

Профилактика острых кишечных инфекций

Профилактика острых кишечных инфекций актуальна в период всего года, тем не менее, в летний период риск заражения патогенными микроорганизмами многократно повышается, а наряду с ним растет и заболеваемость острыми кишечными инфекциями, особенно среди детей.

Острые кишечные инфекции (ОКИ) - это группа инфекционных заболеваний, вызываемых патогенным энтеробактериями, представителями условно-патогенной флоры (УПФ), многочисленными вирусами и характеризующееся поражением желудочно-кишечного тракта.

К возбудителям вирусных кишечных инфекций относятся такие вирусы как: ротавирус, энтеровирус, аденовирус и др.

Причинами заболевания острыми кишечными инфекциями являются попадание в желудочно-кишечный тракт человека патогенных микроорганизмов и их последующее размножение, приводящее к интоксикации, тяжелым нарушениям пищеварительного процесса, диарее и другим негативным последствиям, часто очень серьезным.

Наиболее характерными проявлениями ОКИ являются тошнота, рвота, боли в животе и жидкий стул. Обычно заболевание сопровождается повышенной температурой.

Чаще всего заражение происходит по бытовым причинам: грязные руки, употребление в пищу плохо вымытых овощей и фруктов или сырой воды.

Распространение острых кишечных инфекций среди детей и взрослых осуществляется тремя путями: с водой, с пищей и контактно-бытовым путем (в процессе тесного общения, пользования общими предметами и т. п.).

Водный путь передачи связан с употреблением сырой воды для питья и приготовления освежающих напитков. Во избежание кишечных инфекций необходимо употреблять только свежескипяченную воду либо артезианскую или минеральную заводского разлива.

Пищевой путь передачи инфекции реализуется в двух вариантах. Во-первых, микроб-возбудитель может содержаться в сырой пище (молоко и молочные продукты, овощи, арбузы, фрукты, сырое мясо, рыба, яйца). Поэтому все продукты, которые могут быть подвергнуты термической обработке (кипячение, варка, тушение и т. п.), должны употребляться не в сыром, а именно в обработанном виде. А те, которые нельзя варить или жарить, должны быть тщательно вымыты чистой водой. Во-вторых, после кулинарной обработки пища может загрязняться (инфицироваться) больным человеком или носителем инфекции.

Готовую к употреблению пищу необходимо содержать в холодильнике. Для защиты от мух оконные и дверные проемы закрывают мелкими сетками или марлей.

Контактно-бытовой путь передачи инфекции реализуется через детские соски, игрушки, книги, посуду, предметы обихода. Необходимо регулярно мыть руки с мылом, а так же принесенные с улицы игрушки и другие предметы.

Напоминайте ребенку, что употреблять грязные овощи, фрукты и ягоды очень вредно, пить воду из-под крана или из ручья опасно, а брать руками изо рта «карамельку» просто непозволительно.

Взрослые не только сами должны выполнять правила личной гигиены, но терпеливо и настойчиво прививать гигиенические навыки детям.