ОСТРЫЕ КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ У ДЕТЕЙ, ИХ ПРОФИЛАКТИКА

Памятка для родителей

|  |  |
| --- | --- |
| 20220329_1.png | Возбудителями кишечных инфекций могут быть: бактерии (сальмонеллез, дизентерия, холера), их токсины (ботулизм), а также вирусыПричиной острых кишечных инфекций являются несколько групп микроорганизмов: бактерии, вирусы и простейшие.Источником инфекции является человек или животное.К острым кишечным инфекциям относятся следующие заболевания дизентирия, холера, энтерит, гепатит А, брюшной тиф и др. |

Ведущие пути передачи:

* контактно-бытовой (через загрязненные предметы обихода, игрушки, соску, грязные руки)
* пищевой (при употреблении в пищу недостаточно обработанные, недоброкачественные продукты питания)
* водный (при питье некипяченой воды, купании в открытых водоемах)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Острые кишечные инфекции (ОКИ) - это многочисленная группа острых инфекционных заболеваний, вызываемых различными микроорганизмами, простейшими, бактериями, вирусами с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта.Симптомы заболевания. После попадания возбудителя в организм болезнь проявляется не сразу. Это так называемый скрытый, инкубационный период, который длится от нескольких часов до 10 дней. Потом у больных повышается температура, появляется слабость, тошнота, ухудшается аппетит, появляются боли в животе, рвота, частый жидкий стул. Заболевание может протекать в виде здорового носительства. Больные или носители представляют опасность для окружающих, так как с фекалиями выделяется огромное количество возбудителей в окружающую среду. Далее через загрязненную воду, предметы обихода, руки или пищевые продукты возбудители ОКИ вновь попадают в кишечник здорового человека. Некоторые заболевания протекают в легкой форме, поэтому больные не обращаются к врачу, а занимаются самолечением. Это может привести к нежелательным последствиям. Непременно обратитесь к врачу при первых симптомах заболевания.Чтобы предохранить себя и детей необходимо придерживаться следующих рекомендаций:* строго соблюдайте правила личной гигиены, чаще и 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 тщательно мойте перед употреблением под проточной водопроводной водой, а для маленьких детей ещё и кипяченой водой; - не приобретайте продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;
* в домашних условиях 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;
* скоропортящиеся продукты и готовую пищу следует хранить только в холодильнике при температуре +2 +6ºС - постоянно поддерживайте чистоту в жилище и соблюдайте правила личной гигиены Игрушки так же мойте перед тем, как давать детям

Помните, что любое заболевание легче предупредить, чем лечить!Для того, чтобы предохранить себя от заражения, соблюдайте следующие правила:* Мойте с мылом руки перед едой и после посещения туалета.
* Следите за чистотой рук у детей , прививайте им с раннего детства гигиенические навыки.
* Овощи и фрукты тщательно промывайте в проточной водопроводной воде и обдавайте крутым кипятком.
* Разливное молоко пейте только кипяченым , особенно после приобретения его у случайных лиц.
* При приготовлении пищи - соблюдайте технологию, не нарушайте сроков хранения сырых и готовых продуктов, соблюдайте товарное соседство пищевых продуктов и сырья как при покупке в магазине, так и при хранении в холодильнике.
* Убирайте остатки пищи после еды , чтобы не привлекать в помещение мух и тараканов.
* Заботьтесь о чистоте своего жилища.

При появлении дисфункции кишечника, болей в животе, повышении температуры тела, рвоты, слабости -немедленно обращайтесь к врачу !Чтобы защититься от инфекций, необходимо соблюдать правила:

|  |  |
| --- | --- |
| Употреблять для питья только кипяченую или бутилированную воду и напитки в фабричной расфасовке.При покупке продуктов обращать внимание на срок годности.Тщательно мыть фрукты и овощи проточной водой, а затем обдавать кипятком.Необходимо подвергать продукты питания термической обработке.При приготовлении и хранении пищи не допускать контакта сырых продуктов и готовых блюдСоблюдать правила личной гигиены. Мыть руки перед едой, после посещения туалета и улицы.Поддерживать чистоту в жилищеЗащитить себя от их укусов клещей и других кровососущих насекомых, которые являются переносчиками инфекционных и паразитарных заболеваний.Уничтожайте в жилище тараканов, мух и других насекомых. | Не использовать для питья воду из случайных природных водоисточников -колодцы, фонтаны, ключи, озера, реки и т.д.Не употреблять скоропортящиеся продукты (салаты, молочные продукты, изделия с кремом и т.п.), которые более суток хранились в холодильнике.Не использовать один и тот же разделочный инвентарь для приготовления сырых и готовых продуктов.Избегать купания в водоёмах в неотведенных для этого местах. При купании в плавательных бассейнах следует избегать попадания воды в полость рта.Избегать или максимально сократить пребывание в закрытых помещениях в местах массового скопления людей, контакты с больными людьми.Не заниматься самолечением. При пищевых отравлениях и инфекционных заболеваниях необходима квалифицированная медицинская помощь. |

 |

 |  |

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ ДЕТЕЙ!**