

Профилактика острых кишечных инфекций



Острая кишечная инфекция – группа инфекционных заболеваний, поражающих преимущественно пищеварительный тракт. Ее появление в основном вызвано микроорганизмами, такими как бактерии и вирусы. Источником инфекции является больной человек или носитель тонкокишечных возбудителей. Это очень опасно для окружающих людей, особенно для тех, у кого легкие, малозаметные и бессимптомные формы заболевания.

Микробы выделяются от больных и носителей в окружающую среду через фекалии, рвоту и мочу. Поскольку восприимчивость к острым кишечным инфекциям очень высока, часто болеют взрослые и дети, особенно дети от 1 до 7 лет. Риск заражения зависит от количества попавшего в организм возбудителя, а также от барьерной и ферментативной функции желудочно-кишечного тракта и рецептивности организма.

Заболевание передается преимущественно через фекалии, пищу, воду и использование обычных предметов домашнего обихода. С момента попадания возбудителя в организм до появления симптомов проходит от нескольких часов до 7 дней. После заражения иммунитет становится нестабильным от 3-4 месяцев до 1 года, поэтому вполне возможен рецидив заболевания.

Факторами передачи заболевания являются продукты питания, вода, предметы обихода, игрушки, некоторые инфекции переносят насекомые (мухи, тараканы). Также причинами заражения острыми кишечными инфекциями являются антисанитарные условия, несоблюдение правил личной гигиены, употребление антисанитарных готовых пищевых

продуктов. Острые кишечные инфекции могут возникнуть в любое время года. Вирусная инфекция часто усиливается с наступлением холодов, когда увеличивается заболеваемость гриппом и ОРВИ. Большинство острых кишечных инфекций характеризуются высокой персистенцией. Например, возбудители брюшного тифа и паратифа живут в молоке более 70 дней, а в воде – несколько месяцев. Бактерии дизентерии живут и размножаются в молоке около 6 дней, а в речной воде могут сохраняться до 35 дней. Вирусы могут сохраняться в различных формах внешней среды от 10-15 дней до 1 месяца, а в фекалиях - до 7.

Этиологическая структура острой инфекционной диареи у детей с течением времени меняется. Сейчас эта динамика отчетливо видна. Причин этому несколько: глобализация производства продуктов питания, ужесточение требований к их безопасности, консервирование и пастеризация продуктов детского питания, естественные экологические причины и т.д.

Меры профилактики острых кишечных инфекций:

- **соблюдайте правила личной гигиены, тщательно мойте руки с мылом перед едой и после посещения туалета;**
- **для питья используйте только кипяченую или бутилированную воду;**
- **перед употреблением хорошо вымойте фрукты и овощи и ополосните их кипятком;**
- **используйте термически обработанные продукты в пищу;**
- **храните скоропортящиеся продукты питания только в прохладном месте, не используйте продукты с истекшим сроком годности;**
- **используйте личный кухонный инвентарь (ножи и разделочные доски) для обработки сырых продуктов, храните сырье отдельно от готовой продукции;**
- **поддерживайте чистоту в доме и дворе.**