



ОСТРАЯ КИШЕЧНАЯ ИНФЕКЦИЯ.

Острая кишечная инфекция – это собирательное понятие. Сюда входят кишечные инфекции, вызванные вирусами (энтеровирусная, ротавирусная инфекция) и бактериями (брюшной тиф, сальмонеллез, дизентерия, холера и др.).

Для инфекций этой группы признаки проявления заболеваний имеют много общего. У больных повышается температура, появляется общая слабость, разбитость, тошнота, рвота. Беспокоят схваткообразные боли в области живота, появляется многократный жидкий стул. Особенно тяжело протекает заболевание у детей, так как нарушается обмен веществ, поражается нервная система, происходит обезвоживание организма, истощение. Поэтому при заболевании детей большое значение имеет своевременное обращение за медицинской помощью.

Источниками инфекции при вирусных и бактериальных кишечных инфекциях являются люди (с клиническими проявлениями заболевания и носители возбудителя) и животные.

Больные острой кишечной инфекцией представляют опасность для окружающих. Вместе с рвотными массами, жидким стулом выделяется огромное количество возбудителей заболевания в окружающую среду. На предметах обихода, посуде, детских игрушках, полотенцах микробы остаются жизнеспособными в течение 5-7 дней.

Болеют острыми кишечными инфекциями люди любого возраста, но особенно высока заболеваемость детей до 3-6 лет. Связано это с недостаточностью защитных сил организма и отсутствием гигиенических навыков. С детьми нужно соблюдать правила гигиены гораздо строже, ведь отпор их организма болезнетворным микробам и их токсинам гораздо слабее, а сам организм страдает от инфекции и истощается в борьбе с ней гораздо быстрее.

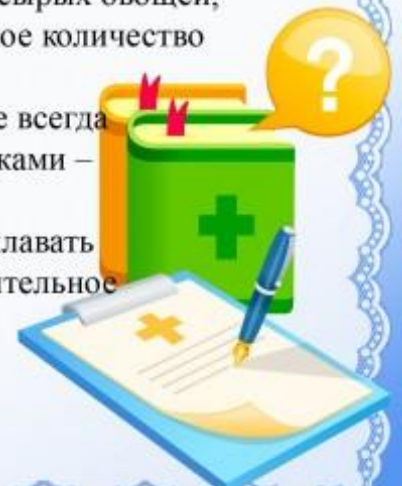
Летом количество кишечных инфекций у детей неминуемо растет. Причин этому несколько. Скажем об основных.

Во-первых, теплое время года способствует размножению с огромной скоростью болезнетворных микроорганизмов при попадании их в продукты питания (молочные продукты, мясо, рыбу, бульоны) и быстрому достижению того количества микроорганизмов, которое с успехом прорывает защитные барьеры желудочно-кишечного тракта.

Во-вторых, летом в пищу употребляется большое количество сырых овощей, фруктов и ягод, на невымытой поверхности которых обитает огромное количество микробов, в т. ч. потенциально опасных.

В-третьих: летом дети много времени проводят на улице, и не всегда даже их родители вспоминают, что еда чистыми руками – обязательное правило.

В-четвертых, летом и дети и взрослые любят поплавать в открытых водоемах. В воде микроорганизмы длительное время сохраняют жизнедеятельность (до нескольких месяцев).



Острые кишечные инфекции

Острые кишечные инфекции (ОКИ) это заболевания, которые вызываются различными микроорганизмами – бактериями, вирусами, простейшими.

- ⊗ К кишечным инфекциям относятся дизентерия, вирусный гепатит А, ротавирусная, энтеровирусная и норовирусная инфекции, сальмонеллёз, иерсиниоз.
- ⊗ Возбудители попадают в окружающую среду с выделениями заражённого человека и загрязняют воду, продукты питания, могут попадать на предметы обихода.
- ⊗ Заражение человека происходит при употреблении инфицированной воды и продуктов питания (овощи, фрукты, молочные, готовые мясные, рыбные продукты, салаты), а также через грязные руки, посуду и предметы обихода. Значительную роль в распространении ОКИ играют мухи.

Простые правила безопасности

1. Соблюдайте чистоту и порядок

- ⊗ мойте руки перед приготовлением пищи, перед едой, после посещения туалета и возвращения с улицы;
- ⊗ содержите в чистоте посуду, инвентарь, рабочие поверхности и пол на кухне. Регулярно меняйте полотенца, губки для мытья посуды и уборы.
- ⊗ защищайте кухню и продукты от мух и грызунов.



2. Разделяйте сырое и готовое

- ⊕ При покупке и хранении держите отдельно сырые и готовые продукты. Храните их в упаковке, в разных закрытых ёмкостях на разных полках холодильника.
- ⊕ Для обработки приготовления сырых и готовых продуктов пользуйтесь отдельным инвентарём (ножи, доски).

3. Правильно готовьте продукты

- ⊕ Тщательно проваривайте и прожаривайте мясо, птицу, рыбу и яйца. В результате приготовления вытекающий из продуктов сок должен быть прозрачным.
- ⊕ Разогревая первые и вторые блюда, доводите их до кипения.
- ⊕ Молоко и воду перед употреблением кипятите.
- ⊕ Детское питание готовьте только на одно кормление.

4. Соблюдайте температурный режим

- ⊗ Скоропортящиеся продукты храните только в холодильнике
- ⊗ Не оставляйте готовые блюда при комнатной температуре более 2-х часов. Приготовленные блюда держите горячими.
- ⊗ Не размораживайте продукты при комнатной температуре.

5. Выбирайте доброкачественные продукты

- Покупая продукты, обращайте внимание сроки реализации и условия хранения.
- Не покупайте «нестандартные» продукты и продукты с явными признаками порчи.
- Не покупайте продукты у случайных лиц и в местах, не установленных для торговли.

6. **Соблюдайте сроки хранения и реализации продуктов.** Не храните продукты долго даже в холодильнике.

7. **Тщательно мойте овощи и фрукты под проточной водой.** А при употреблении в сыром виде ополаскивайте кипячёной водой.

8. **Отправляясь в путешествие или за город, не берите с собой скоропортящиеся продукты.**



ПРОФИЛАКТИКА ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ

Кишечные инфекции широко распространены и включают в себя обширную группу заболеваний: это и дизентерия, брюшной тиф, сальмонеллез и другие. Единственный источник названных инфекций — больной человек и бактерионоситель (человек перенесший заболевание без клинических симптомов, ставший основным виновником в заражении многих людей). Неодинаковые проявления инфекции у разных людей связано со многими причинами. Это зависит от количества возбудителей, проникших в организм, от возраста заразившегося, общего состояния его здоровья. Особенно чувствительны к острым кишечным инфекциям маленькие дети и пожилые люди, а также страдающие желудочно-кишечными заболеваниями — даже небольшие дозы микроорганизмов могут вызвать у них тяжелое заболевание. Инфекционный процесс развивается главным образом в кишечнике. Поэтому особенно важно знать основные признаки развивающегося заболевания: хотя возбудителей ОКИ довольно много, все они вызывают схожую клиническую картину с рядом общих симптомов.

Понос — самый частый и легко выявляемый признак ОКИ. Это расстройство кишечной функции, которое проявляется в учащении стула с изменением его консистенции (испражнения всегда обильные, кашицеобразные или жидкие, пенистые, водянистые, с остатками непереваренной пищи). Основной опасностью поноса для ребенка является обезвоживание, так как с жидким стулом теряется много воды и минеральных веществ. Тошнота, боли в животе (маленькие дети обычно не локализуют свои болевые ощущения, а если родители настойчивы, ребенок может указать на область пупка), вздутие живота, громкое урчание в нем.



Основными правилами профилактики острых кишечных инфекций являются:

- Соблюдение правил личной гигиены.
- Покупка овощей и фруктов в местах санкционированной торговли.
- Покупка бахчевых (арбузы, дыни) в не нарезанном виде.
- Употребление овощей и фруктов после мытья в проточной воде и ошпаривания.
- Соблюдение условий и сроков хранения скоропортящейся продукции.
- Употребление воды из колодцев после кипячения.
- Своевременное обращение за медпомощью.
- Соблюдение правил сбора и обеззараживания мусора.



При первых признаках острых кишечных инфекций немедленно обращайтесь за медицинской помощью в лечебные учреждения города и района или по телефону - 03