***Острые кишечные инфекции (ОКИ) – это многочисленная группа острых инфекционных заболеваний с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта.***

**Источниками возбудителей инфекции** являются больные люди или вирусоносители (при отсутствии клинических симптомов заболевания они выделяют возбудителя в окружающую среду).

**Возбудители кишечных инфекций:**

* - обладают высокой устойчивостью во внешней среде, сохраняют свои болезнетворные свойства в течение продолжительного времени;
* в пищевых продуктах не только сохраняются, но и активно размножаются, не меняя при этом внешнего вида и вкуса продукта;
* погибают при действии высокой температуры, например, при кипячении.

**Симптомы заболевания:** боль в животе, тошнота, рвота и диарея, повышение температуры тела, а в тяжелых случаях – обезвоживание и интоксикация.

***Наибольший подъем заболеваемости кишечными инфекциями наблюдается в летне-осенний период, что связано с выездами на отдых, потреблением овощей и фруктов, уличной торговлей скоропортящимися продуктами, нарушением водного режима и др. Опасность заражения кишечными инфекциями представляют продукты, употребляемые в холодном виде, без тепловой обработки, например, салаты, заливные, молоко и молочные продукты, мясные полуфабрикаты. К заражению ОКИ может привести употребление для питья, мытья посуды и рук, овощей и фруктов воды из открытых водоемов, талой воды. Заражение может произойти при купании в неустановленных местах.***

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | http://www.svbhospital.ru/wp-content/uploads/2016/02/13.jpg  **Профилактика кишечных инфекций:** | |

* ***тщательное мытье рук с мылом перед приемом пищи и ее приготовлением, после посещения туалета;***
* ***воду для питья употреблять кипяченную, бутилированную или из питьевого фонтанчика с системой доочистки водопроводной воды;***
* ***овощи и фрукты, в том числе цитрусовые и бананы употреблять только после мытья их чистой водой и ошпаривания кипятком;***
* ***разливное молоко употреблять после кипячения;***
* ***творог, приготовленный из сырого молока или развесной, лучше употреблять только в виде блюд с термической обработкой;***
* ***выделять разделочный инвентарь (ножи, доски) отдельно для сырых и готовых продуктов;***
* ***скоропортящиеся продукты сохранять в холодильниках в пределах допустимых сроков хранения, не допускать соприкосновения готовых продуктов и не прошедших термическую обработку;***
* ***следить за чистотой жилища (частое проветривание, ежедневное проведение влажной уборки) и предметов обихода, уничтожать мух;***
* ***систематически опорожнять и мыть емкости для сбора бытовых отходов;***
* ***купаться в открытых водоемах только в специально отведенных местах.***

**Соблюдение простых правил гигиены поможет Вам уберечь себя и своих близких от заболевания острыми кишечными инфекциями**

**При возникновении признаков кишечной инфекции** **следует немедленно обратиться за медицинской помощью к врачу, выполнять и соблюдать его назначения и рекомендации**.

**Никакого самолечения, не принимать самостоятельно никаких лекарств, особенно антибиотиков**!

**Несвоевременное обращение за медицинской помощью может отрицательно сказаться на здоровье и привести к заражению окружающих.**

****

Подготовил: помощник врача-эпидемиолога Т.Е. Хмельницкая

Тираж 200 экз**.**

**Государственное учреждение**

**«Новогрудский зональный центр гигиены и эпидемиологии»**

(памятка для населения)



**2018**