

Роспотребнадзор, в связи с выявленными случаями заболевания кишечными инфекциями на территории РФ, заботясь о здоровье российских граждан, рекомендует в летний период уделять особое внимание соблюдению гигиены и особенно тщательно обрабатывать и правильно хранить продукты питания, фрукты и овощи!

Республиканский центр медицинской профилактики МЗ РТ

Профилактика острых кишечных инфекций

Острые кишечные инфекции - это обширная группа заболеваний человека, вызываемых патогенными микроорганизмами.

К кишечным инфекциям относятся: брюшной тиф, паратифы, эшерихиоз, сальмонеллез, дизентерия, холера, ботулизм и др.

Для всех кишечных инфекций характерно проникновение микроба-возбудителя через рот, его активное размножение в кишечнике, откуда он впоследствии попадает во внешнюю среду: в воду, на пищу, предметы обихода.

Острые кишечные инфекции справедливо называют "болезнями грязных рук". Больной или бактерионоситель, забывая о правилах личной гигиены, не моет руки, он может грязными руками переносить микробы кишечных инфекций на пищевые продукты и предметы домашнего обихода: полотенце, посуду и т.д.

С дождевыми и тальми водами возбудители кишечных инфекций с поверхности земли переносятся в реки, пруды и другие водоемы. Используемая для питья, бытовых нужд и купания вода может стать причиной возникновения острых кишечных заболеваний. Чаще всего зараженными становятся открытые водоемы, куда стекаются нечистоты, смываемые с почвы.

Причиной заражения может стать и вода из колодца, если он неправильно устроен (расположен вблизи уборной, не имеет глиняного замка) или неправильно эксплуатируется (нет общего ведра).

Нередко овощи и фрукты являются источниками кишечных инфекций, если почву удобряют необезвреженными нечистотами. Опасны в этом отношении невымытые салаты, огурцы, помидоры, так как их едят сырыми.

Заражение человека происходит при попадании микроба в рот. Начало болезни постепенное: появляются легкое недомогание, озноб, головная боль, потеря аппетита, тошнота, рвота, частый жидкий стул. Затем явления нарастают. Температура поднимается до 39-40 С

Важную роль в распространении кишечных заболеваний и играют мухи. Все мы знаем, как много их скапливается около мусоросборников, выгребных ям, где в изобилии содержатся возбудители кишечных инфекций. Они попадают на лапки и брюшко мух, которые разносят их по дому, садясь на продукты и посуду.

При появлении этих признаков необходимо немедленно обратиться к врачу. Чем раньше начато лечение, тем меньше риска для здоровья заболевшего и здоровья окружающего. Не следует прибегать к самолечению, что может привести к осложнениям болезни.

Для предупреждения острых кишечных инфекций необходимо:

- 1** Тщательно мыть руки перед приготовлением пищи, перед едой, после туалета.
- 2** Предохранять от загрязнения пищевые продукты, которые используются в пищу без предварительной тепловой обработки.
- 3** Соблюдать чистоту, бороться с мухами.
- 4** Воду, взятую из водопровода, перед употреблением обязательно кипятить.
- 5** В летний период рекомендуется купаться только в специально отведенных для этих целей местах, учить детей не заглатывать воду.

Соблюдай чистоту - это спасет тебя от болезни!

