

Профилактика острых кишечных инфекций

В Российской Федерации уделяется огромное внимание борьбе с инфекционными заболеваниями, в том числе и с кишечными. На этом пути достигнуты определенные успехи, однако кишечные инфекции и сегодня остаются одной из серьезнейших проблем здравоохранения.

В связи с высоким уровнем заболеваемости острыми кишечными инфекциями на территории Пермского края, Центральный территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Пермскому краю напоминает:

Острые кишечные инфекции – это группа заболеваний, вызываемых различными патогенами: бактериями (сальмонелла, шигелла, кишечная палочка), вирусами (ротавирус, норовирус, энтеровирус) и простейшими. Их объединяет общий путь передачи и схожие симптомы, такие как: диарея, тошнота, рвота, боли в животе, повышение температуры.

Основные пути передачи:

- пищевой, т. е. человек может заразиться, например, употребив в пищу немытые фрукты или овощи;
- водный, когда человек заражается, выпив некоторое количество жидкости, содержащей вирусы;
- контактно-бытовой, когда вирусы попадают в организм через немытые руки, предметы обихода, посуду и т. д. Чаще всего передача вирусов происходит от больного человека через предметы обихода здоровому человеку. Люди, инфицированные вирусом, способны заразить окружающих во время разгара заболевания и в течение следующих 48 часов. В некоторых случаях вирусы могут выводиться организма в течение 2х недель после начала заболевания.

Эти болезни могут серьезно нарушить привычный уклад жизни, а для детей, пожилых людей и лиц с ослабленным иммунитетом представляют реальную опасность.

Соблюдение несложных, но эффективных правил профилактики позволяет в разы снизить риск заражения. **Ключевая основа этих правил** – разрыв цепочки «источник инфекции – путь передачи – восприимчивый организм».

Профилактика вирусных кишечных инфекций делится на специфическую и неспецифическую.

Меры неспецифической профилактики направлены на предотвращение передачи возбудителя с пищей, грязными руками, водой:

- чистота рук, мытье их с мылом перед приемом пищи, после прогулок, посещения туалета, общественных мест, автотранспорта;
- ежедневные влажные уборки с использованием моющих и дезинфицирующих средств;
- ежедневное мытье детских игрушек;



- не допускать контакта больного ребёнка со здоровыми детьми минимум в течение 7 дней от начала заболевания. Ухаживать за больными в первые дни заболевания, надевая марлевую маску, соблюдая правила личной гигиены;

- при заболевании ребенка даже в легкой форме не следует отправлять его в детский сад или школу, это опасно для других детей, контактирующих с больным;

- использование для питья кипяченой или бутилированной воды. Не пейте из случайных источников (колодцы, родники), если не уверены в их безопасности;

- тщательное мытье перед едой под проточной водой фруктов и овощей, ополаскивание кипяченой, особенно, если они предназначены для детей;

- правильная термическая обработка: хорошо проваривайте и прожаривайте мясо, птицу, рыбу и яйца. Избегайте сырых или недоваренных блюд (карпаччо, стейк с кровью, мясо всмятку) из незнакомых источников;

- разделение сырого и готового: используйте разные разделочные доски и ножи для сырого мяса и для продуктов, не требующих термической обработки (хлеб, сыр, овощи). Храните их отдельно;

- соблюдение условий и сроков хранения продуктов питания в холодильнике;

- при водных процедурах и купании в бассейне не заглатывать воду.

Специфическая профилактика предусматривает вакцинацию против ротавирусной инфекции в рамках календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям (по рекомендации врача и (или) желанию родителей).

Первая вакцинация проводится в возрасте от 6 до 12 недель, вторую и третью вакцинации делают через 4-9 недель каждую. Сроки надо рассчитать так, чтобы курс иммунизации был закончен не позднее восьмимесячного возраста.