

Профилактика кишечных инфекций

В последние годы значительно выросла значимость вирусных кишечных инфекций, вызываемых рота - энтеро- и норовирусами.

Вирусы, вызывающие поражение желудочно-кишечного тракта, достаточно устойчивы во внешней среде. Они хорошо переносят замораживание, но чувствительны к высокой температуре и многим дезинфицирующим средствам.

Для заражения человека достаточно всего несколько частиц вируса. Основными признаками заболевания являются острое начало с повышением температуры тела, тошнотой, рвотой, жидким стулом. У детей возможно сочетание кишечных расстройств с катаральными явлениями (заложенность носа, гиперемия зева, кашель и др.).

Кишечные вирусы широко циркулируют среди населения, передаются от человека к человеку и распространяются преимущественно следующим образом:

через предметы обихода и грязные руки при несоблюдении правил личной гигиены;

при употреблении в пищу инфицированных продуктов, особенно не прошедших термическую обработку: невымытых овощей и фруктов, салатов из свежих овощей (огурцов, помидор, капусты и т. д.);

при употреблении воды, инфицированной вирусами: речной, колодезной, водопроводной.

Меры предупреждения вирусных кишечных инфекций просты и общедоступны:

- соблюдение личной гигиены (тщательное мытье рук перед едой и приготовлением пищи, после туалета и возвращения с улицы);

- употребление гарантированно безопасной воды и напитков (кипяченая вода, напитки в фабричной упаковке);

- употребление в пищу термически обработанных продуктов, тщательное мытье овощей, фруктов, ягод, зелени и других продуктов, их обработка кипятком перед едой;

- выделение отдельной посуды и других предметов обихода для больных членов семьи;

- больные с респираторными явлениями и признаками кишечной инфекции должны обязательно обратиться за медицинской помощью к врачу в первый день заболевания. Ни в коем случае нельзя вести больного ребенка в детский сад или отправлять в школу.

- на пищеблоках образовательных организаций, предприятиях общественного питания следует тщательно следить за выполнением технологии приготовления блюд.

Выполнение этих несложных правил поможет избежать заболевания острой кишечной инфекцией и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!