инфекция);
- бактериями (брюшной тиф, сальмонеллез, дизентерия, холера и др.).

Для инфекций этой группы признаки проявления заболевания имеют много общего. У больных повышается температура, появляется слабость, разбитость, тошнота, рвота. Беспокоят схваткообразные боли в области живота, многократный жидкий стул. Особенно тяжело протекает заболевание у детей, так как нарушается обмен веществ, поражается нервная система, происходит обезвоживание организма.

Обычно первые симптомы появляются достаточно быстро: проходит от 6 до 48 часов после попадания болезнетворного микроба в организм, и человеку становится нехорошо.

Одним из факторов заражения и распространения кишечных инфекций является вода. Опасность заражения кишечными инфекциями представляет употребление для питья, мытья посуды, рук, овощей и фруктов воды открытых водоемов, талой воды. Заражение может произойти при купании в открытых водоемах. К заражению кишечными инфекциями может привести употребление воды из колодца, если колодец неправильно построен или неправильно используется. Через воду могут распространяться холера, брюшной тиф, дизентерия, сальмонеллез, вирусный гепатит А и др.



Предметы домашнего обихода тоже могут содержать возбудителей различных заболеваний, особенно если в семье есть больной (или носитель) какого-либо заболевания. Это посуда, через которую могут передаваться кишечные инфекции, игрушки для детей, полотенца.

Опасность заражения кишечными инфекциями представляют продукты (блюда из них), употребляемые в холодном виде, без тепловой обработки, т. к. микробы в них не только хорошо сохраняются, но и размножаются.

## ПРОФИЛАКТИКА



Главное – личная гигиена. Как правило, кишечные инфекции попадают в организм человека через грязные руки.



Для обработки сырых продуктов необходимо пользоваться отдельными ножами и досками.



Тщательно мойте руки с мылом после посещения уборной и перед едой.



Прожаривайте или проваривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты. Овощи, фрукты, ягоды тщательно мойте под проточной водопроводной водой.