

## КИШЕЧНАЯ ИНФЕКЦИЯ

*Источник инфекции.* Источником инфекции является больной человек или бессимптомный носитель вируса. Контактно-бытовой путь реализуется с загрязненными предметами и руками другого человека с последующим внедрением вируса через слизистую ротоглотки, носа или глаз. Чаще всего заражение происходит при употреблении в пищу загрязненных вирусами овощей. Вирусы попадают на овощи и фрукты при удобрении необеззараженными сточными водами. Некоторые энтеровирусы выделяются с секретом слизистых оболочек дыхательных путей, что может способствовать реализации аэрозольного механизма передачи. Отмечаются случаи заражения контактно-бытовым путем (загрязненные руки, предметы быта, личной гигиены).

Заражение происходит через воду, продукты питания, а также испражнения больного, через мельчайшие капельки слюны и мокроты при кашле и чихании. Очень часто заражение происходит при купании в открытых водоемах.

*Клиника.* Заболевание начинается остро, с подъема температуры тела до 39-40 градусов. Появляется сильная головная боль, головокружение, рвота, иногда боли в животе, спине, судорожный синдром, нередко выраженные катаральные проявления со стороны ротоглотки, верхних дыхательных путей. При появлении аналогичных жалоб необходимо срочно изолировать больного, т.к. он является источником заражения для окружающих, и обратиться к врачу.

Серозный вирусный менингит является наиболее типичной и тяжелой формой энтеровирусной инфекции. Источником инфекции являются больные и вирусоносители, в том числе больные бессимптомной формой.

Так же вирус может вызывать отек легких, энцефалит с осложнениями в виде параличей (осложнения чаще развиваются у детей до 2-х лет). Эффективного специфического лечения и вакцины пока не разработано.

### Чтобы уберечь себя от заражения необходимо:

- соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки с мылом перед едой, после посещения туалета, после возвращения с улицы;
- не употреблять для питья водопроводную воду, воду из открытых водоемов, колодцев, других источников водоснабжения;
- пользуйтесь индивидуальной посудой, держите в чистоте детские соски, предметы ухода за детьми;
- проводите влажную уборку с использованием дезинфицирующих средств;
- чаще проветривайте помещения;
- соблюдайте «респираторный этикет»: при кашле и чихании рекомендуется прикрывать нос и рот одноразовыми платками и выбрасывать в урну после использования, затем вымыть руки или обработать влажной салфеткой;
- не купаться в открытых водоемах, где купание не рекомендуется;
- соблюдать правила гигиены при приготовлении пищи – отдельно использовать разделочный кухонный инвентарь (ножи, доски) для сырых и готовых к употреблению (хлеб, овощи, и т.п.) продуктов;
- фрукты, ягоды, овощи тщательно мыть сначала под проточной водой, затем промыть бутилированной водой, или кипяченой водой;
- соблюдать режим мытья столовой и кухонной посуды, с использованием моющих средств и ошпаривания (если не используется посудомоечная машина);
- не допускать соприкосновения (совместного хранения) сырых продуктов и продуктов, готовых к употреблению;
- ранить различные продукты в индивидуальной упаковке (таре), не допускать загрязнения, порчи продуктов;
- соблюдать температурный режим хранения скоропортящихся продуктов, не допускать использования продуктов с истекшим сроком годности;
- защищать пищу от мух, насекомых, грызунов, домашних животных.

Соблюдение простых мер профилактики в большинстве случаев позволит предотвратить инфицирование возбудителями острых кишечных инфекций, в том числе энтеровирусами.

Помните, что заболевание легче предупредить, соблюдая элементарные меры профилактики, чем лечить.

### Осторожно! Кишечная инфекция!

К острым кишечным инфекциям относятся следующие заболевания: дизентерия, энтерит, гепатит А, брюшной тиф и др.



При появлении нарушений в работе кишечника : жидкого стула, болей в животе; повышении температуры тела, рвоты, слабости - немедленно обращайтесь к врачу!

Жаркая погода, несоблюдение общепринятых санитарных правил и гигиенических нормативов, где имеет место обращение питьевой воды и пищевых

продуктов (на производстве и в быту) - это влияет на распространение ОКИ.

Для того, чтобы защитить себя от заражения, соблюдайте следующие правила:

- Мойте с мылом руки перед едой и после посещения туалета.
- Следите за чистотой рук у детей, прививайте им с раннего детства гигиенические навыки.
- Овощи и фрукты тщательно промывайте в проточной водопроводной воде и обдавайте крутым кипятком.
- Разливное молоко пейте только кипяченым, не приобретайте его у случайных лиц.
- Не пейте сырой воды из колодцев и открытых водоемов, такая вода может быть загрязнена и содержать возбудителей кишечных заболеваний.
- При приготовлении пищи - соблюдайте технологию, не нарушайте сроков хранения сырых и готовых продуктов, соблюдайте товарное соседство пищевых продуктов и сырья как при покупке в магазине, так и при хранении в холодильнике.
- Убирайте остатки пищи после еды, чтобы не привлекать в помещение мух и тараканов. Своевременно и регулярно проводите борьбу с ними .
- Заботьтесь о чистоте своего жилища, двора. Принимайте активное участие в очистке города.



**Помните! Не соблюдение общественных санитарных правил и гигиенических норм влияет на распространение ОКИ!**