**Статья: Острые кишечные инфекции и меры профилактики**

 

Острые кишечные инфекции широко распространены во всем мире, они поражают взрослых и детей.

Среди всех инфекционных патологий острые кишечные инфекции составляют 20%.

Острые кишечные инфекции - группа инфекционных заболеваний, вызванных различными микроорганизмами (бактериями, вирусами), проявляющаяся расстройствами пищеварения и симптомами обезвоживания.

Кишечные инфекции встречаются в любое время года: вирусные, чаще всего встречаются в холодное время года (с ростом заболеваемости гриппом и ОРВИ), бактериальные - в теплое время года.

 ***Виды острых кишечных инфекций:***

* ***бактериальные*:** cальмонеллез, дизентерия, иерсиниоз, эшерихиоз, кампилобактериоз; острая кишечная инфекция, вызванная синегнойной палочкой, клостридиями, клебсиеллами, протеем; стафилококковое пищевое отравление, брюшной тиф, холера, ботулизм и прочие
* ***ОКИ вирусной этиологи*** : ротавирусная, энтеровирусная, коронавирусная, аденовирусная, реовирусная инфекции
* ***грибковые кишечные инфекции*** (чаще грибы рода Candida)
* ***протозойные кишечные инфекции*** (лямблиоз, амебиаз) - отличаются крайне тяжелой клинической симптоматикой.

В связи с благоприятным воздействием теплого климата на размножение микроорганизмов, особенно высок уровень заболеваемости острыми кишечными инфекциями в летний период времени. В этот период отмечается резкое повышение уровня инфицированности воды, почвы, продуктов питания возбудителями острых кишечных инфекций. Особенно подвержены в теплый период кишечным инфекциям дети. Это связано с низкой степенью активности защитных факторов, а так же с отсутствием сформированных гигиенических навыков у детей. Факторы иммунной защиты в желудочно-кишечном тракте у детей формируются к 5-летнему возрасту.

Практически все возбудители острой кишечной инфекции отличаются очень высокой **устойчивостью.**

 Статистика свидетельствует, что пик заболеваемости острыми кишечными инфекциями приходится на июль-август-сентябрь месяцы; именно в этот период ряд неблагоприятных факторов способствует росту острых кишечных инфекций:

 - это жаркая погода, которая способствует быстрой порче продуктов;

 - это появление большого количества фруктов, овощей, ягод;

- это активные перемещения людей в связи  с отпусками.

Источником инфекции являются больные люди и бактерионосители. Больные заразны с начала заболевания и заразительность может сохраняться длительное время.

***Симптомы, с которыми необходимо обратиться к врачу незамедлительно****:*

* Жидкий стул чаще 5 раз в сутки
* Многократная рвота
* Кровь в стуле
* Схваткообразные боли в животе
* Выраженная слабость и жажда
* Наличие сопутствующих хронических инфекций.

          Все кишечные инфекции являются фекально-оральными: возбудители выделяются из организма с испражнениями (могут быть и в рвотных массах) и попадают в организм через рот. Эти инфекции называют  «болезнью грязных рук», больные, носители или ухаживающие за ними лица инфицируют свои руки, руками переносят  инфекцию на окружающие предметы (бельё, посуда, игрушки, дверные ручки и др.), откуда руками же инфекция заносится в рот непосредственно или через пищу. Могут быть водные вспышки, связанные с инфицированием питьевой воды, источников водоснабжения.

***Как уберечься от кишечных инфекций?***

                    1. Стараться не пить сырую воду, особенно из подозрительных источников.

                    2. Обязательно мыть руки с мылом перед едой и после посещения туалета.

                    3. Выдерживать сроки хранения скоропортящихся продуктов, а при обнаружении признаков порчи не употреблять их в пищу.

                    4. Содержать в чистоте жилые помещения, не допускать размножение мух .

                    5. Ни в коем случае не употреблять в пищу немытые  овощи, фрукты, ягоду.

                    6. Детям с раннего возраста прививать гигиенические навыки (не грызть ногти, не брать в рот различные предметы).

***Памятка для населения.***

***Профилактика острых кишечных инфекций (ОКИ)***



* **Соблюдать правила личной гигиены: тщательно мыть руки перед приемом и раздачей пищи, после посещения туалета, улицы**
* **Следить за чистотой рук у детей, научить их соблюдать правила личной гигиены**
* **Употреблять для питья кипяченую или бутилированную воду**
* **Выбирать безопасные продукты**
* **Следить за сроками годности продуктов**
* **Тщательно мыть овощи и фрукты перед употреблением под проточной, а для детей - кипяченой водой**
* **Проводить тщательную термическую обработку необходимых продуктов**
* **Употреблять пищу желательно сразу после её приготовления**
* **Готовые продукты хранить на холоде, оберегая их от мух. Не оставлять готовые продукты при комнатной температуре более чем на 2 часа**
* **Правильно хранить продукты в холодильнике: не допускать контакта между сырыми и готовыми продуктами (хранить в разной посуде)**
* **Содержать кухню в чистоте**
* **Не скапливать мусор**
* **Выезжая на отдых, необходимо брать с собой запас чистой питьевой воды. Не употреблять воду из открытых источников**
* **Купаться только в специально отведенных для этой цели местах. При купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот.**

