

**УЗ «Краснопольская центральная районная больница»**

**Руки главный инструмент**

**(профилактика кишечных заболеваний)**

**Ежегодно разными формами острых кишечных инфекций болеют в среднем до 15 тысяч жителей нашей республики, из них более 70% дети.**

**Патогенные микроорганизмы жизнеспособны во внешней среде, их можно обнаружить, повсюду: в почве, на поручнях транспорта, на дверных ручках, в песочницах, на деньгах, клавиатуре компьютера, на кожуре фруктов и овощей, в забродивших молочных продуктах и т.д.**

**Заражение происходит обычно 3 путями: пищевым – при употреблении в пищу инфицированных продуктов; водным – при купании и заглатывании воды, употреблении воды для бытовых нужд; контактно – бытовым – через грязные руки. Повышение температуры воздуха в тёплое время года, создаёт оптимальные условия заражения, особенно при длительном или неправильном хранении скоропортящихся продуктов питания, несоблюдении элементарных правил личной гигиены.**

**На сегодняшний день регистрируется более 30 видов опасных для здоровья человека инфекций: дизентерия, сальмонеллёз, гепатит А (болезнь Боткина), холера, брюшной тиф, норовирусная инфекция и др.**

**Дизентерия - инфекционное заболевание, характеризующееся поражением желудочно-кишечного тракта. Возбудители дизентерии (шигеллы) отличаются высокой выживаемостью во внешней среде (от 3- суток до 3-4 месяцев и более). При благоприятных условиях возбудители способны к размножению в пищевых продуктах (салатах, винегретах, вареном мясе, фарше, вареной рыбе, молоке и молочных продуктах, компотах и киселях и др).**

**Дизентерия передается от больного человека через загрязненную фекалиями пищу, воду, а также при контакте. Больные дизентерией заразны с самого начала болезни. При заболевании в первую очередь поражается нервная, сердечно-сосудистая система, надпочечники и органы пищеварения.**

**Инкубационный период составляет от 2 часов до 1-7 дней.**  **В начале заболевания отмечается: повышение температуры тела (до 38 градусов), озноб, чувство жара, разбитости, снижение аппетита, головная боль. Далее происходит поражение желудочно-кишечного тракта с тупыми, разлитыми по всему животу болями, постепенно боль становятся острой , схваткообразной, локализующейся в нижних отделах живота, частота дефекаций доходит до 10 раз в сутки****.**

**Прогноз при лечении больных дизентерией, благоприятный, но без лечения заболевание может привести пациента к обезвоживанию, а далее к летальному исходу, Полное выздоровление наступает через 2-3 недели.**

**В последнее время одной из частых причин кишечных инфекций являются вирусы, в том числе норовирусы, обладающие высокой контагиозностью, способностью длительно сохраняться в окружающей среде, возможностью вызывать вспышки заболеваний в организованных коллективах. В последнее время одной из вспышки заболеваний в организованных коллективах.**

**Вирус устойчив во внешней среде: влажная уборка с обычными моющими и спиртосодержащими средствами не обеспечивает его уничтожение, он устойчив к высыханию, замораживанию, нагреванию до 60 градусов.**

**Норовирусы очень заразны, всего 10 его частиц достаточно для заражения человека. Норовирусная инфекция поражает все возрастные группы населения, наиболее опасен вирус для физически ослабленных лиц, пожилых людей и детей.**

**Первые симптомы заболевания появляются через 6 - 48 ч. после заражения: озноб, ломота в теле, головокружение, головная боль. Вскоре появляется тошнота, многократная рвота, диарея до 8 раз в сутки, кратковременное повышение температуры до 38,8 градусов, слабость и бледность кожных покровов. Обычно симптомы норовирусной инфекции проходят через 12-72 часа, но известны и случаи летального исхода.**

**Чтобы не заболеть, кишечными инфекциями, следует  выполнять следующие рекомендации:**

**- соблюдение личной гигиены (тщательное мытье рук перед едой и приготовлением пищи, после туалета, после возвращения с улицы, смывание фекалий при закрытой крышке унитаза);**

**- при уходе за больным: защита рук перчатками, тщательное мытьё с мылом, обработка спиртсодержащими антисептиками, обработка хлорсодержащими дезинфицирующими средствами поверхностей, с которыми контактировал заражённый пациент;**

**- тщательная обработка овощей и фруктов, употребление в пищу термически обработанных продуктов;**

**- употребление гарантированно безопасной воды и напитков (кипяченая вода, напитки в фабричной упаковке);**

**- при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот.**

**ПОМНИТЕ! Своевременное обращение за медицинской помощью в лечебно-профилактическое учреждение позволит избежать осложнений и сохранить жизнь.**

тираж 20 экземпляров