

## ОСТРЫЕ КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ

Летний период характеризуется подъёмом заболеваемости острыми кишечными инфекциями (ОКИ), что связано с биологическими особенностями ОКИ и появлением дополнительных факторов передачи из-за наступления тепла.

**Острая кишечная инфекция может быть вызвана:**

- ✚ бактериями (возникают сальмонеллез, ботулизм, дизентерия, иерсиниоз, эшерихиоз, кампилобактериоз и т.д.)
- ✚ вирусами (энтеровирусы, коронавирусы, аденовирусы)
- ✚ грибами (чаще рода «Candida»)
- ✚ простейшими (лямблии и амебы)

**Источником инфекции** является больной человек и носитель инфекции

**Заразный период** – с момента возникновения первых симптомов болезни и весь период симптомов, а при вирусной инфекции – до 2-х недель после выздоровления.

**Пути передачи:** пищевой или водный, воздушно-капельный (при вирусной инфекции)

**Факторы передачи:** пищевые продукты, предметы обихода, купание в открытых водоёмах

Наиболее восприимчивы к ОКИ дети и лица преклонного возраста

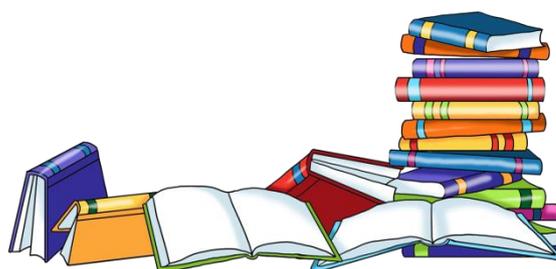
Инкубационный период длится от 6 часов до 2-х суток

**Для практически любой кишечной инфекции характерно развитие 2х основных синдромов:**

- ✚ Инфекционно-токсический синдром – повышение температуры (от 37<sup>0</sup> С до 39<sup>0</sup> С и выше), слабость, головокружение, ломота в теле, подташнивание
- ✚ Кишечный синдром – боли в животе, многократная рвота, диарея до 5 раз в сутки и более (может быть стул с примесью крови)

### ОСЛОЖНЕНИЯ ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ

- ✚ дегидратация (обезвоживание) – снижение веса, сухость кожи и слизистых, жажда, учащение пульса, снижение артериального давления
- ✚ дегидратационный шок (молниеносная дегидратация) – сильное обезвоживание и критическое падение артериального давления (возможен летальный исход)
- ✚ инфекционно-токсический шок – на фоне высокой температуры с высокой концентрацией токсинов бактерий в крови (возможен летальный исход)
- ✚ пневмония (воспаление лёгких)
- ✚ острая почечная недостаточность



## ПРОФИЛАКТИКА ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ

### ПОДДЕРЖИВАЙТЕ ЧИСТОТУ

- ✓ обязательно мойте руки после посещения туалета
- ✓ обязательно мойте руки перед приготовлением пищи
- ✓ тщательно мойте все поверхности и кухонные принадлежности
- ✓ боритесь с грызунами и насекомыми



### ОТДЕЛЯЙТЕ СЫРОЕ ОТ ГОТОВОГО

- ✓ храните сырое мясо, птицу и морепродукты отдельно от других пищевых продуктов
- ✓ для обработки сырых продуктов пользуйтесь отдельными ножами и разделочными досками
- ✓ храните продукты в закрытой посуде, отдельно – сырые и готовые продукты

### ХОРОШО ПРОЖАРИВАЙТЕ И ПРОВАРИВАЙТЕ ПРОДУКТЫ

- ✓ тщательно проваривайте и прожаривайте продукты; разогревая супы, доводите их до кипения
- ✓ готовность мяса или птицы определяйте по цвету соков (они должны быть прозрачными, а не розовыми)

### ХРАНИТЕ ПРОДУКТЫ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ

- ✓ не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более 2-х часов
- ✓ убирайте все приготовленные и скоропортящиеся блюда в холодильник
- ✓ не храните пищу долго даже в холодильнике

### ВЫБИРАЙТЕ СВЕЖИЕ, КАЧЕСТВЕННЫЕ ПРОДУКТЫ

- ✓ выбирайте свежие продукты без признаков порчи
- ✓ мойте фрукты и овощи чистой проточной водой
- ✓ не употребляйте продукты с истёкшим сроком годности
- ✓ для питья используйте кипяченую или бутилированную воду



Купание в открытых водоёмах желательно только в специально отведённых местах с исключением проглатывания воды.

По возможности следует исключить контакты маленьких детей с животными, грунтом (песком), грязными игрушками во время прогулок, когда ребенок пытается всё попробовать на вкус.