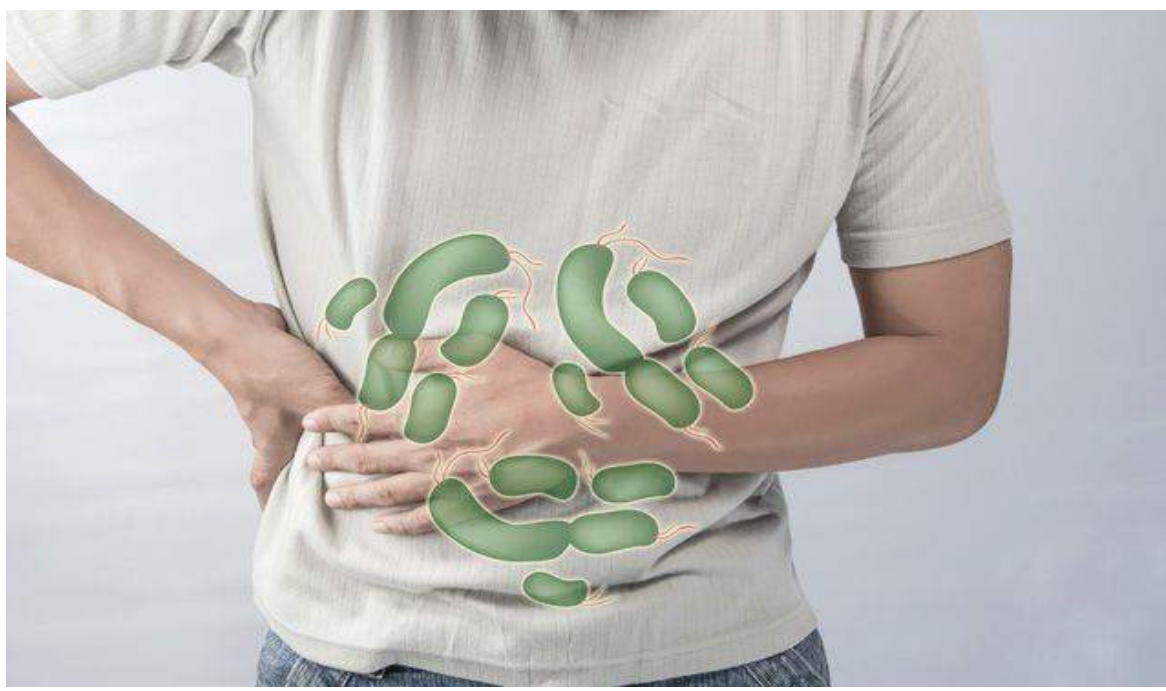


- ❖ Обмывайте горячей водой индивидуальные упаковки с йогуртом, соком, которые даете детям. На упаковке могут быть вирусы.
- ❖ Имейте дома отдельные разделочные доски и ножи для сырых и готовых продуктов. Нельзя резать хлеб на доске, где вы только что разделали курицу.
- ❖ Тщательно мойте руки после прихода домой, до и после посещения туалета, до и после приготовления пищи, после общения с домашними животными, перед кормлением ребенка.
- ❖ При появлении симптомов острой кишечной инфекции необходимо, в первую очередь, проконсультироваться с врачом, а не заниматься самолечением, которое в таких случаях может лишь временно облегчить самочувствие. Ведь только врач сможет верно установить диагноз и назначить правильное лечение.
- ❖ Если кто-либо из членов семьи болен и находится дома, для больного выделите отдельную посуду, бельё. Для уборки мест общего пользования необходимо использовать дезинфицирующие средства.



**БУДЬТЕ
ЗДОРОВЫ**



ВИРУСНЫЕ КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ

Минск – 2019

Профилактика вирусных кишечных инфекций

В настоящее время в г.Минске и Ленинском районе г. Минска отмечается рост заболеваемости острыми кишечными инфекциями (далее – ОКИ). Так, за 5 месяцев 2018 года в Ленинском районе г.Минска произошел рост заболеваемости ОКИ по сравнению с аналогичным периодом прошлого года, причем наблюдается увеличение заболеваемости вирусными кишечными инфекциями (в основном за счет ротавирусной инфекции).

Острые кишечные инфекции - инфекционные заболевания, сопровождающиеся поражением желудочно-кишечного тракта (тошнотой, рвотой, диареей), повышением температуры тела и другими симптомами интоксикации. ОКИ могут вызывать как бактерии (сальмонеллы, шигеллы, кишечная палочка и др.) так и вирусы (норо-, энтеро-, астро-, рота-). В зимне-весеннее время наблюдается сезонный подъем заболеваемости вирусными кишечными инфекциями.

Особенностями всех вирусов, вызывающих диарею, является то, что они довольно устойчивы во внешней среде, хорошо сохраняются при низких температурах воздуха (при температуре 40°C выживают до 2-3 недель). В воде водоемов, морской и водопроводной воде выживают дольше, чем бактерии кишечной группы. В фекалиях могут сохраняться до 2-3 недель. Многие широко распространенные дезсредства слабо действуют на эти вирусы.



Источником инфекции могут являться как больные люди, так и вирусоносители. Возбудители

кишечных инфекций проникают в организм человека через рот при употреблении в пищу инфицированных продуктов, некипяченой питьевой воды, через грязные руки, ручки дверей, компьютерные мыши, игрушки, соски и др. предметы обихода.

От момента проникновения вируса в организм до заболевания может проходить от нескольких часов до 7 дней. При этом у людей обычно возникает недомогание, может повышаться температура тела, возникает рвота и диарея, у многих детей также в сочетании с этими симптомами может наблюдаться заложенность носа, боль в горле, кашель. Наиболее уязвимыми для кишечных вирусов являются дети от 6 месяцев до 2 лет, а также дети дошкольного возраста, особенно посещающие организованные коллективы и школьники.



Для того, чтобы защитить себя от проникновения вируса и заболевания, необходимо:

- ❖Использовать для питья только кипяченую или бутилированную воду.
- ❖При покупке продуктов обращать внимание на сроки годности, особенно если продукт скоропортящийся.
- ❖Овощи и фрукты, употребляемые в сыром виде, необходимо хорошо мыть под горячей проточной водой, желательно с мылом. После промывки обдайте фрукты, овощи и зелень кипятком.