



КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ: ИХ ОПАСНОСТЬ И ПРОФИЛАКТИКА ЛЕТОМ.

Лето – это не только море, отдых, солнце и пляж, но и время кишечных инфекций. В этот период отмечается резкое повышение уровня инфицированности воды, почвы, продуктов питания возбудителями острых кишечных инфекций.

Статистика свидетельствует, что пик заболеваемости острыми кишечными инфекциями приходится на июль, август и сентябрь, именно в этот период ряд **неблагоприятных факторов** способствует росту острых кишечных инфекций:

- жаркая погода, которая способствует быстрой порче продуктов;
- появление большого количества фруктов, овощей, ягод;
- активные перемещения людей в связи с отпусками.

Среди всех инфекционных патологий острые кишечные инфекции составляют более 20%. Особенно подвержены кишечным инфекциям дети. Это связано с низкой степенью активности защитных факторов, а так же с отсутствием сформированных гигиенических навыков у детей. Факторы иммунной защиты в желудочно-кишечном тракте у детей формируются к 5-летнему возрасту.

Острые кишечные инфекции — это группа инфекционных заболеваний, вызванных различными микроорганизмами (бактериями, вирусами), проявляющаяся расстройствами пищеварения и симптомами обезвоживания. Проникая в организм человека, возбудители кишечных инфекций начинают активно размножаться. В результате процесс пищеварения нарушается, а слизистая кишечника воспаляется.

Практически все возбудители острой кишечной инфекции отличаются очень высокой устойчивостью. Они могут в течение долгого времени сохранять жизнеспособность в пище, загрязненной воде, на руках больного, на предметах, которыми он пользовался.

Чаще всего в организм человека бактерии попадают вместе с пищей, водой или через грязные руки.

Например, дизентерия может начаться при употреблении воды из под крана, некипяченого молока; кишечная палочка может попасть в организм с просроченным кисломолочным продуктом; сальмонеллезом можно заразиться, употребив в пищу зараженные продукты, такие как куриное мясо и яйца, плохо промытые водой овощи и зелень, а так же через плохо промытую посуду или кухонную утварь.

Виды острых кишечных инфекций:

- бактериальные: сальмонеллез, дизентерия, острая кишечная инфекция, вызванная синегнойной палочкой, стафилококковое пищевое отравление, брюшной тиф, холера, ботулизм и прочие;
- кишечные инфекции вирусной этиологии : ротавирусная, энтеровирусная, коронавирусная, аденовирусная, и др;
- грибковые кишечные инфекции (чаще грибы рода *Candida*);
- протозойные кишечные инфекции (лямблиоз, амебиаз) - отличаются крайне тяжелой клинической симптоматикой.

Источником инфекции являются больные люди и носители бактерий, включая тех, у кого отсутствуют клинические проявления. Больные заразны с начала заболевания и заразность может сохраняться длительное время.

Симптомы, с которыми необходимо обратиться к врачу незамедлительно:

- ◆ высокая лихорадка с диареей и рвотой;
- ◆ жидкий стул чаще 5 раз в сутки;
- ◆ многократная рвота;
- ◆ кровь в стуле;
- ◆ сильные спазмы в животе;
- ◆ выраженная слабость и жажда;
- ◆ наличие сопутствующих хронических болезней.

! Особенно данные симптомы опасны для детей до 5 лет и лиц старше 65 лет.

Все кишечные инфекции называют «болезнью грязных рук», больные, носители или ухаживающие за ними лица инфицируют свои руки, руками переносят инфекцию на окружающие предметы (бельё, посуда, игрушки, дверные ручки и др.), откуда руками инфекция заносится в рот непосредственно или через пищу.

Диагностика и лечение кишечных инфекций

В первую очередь кишечную инфекцию необходимо отличить от других заболеваний со сходными симптомами: небактериального пищевого отравления (например, лекарствами), острого аппендицита, пневмонии, внематочной беременности и т.д.

При появлении симптомов, напоминающих острую кишечную инфекцию, необходимо обратиться к инфекционисту. Для того, чтобы правильно поставить диагноз, врач назначает бактериологическое исследование. Дополнительно могут применяться серологические методы диагностики (для выявления антител к возбудителям инфекции).

Лечение кишечных инфекций является комплексным и включает в себя борьбу с интоксикацией, микробами и обезвоживанием организма. Также больные должны соблюдать правильную диету и с помощью специальных препаратов восстанавливать нормальную микрофлору кишечника.

Профилактика острых кишечных инфекций (ОКИ)

- ✓ соблюдать правила личной гигиены: тщательно мыть руки перед приемом и раздачей пищи, после посещения туалета, улицы;
- ✓ следить за чистотой рук у детей, научить их соблюдать правила личной гигиены;
- ✓ употреблять для питья кипяченую или бутилированную воду;
- ✓ выбирать безопасные продукты;
- ✓ следить за сроками годности продуктов;
- ✓ тщательно мыть овощи и фрукты перед употреблением под проточной, а для детей - кипяченой водой;
- ✓ проводить тщательную термическую обработку необходимых продуктов;
- ✓ употреблять пищу желательнее сразу после её приготовления;
- ✓ готовые продукты хранить на холоде, оберегая их от мух, и не оставлять при комнатной температуре более чем на 2 часа;
- ✓ правильно хранить продукты в холодильнике: не допускать контакта между сырыми и готовыми продуктами (хранить в разной посуде);
- ✓ содержать кухню в чистоте;
- ✓ не скапливать мусор;
- ✓ выезжая на отдых, необходимо брать с собой запас чистой питьевой воды, не употреблять воду из открытых источников;
- ✓ купаться только в специально отведенных для этой цели местах, при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот.

Соблюдая эти простые правила, можно защитить себя и своих близких от угрозы возникновения кишечных инфекций.

Если при обращении за медицинской помощью возникают трудности Вы можете обратиться к специалистам страховой медицинской компании «Арсенал МС» на горячую линию по номерам телефонов: 8 (800) 700-07-76 (бесплатно по России), +7 (978) 0-333-333 (для Республики Крым), +7 (978) 0-777-777 (для города Севастополя). В поликлиниках связаться со страховыми представителями можно по телефонам прямой связи, размещенным в фойе.

Уточнить дополнительную информацию о порядке получения медицинской помощи можно также по телефону «горячей» линии Минздрава Республики Крым 8 (800) 733-33-34.

Справка:

Общество с ограниченной ответственностью «Арсенал медицинское страхование» (ООО «Арсенал МС») имеет лицензию Банка России на осуществление страхования № ОС 4324-01 от 2 августа 2016 года и включено в реестры страховых медицинских организаций Республики Крым и города Севастополя.

Более 1 млн. жителей Крыма и Севастополя уже являются застрахованными ООО «Арсенал МС». **Защита прав и законных интересов граждан на получение бесплатной, качественной, доступной медицинской помощи по программам ОМС является приоритетным направлением деятельности ООО «Арсенал МС».**