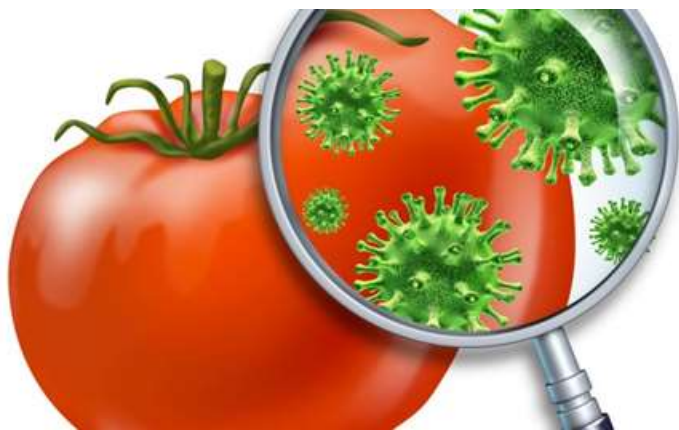


Профилактика острых кишечных инфекций

Острые кишечные инфекции (ОКИ) - обширная группа инфекционных заболеваний, сопровождающихся нарушением моторики желудочно-кишечного тракта с развитием диареи (поноса), интоксикации, а в ряде случаев - обезвоживания.

Особенностями острых вирусных кишечных инфекций являются высокая восприимчивость людей, малая инфицирующая доза, а также длительное сохранение жизнеспособности вирусов во внешней среде (в пищевых продуктах, воде, на поверхности предметов). Случаи острых кишечных инфекций отмечаются круглый год, а в зимне-весенний период их вызывают чаще вирусы. Существуют три пути передачи острых кишечных инфекций: пищевой, водный, контактно-бытовой.



Основные симптомы острых кишечных инфекций следующие:

- рвота (до 3 раз в сутки и более);
- диарея (иногда до 10 - 15 раз за день, часто со слизью)
- повышение температуры до 37 - 38°C;
- тошнота, слабость;

- схваткообразные боли в животе, в подложечной или околопупочной области;
- иногда появляются озноб, тахикардия, понижается артериальное давление;
- изредка возникает обморочное состояние и отмечаются судороги мышц;
- в тяжелых случаях – выраженная интоксикация и обезвоживание.

В целях профилактики острых кишечных инфекций необходимо:

- соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки с мылом после возвращения с улицы, перед приготовлением пищи, перед едой, после посещения туалета и др. При отсутствии возможности вымыть руки воспользоваться влажными салфетками, антисептиком.
- ограничить контакты с лицами, у которых отмечаются симптомы острой респираторной и кишечной инфекции;
- для питья использовать воду гарантированного качества;
- овощи, фрукты, ягоды тщательно мыть под проточной водопроводной водой, для малышей дополнительно промывать охлажденной кипяченой водой;

- соблюдать сроки и условия хранения продуктов питания и условия приготовления пищи;

- использовать отдельные разделочные ножи и доски для сырых и готовых продуктов;

- не приобретать продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;

- ежедневно проводить влажную уборку с использованием моющих средств, важно следить за чистотой детских игрушек и других предметов, которые ребенок может попробовать на вкус.

При возникновении случая острой кишечной инфекции в семье, и амбулаторном лечении пациента, следует по возможности изолировать его от здоровых членов семьи, в первую очередь от маленьких детей.

При первых признаках заболевания немедленно обратитесь за медицинской помощью, не занимайтесь самолечением!



Помощник врача-эпидемиолога

К.М Шершень