

Памятка по профилактике острых кишечных инфекций

Информируем об увеличении риска заболевания острыми кишечными инфекциями с наступлением теплого времени года. Именно в этот период создаются благоприятные условия для сохранения и размножения возбудителей инфекций во внешней среде, в т.ч. продуктах питания и воде.

Острые кишечные инфекции – это обширная группа заболеваний человека. К ней относятся: дизентерия, брюшной тиф, паратифы А и Б, холера, сальмонеллезы, и целая группа вирусных инфекций (Ротавирус, норовирус, астровирус, энтеровирус и др.)

Источник инфекции – больной человек или носитель возбудителей острых кишечных инфекций. Факторами передачи острых кишечных инфекций могут являться пища, вода, предметы обихода, игрушки, В передаче некоторых инфекций имеют значение насекомые (мухи, тараканы). Заражению также способствуют антисанитарные условия жизни, несоблюдение правил личной гигиены, употребление продуктов питания, хранившихся или готовившихся с нарушением санитарных правил.

Болеют острыми кишечными инфекциями взрослые и дети, но наиболее часто и тяжело – вирусными ОКИ болеют дети в возрасте до 7 лет.

Восприимчивость к данным инфекциям высокая, особенно у детей раннего возраста, недоношенных и находящихся на искусственном вскармливании. От момента попадания возбудителя в организм до появления симптомов заболевания может пройти от нескольких часов до 7 дней. Первыми признаками заболевания являются повышение температуры тела, слабость, тошнота и рвота, жидкий стул.

Поэтому необходимо помнить и соблюдать правила личной гигиены и безопасности:

- для питья использовать только бутилированную или кипяченую в течение 5-7 минут воду даже из сетей центрального водоснабжения;
- мыть руки перед едой и после пользования туалетом, по мере загрязнения, а так же при возвращении в помещение с улицы;
- соблюдать чистоту, вести борьбу с мухами и тараканами;
- тщательно мыть перед употреблением овощи и фрукты;

- не приобретать продукты питания у случайных лиц или в местах не узаконенной торговли (стихийные рынки);
- покупая пищевые продукты всегда интересоваться сроком реализации и не покупать их, если этот срок уже прошел, или если скоропортящиеся без холодильного оборудования;
- соблюдать правила приготовления пищи, сроки и условия ее хранения;
- для обработки сырых продуктов пользоваться отдельным кухонным инвентарем, и принадлежностями, хранить сырые продукты отдельно от готовых продуктов;
- купаться только в установленных для этих целей местах, при купании в водоемах и бассейнах не допускать заглатывания воды;
- при возникновении первых симптомов острой кишечной инфекции немедленно обращаться за медицинской помощью!

Выполнение этих несложных советов поможет избежать заражения острой кишечной

Инфекции и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!