

Факторы передачи — пища, вода, предметы обихода, игрушки, насекомые (мухи, тараканы). Заражению способствуют антисанитарные условия жизни, несоблюдение правил личной гигиены, употребление продуктов питания, хранившихся или готовившихся с нарушением санитарных правил, а также употребление продуктов питания, не подвергшихся достаточной термической обработке.

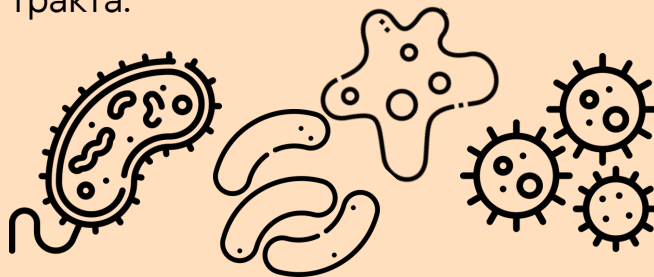


От момента попадания возбудителя в организм до появления симптомов заболевания может пройти от нескольких часов до 3-7 дней. Потом у больных повышается температура, появляется слабость, тошнота, ухудшается аппетит, появляются боли в животе, рвота, частый жидкий стул. Наиболее опасны для окружающих больные легкими, стертыми и бессимптомными формами, так как с фекалиями выделяется огромное количество возбудителей в окружающую среду. На предметах обихода, посуде, детских игрушках, полотенцах микробы остаются жизнеспособными в течение 5-7 дней.

Что известно?

Острые кишечные инфекции (ОКИ)

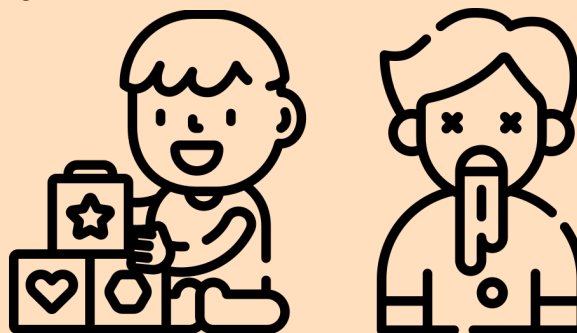
это многочисленная группа острых инфекционных заболеваний, вызываемых различными микроорганизмами, простейшими, бактериями, вирусами с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта.



Источник инфекции — больной человек или носитель возбудителей острых кишечных инфекций.

Наиболее опасны для окружающих больные легкими, стертыми и бессимптомными формами.

Болеют взрослые и дети, наиболее часто дети — в возрасте от 1 года до 7 лет.



ГУ «Докшицкий районный центр гигиены и эпидемиологии»

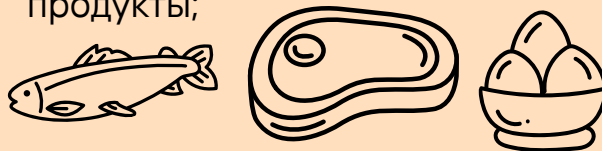
Профилактика острых кишечных инфекций



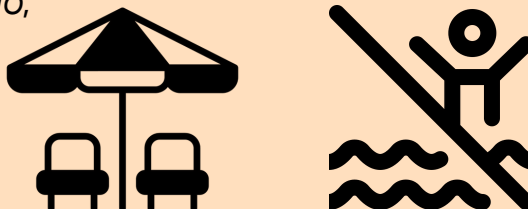
Как защититься?

- строго соблюдайте правила личной гигиены, тщательно мойте руки с мылом после возвращения домой с улицы, перед едой и после посещения туалета;
- для питья используйте кипяченую, бутилированную или воду гарантированного качества;
- овощи, фрукты, ягоды, в том числе цитрусовые и бананы употреблять только после мытья их чистой водой и ошпаривания кипятком;
- не приобретайте продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли, по пути следования, у обочин;
- соблюдайте правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, сырые продукты и готовую пищу следует хранить раздельно;
- для обработки сырых продуктов необходимо пользоваться отдельными ножами и разделочными досками;

- тщательно прожаривайте или проваривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты;

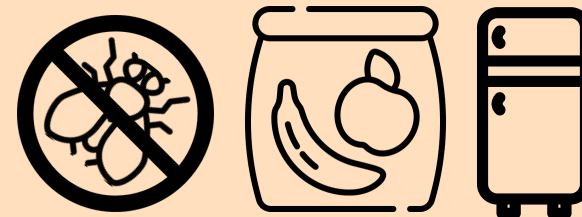


- не следует смешивать свежеприготовленную пищу с остатками от предыдущего дня, но если готовая пища остается на другой день, то перед употреблением ее необходимо подвергнуть термической обработке (прокипятить или прожарить);
- игрушки мойте перед тем, как давать детям;
- регулярно проводите дома влажную уборку с дезинфицирующими средствами и ежедневно проветривайте помещение;
- не давайте маленьким детям некипяченое разливное молоко, сырые яйца, используйте для приготовления пищи только свежие продукты;
- не купайтесь в водоемах, где это не рекомендуется или запрещено;



- купаться только в установленных для этих целей местах. При купании в водоемах и бассейнах не следует допускать попадания воды в рот;

- готовые продукты хранить на холоде, оберегая их от мух;



- при покупке скоропортящихся пищевых продуктов обращать особое внимание на сроки ее изготовления и реализации, условия хранения в торговом предприятии, особенно следует быть внимательными при приобретении готовых блюд, в первую очередь таких эпидемиологически опасных как многокомпонентные салаты, кондитерские кремовые изделия;
- ни в коем случае не заниматься самолечением и при появлении первых симптомов кишечной инфекции (тошнота, рвота, жидкий стул) **немедленно обратиться к врачу.**

**Символ здоровья - вода,
мыло и чистые руки!**