

Кишечные инфекции: симптомы и профилактика

Острые кишечные инфекции (ОКИ) – это группа инфекционных заболеваний, вызываемых различными бактериями и вирусами, характеризующиеся локализацией возбудителей заболевания преимущественно в кишечнике и клиническими проявлениями, связанными с расстройством пищеварения.

С наступлением лета актуальность ОКИ возрастает, так как происходит сезонная активизация путей и факторов передачи возбудителей инфекции (пищевой, водный, контактно-бытовой), что влечет за собой рост заболеваемости среди населения. Дети в первую очередь подвержены риску заболевания ОКИ.

Чаще всего встречаются вирусные кишечные инфекции: ротавирусная, аденовирусная, энтеровирусная, норовирусная, гепатит А и бактериальные: сальмонеллез, шигеллез, иерсиниоз, стафилококковая инфекция.

Основной **механизм передачи** кишечных инфекций - фекально-оральный, он может реализоваться несколькими путями:

- контактно-бытовым - через грязные руки при нарушении правил личной гигиены;
- пищевым - при употреблении в пищу инфицированных продуктов;
- водным - при употреблении недоброкачественной воды или заглатывании воды во время купания в водоеме.

Источником инфекции является больной человек или бактерионоситель. Особую опасность представляют больные с бессимптомной, стертой или легкой формой заболевания.

Основными **факторами передачи** выступают зараженные пищевые продукты, вода, грязные руки, объекты окружающей среды (игрушки, посуда, полотенца и т.д.).

Клинические проявления ОКИ зависят от этиологии и формы заболевания. В основном симптомы связаны с нарушением работы пищеварительной системы организма: тошнота, рвота, диарея, снижение аппетита, боли в животе. Осложняться заболевания могут обезвоживанием, перфорацией кишечника, перитонитом, сепсисом, острой почечной и сердечно-сосудистой недостаточностью.

Для предотвращения заболевания ОКИ следует придерживаться мер профилактики:

- соблюдать правила личной гигиены: мыть руки перед приготовлением и приемом пищи, после посещения туалета, улицы;
- тщательно мыть овощи, фрукты, зелень;
- не приобретать пищевые продукты в неустановленных местах торговли;
- обращать внимание на сроки годности приобретаемой продукции, не употреблять продукты с истекшим сроком годности;
- соблюдать условия хранения пищевых продуктов;
- употреблять водопроводную воду гарантированного качества, при ее отсутствии использовать для питья бутилированную или кипяченую воду;
- не купаться в водоемах, не предназначенных для этих целей, не заглатывать воду при купании;
- регулярно проводить в помещениях влажную уборку;
- держать детские игрушки в чистоте;
- обучать детей правилам личной гигиены с ранних лет.

Будьте внимательны к себе и своим близким и оставайтесь здоровыми!