

Осторожно – кишечные инфекции!

В период весеннего паводка может наблюдаться повышенная заболеваемость острыми кишечными инфекциями (ОКИ). В большинстве случаев это связано с попаданием талых вод в системы водоснабжения, колодцы, подтоплением систем водоснабжения и канализования.

Возбудителями ОКИ являются бактерии и вирусы, которые весьма устойчивы и могут долгое время (неделями) сохраняться во внешней среде. Пути передачи ОКИ - водный (через некипяченую, содержащую возбудители ОКИ, воду), пищевой (через разнообразные, загрязненные возбудителями ОКИ, пищевые продукты, чаще немытые ягоды, овощи, фрукты), а также контактно-бытовой (через загрязненные возбудителем руки, посуду).

Проникнув в организм человека через рот, куда они попадают с пищей, водой или заносятся с грязными руками, микробы активно размножаются в кишечнике, что нарушает процесс пищеварения, а также приводит к воспалению слизистой оболочки кишечника. Первые признаки болезни появляются не сразу (от нескольких часов до 7 суток с момента заражения).

Основной симптом острой кишечной инфекции - понос от нескольких до 10 и более раз в сутки. Кроме того, заболевание может сопровождаться повышением температуры тела, тошнотой, рвотой, болями в животе, отсутствием аппетита, общей слабостью.

В качестве профилактики острых кишечных инфекций настоятельно рекомендуется соблюдать элементарные гигиенические нормы:

- **пить только кипяченую и (или) бутилированную воду;**
- **обязательно мыть руки с моющими средствами перед едой и после посещения туалета, особенно следить за чистотой рук детей;**
- **после мытья посуды с моющим средством обдавать ее горячей водой (кипятком);**
- **тщательно проваривать и прожаривать пищу;**
- **соблюдать условия и сроки хранения приготовленных блюд и скоропортящейся пищевой продукции;**
- **фрукты и овощи перед употреблением мыть проточной водой, а после этого ополаскивать кипяченой водой или обдавать кипятком;**
- **своевременно обращаться за медицинской помощью.**

Что делать, если все-таки возникли симптомы заболевания?

При появлении первых признаков ОКИ рекомендуется срочно обратиться к врачу, сдать все необходимые анализы, после чего сразу же начинать предписанное специалистом лечение. В том случае, если больному назначено амбулаторное лечение, следует его изолировать в отдельную комнату, выделить ему отдельную посуду, ежедневно проводить текущую дезинфекцию мест общего пользования рекомендованными для этого средствами согласно инструкциям по их применению.