

# Профилактика острых кишечных инфекций

К острым кишечным инфекциям (ОКИ) относятся дизентерия, сальмонеллёз, гепатит А, пищевые токсикоинфекции, брюшной тиф и паратифы и др. заболевания. Основным механизмом передачи инфекции – фекально-оральный. Факторами передачи являются пища, вода, предметы обихода, игрушки, инфицированные возбудителями ОКИ. Причинами заболеваний часто служит несоблюдение элементарных правил личной гигиены, нарушение технологии приготовления пищи, использование для питья некипячёной воды, несоблюдение сроков и условий хранения продуктов, контакты с больным человеком.

**Самолечение приводит к нежелательным последствиям:** на время клинические признаки исчезают, незначительно улучшается самочувствие, однако в организме остаются и продолжают размножаться возбудители кишечной инфекции, заболевание может перейти и в хроническую форму или больной становится бактерионосителем и источником заболеваний для других.

## ПРОФИЛАКТИКА КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ:

- ! своевременно и тщательно мыть руки с мылом перед едой, после посещения туалета;
- ! при приготовлении пищи использовать только свежие продукты. Мясо, рыбу, яйца тщательно проваривать, продукты оберегать от мух;
- ! для разделки сырых и варёных овощей, мяса и рыбы использовать отдельные разделочные доски;
- ! скоропортящиеся продукты сохранять в холодильнике в пределах допустимых сроков хранения;
- ! воду и молоко, купленное на рынке, употреблять только после кипячения;
- ! овощи и фрукты мыть проточной водой с последующим ошпариванием кипятком;
- ! купаться в открытых водоёмах в специально отведенных местах.

*При появлении первых признаков недомогания (боли в животе, жидкий стул, рвота, повышение температуры) очень важно не заниматься самолечением, а обратиться к врачу. До его прихода изолировать заболевшего в отдельное помещение, выделить индивидуальную посуду и средства личной гигиены, произвести в квартире дезинфекцию хлорсодержащими бытовыми препаратами.*

**ВЫПОЛНЕНИЕ ЭТИХ НЕСЛОЖНЫХ ГИГИЕНИЧЕСКИХ ПРАВИЛ, ПРЕДОСТОРОЖНОСТЬ В БЫТУ СМОГУТ НАДЁЖНО ЗАЩИТИТЬ ВАС И ВАШИХ ДЕТЕЙ ОТ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ.**

**ПРИ ПОЯВЛЕНИИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКОВ КИШЕЧНОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ НЕМЕДЛЕННО ОБРАЩАЙТЕСЬ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ!**

