

## **Меры профилактики кишечных инфекции. Энтеровирусные инфекции**

Острые кишечные инфекции (ОКИ) – группа инфекционных заболеваний, протекающих с поражением пищеварительной системы. Возбудителями ОКИ могут быть бактерии (сальмонеллы, шигеллы, иерсинии, кишечная палочка, стафилококки и другие), вирусы (ротавирусы, норовирусы, энтеровирусы и др.), грибки и простейшие (лямблии и прочие). Насчитывается более 30 возбудителей острых кишечных инфекций, которые, как правило, высоко устойчивы во внешней среде.

Источником инфекции в большинстве случаев является больной человек. Но следует помнить, что не всегда заболевший имеет признаки заболевания. Особенно опасны как источники инфекции бессимптомные носители.

Патогенные микроорганизмы, попадая в наш организм с едой или водой, а также через грязные руки, начинают активно размножаться в желудочно-кишечном тракте, провоцируя развитие соответствующих симптомов: тошнота, рвота, диарея, лихорадка, озноб, слабость.

В зависимости от причины (вирусной или бактериальной) симптомы кишечных инфекций могут появиться в течение нескольких часов или до одного-трех дней после заражения и могут варьироваться от легкой до тяжелой.

Особую опасность ОКИ представляют для маленьких детей (так как потеря жидкости и электролитов со стулом и рвотой может привести к обезвоживанию), а также для людей старшего возраста и лиц с хроническими заболеваниями ЖКТ.

В теплый период года в связи с открытием купального сезона особую актуальность приобретают **энтеровирусные инфекции**. Группа энтеровирусов обширна, но наиболее часто причиной заболеваний являются вирусы Коксаки А (24 серотипа), Коксаки В (6 серотипов), ЕСНО (34 серотипа) и неклассифицированные энтеровирусы человека 68-71 типов.

Энтеровирусы длительно сохраняются в сточных водах, в воде плавательных бассейнов и открытых водоемов, на предметах обихода, мебели, продуктах питания (молоко, фрукты, овощи).

Источник энтеровирусной инфекции - всегда только человек: больной или носитель возбудителя. Основные пути передачи – водный и контактно-бытовой, дополнительный путь - воздушно-капельный при развитии у больных симптомов поражения верхних дыхательных путей.

Факторами передачи энтеровирусной инфекции могут быть вода, плохо вымытые овощи, фрукты, зелень, грязные руки, игрушки, приготовленный из некачественной воды лед.

Энтеровирусная инфекция характеризуется поражениями различных органов и систем: нервной системы (серозный менингит, синдром острого вялого паралича), глаз (геморрагический конъюнктивит), дыхательной системы (заболевания с респираторным синдромом), пищеварительной (герпангина, боли в животе, диарея), кожи (экзантема) и других. Наибольшую опасность представляют тяжелые формы ЭВИ с поражением нервной системы в виде серозного вирусного менингита.

Больного ЭВИ в первую очередь необходимо изолировать. Тяжелые формы ЭВИ требуют стационарного лечения. В домашних условиях следует выделить заболевшему персональную посуду, полотенце. При уходе за больным необходимо строго соблюдать правила личной гигиены. Важно проводить уборку в комнате больного с дезинфицирующим средством, губительно действующим на вирусы.

Соблюдение правил личной гигиены имеет жизненно важное значение для предотвращения распространения острых кишечных инфекций, в том числе ЭВИ.

Основные меры профилактики:

- мойте руки после посещения туалета, перед приготовлением пищи, перед едой;
- тщательно мойте зелень, фрукты и овощи;
- храните готовую пищу в холодильнике, если вы храните ее более двух часов;

- пейте бутилированную воду промышленного производства или кипяченую;
  - не употребляйте напитки со льдом;
  - купайтесь только на специально оборудованных пляжах или в бассейнах, в которых проводится обеззараживание и контроль качества воды;
  - купаясь в бассейнах, реках и других водоемах, не заглатывайте воду,
  - избегайте контактов с людьми с признаками инфекционных заболеваний, с сыпью, температурой, кашлем и другими симптомами;
  - не трогайте грязными руками лицо, нос, глаза.
- Берегите себя и будьте здоровы!