

**Берегитесь кишечных инфекций!**Лето – раздолье для острых кишечных инфекций, которыми заразиться можно буквально везде. Употребление плохо помытых овощей и фруктов, испорченные блюда в результате неправильного хранения, купание в водоемах с грязной водой – все это может стать причиной появления неприятных симптомов.

**Острые кишечные инфекции (ОКИ)** – группа инфекционных заболеваний, сопровождающихся нарушением моторики желудочно-кишечного тракта с развитием диареи, интоксикации, а в ряде случаев – **обезвоживанием!**

**Возбудители острых кишечных инфекций** могут находиться на поверхностях различных предметов, овощах, ягодах, фруктах.

**К кишечным инфекциям относятся:** дизентерия, сальмонеллез, брюшной тиф и паратифы, пищевые токсикоинфекции, вирусные кишечные инфекции (ротавирусная, энтеровирусная, аденовирусная, норовирусная и другие).

**Источник инфекции** больной человек или носитель возбудителя.

**Передача ОКИ реализуется:**

- **пищевым путём передачи** (при употреблении в пищу инфицированных продуктов, а также овощей и фруктов, загрязненных микроорганизмами, без достаточной гигиенической и термической обработки);

- **водным путём передачи** (при употреблении некипяченой воды, инфицированной вирусами или бактериями, при купании в реке, пруде, озере),

- **контактно-бытовым путём передачи** (через белье, полотенца, посуду, игрушки, загрязнённые руки, поскольку большинство возбудителей кишечных инфекций отличаются высокой устойчивостью).

**Симптомы кишечных инфекций:**

* тошнота, рвота, диарея
* боль в животе
* повышение температуры тела (до 38–39 °С)
* слабость
* головная боль

Самое опасное в данном случае – потеря жидкости от рвоты и диареи.

**Профилактика кишечных инфекций:**

* соблюдать правила личной гигиены: тщательно мыть руки перед приемом и раздачей пищи, после посещения туалета, улицы
* употреблять для питья кипяченую или бутилированную воду
* тщательно мыть овощи и фрукты перед употреблением
* проводить тщательную термическую обработку необходимых продуктов
* следить за сроками годности продуктов
* выезжая на отдых, необходимо брать с собой запас чистой питьевой воды, не употреблять воду из открытых источников;
* при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот;

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

Эпидемиологический отдел ГБУЗ «Михайловская ЦРБ»