***Профилактика острых кишечных инфекций.***

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\Мед.кабинет\Desktop\images.jpg | Кишечные инфекции – это целая группа инфекционных заболеваний, которые в первую очередь повреждают пищеварительный тракт.  Термином «кишечные инфекции» обозначаются инфекции, вызванные вирусами (энтеровирусная, ротавирусная инфекция), бактериями (сальмонеллез, дизентерия, холера, E.coli-инфекция), а также токсинами бактерий (стафилококковая кишечная токсикоинфекция ). |

Заболевание является чрезвычайно распространенным, как среди взрослых, так и среди детей. Кишечные инфекции представляют значительную опасность для здоровья детей, особенно раннего возраста.

Практически все возбудители кишечных инфекций чрезвычайно живучи. Они способны подолгу существовать в почве, воде, и даже на различных предметах: ложках, тарелках, дверных ручках, мебели, игрушках. Кишечные микробы не боятся холода, однако предпочитают жить там, где тепло и влажно. Особенно быстро они размножаются в молочных продуктах, мясном фарше, студне, киселе, а так же в воде.

В организм человека возбудители кишечной инфекции попадают через рот: вместе с пищей, водой или через грязные руки.

Симптомы кишечной инфекции:

-диспепсия (тошнота, дискомфорт, тяжесть в желудке),

- рвота.

-боли в животе,

-диарея/понос.

От степени выраженности этих проявлений будет зависеть тяжесть течения заболевания. Повышение температуры тела является частым, но вовсе не обязательным проявлением инфекций кишечника.

**Соблюдение элементарных правил личной гигиены – надежная защита от заболеваний**:

• Тщательно мойте руки мылом перед едой и после пользования туалетом.

• Употребляйте для питья только кипяченую или бутилированную воду.

• Перед употреблением свежие фрукты и овощи следует тщательно мыть и обдавать кипятком.

• Для питания выбирайте продукты, подвергнутые термической обработке. Не храните пищу долго, даже в холодильнике.

• Скоропортящиеся продукты храните только в условиях холода не употребляйте продукты с истекшим сроком реализации.

• Для обработки сырых продуктов пользуйтесь отдельными кухонными приборами и принадлежностями, такими как ножи и разделочные доски. Храните сырые продукты отдельно от готовых продуктов.

При возникновении симптомов острой кишечной инфекции необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью!

Соблюдайте меры профилактики и будьте здоровы!

Фельдшер Родионова А.В.