



ЧТО СЛЕДУЕТ ЗНАТЬ О ПРОФИЛАКТИКЕ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ?

Кишечные инфекции (КИ) -

это заболевания, вызываемые различными болезнетворными микроорганизмами: простейшими, бактериями, вирусами.

Группа КИ довольно многочисленна, это: дизентерия, сальмонеллез, вирусный гепатит А, гастроэнтероколиты бактериальной и вирусной этиологии; пищевые токсикоинфекции.



Как происходит заражение?

Особенностью группы КИ является способность их возбудителей проникать с водой и пищей через рот здорового человека в кишечник, где происходит размножение микробов. В дальнейшем возбудитель с фекалиями выделяется во внешнюю среду. И вновь инфекция может быть занесена через грязные руки, воду, пищевые продукты или различные инфицированные предметы обихода (игрушки, посуду и другие) в организм человека.



Симптомы заболевания

После попадания возбудителя в организм болезнь проявляется не сразу. Это так называемый скрытый, инкубационный период, который длится от нескольких часов до 3-7 дней. К концу этого периода больной чувствует недомогание, слабость, головную боль, вместе с тем ухудшается аппетит. Затем появляются:

- повышение температуры;
- боли в животе;
- частый жидкий стул.

Как предупредить заболевание?

Для того, чтобы защитить себя от заражения, необходимо:

- обязательно мыть руки после посещения туалета, перед едой и приготовлением пищи;
- использовать для питья кипяченую или бутилированную воду;
- тщательно мыть овощи и фрукты перед употреблением;
- в домашних условиях сырые продукты хранить отдельно от готовых;
- готовые и скоропортящиеся продукты хранить в холодильнике;
- для разделки сырых и готовых продуктов использовать отдельные ножи и разделочные доски;
- при покупке обращать внимание на сроки годности продуктов, не покупать продукты сомнительного качества;
- защищать продукты питания от насекомых и грызунов;
- регулярно проводить влажную уборку жилых помещений и туалета, используя моющие и дезинфицирующие средства.



Каждый заболевший должен понимать, что он может быть опасен для окружающих!

Надежно защитить себя от кишечных инфекционных заболеваний можно только соблюдая санитарно-гигиенические правила и личную гигиену.

ПОМНИТЕ ОБ ЭТОМ ВСЕГДА!

