

Профилактика острых кишечных инфекций

Лето – пора отпусков, туристических поездок, активного отдыха на природе; многие дети ежегодно проводят каникулы в загородных оздоровительных лагерях. В то же время лето это сезон повышенного риска распространения заболеваний острыми кишечными инфекциями (ОКИ), в том числе вирусной этиологии.

Источником инфекции является человек – больной или носитель. Инфицирование возможно через бытовые предметы, игрушки, воду, пищу, загрязненные руки. Особенно опасна вода открытых водоемов.

Для возникновения заболевания требуется незначительная (малая) инфицирующая доза, вирусы способны поражать за короткий период времени большое число лиц, при этом регистрируются не тяжелые формы заболевания.

Значительно снизить риск заражения ОКИ можно, соблюдая достаточно простые правила:

- избегайте контакта с лицами, имеющими признаки заболевания;
- соблюдайте правила личной гигиены, мойте руки перед едой, после туалета, перед приготовлением пищи;
- пользуйтесь индивидуальной посудой, держите в чистоте предметы ухода за детьми, ежедневно мойте игрушки малышей;
- проводите влажную уборку, чаще проветривайте помещения;

- фрукты, овощи после мытья ополаскивайте кипяченой горячей водой;
- не купайтесь в не установленных (не отведённых) для этих целей местах;
- употребляйте для питья только кипяченую или бутилированную воду и напитки в фабричной расфасовке.

При появлении признаков заболевания не занимайтесь самолечением, обращайтесь за медицинской помощью.

