

## **ПАМЯТКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ**

Острые кишечные инфекции - это многочисленная группа острых инфекционных заболеваний, вызываемых различными микроорганизмами, простейшими, бактериями, вирусами с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта.

### **Как происходит заражение ОКИ?**

Возбудители ОКИ в организм человека попадают с пищей, водой, у маленьких детей через грязные руки, игрушки. При массивном накоплении возбудителей в окружающей среде частота их попадания в желудочно-кишечный тракт человека увеличивается, соответственно увеличивается вероятность возникновения заболеваний. После попадания возбудителя в организм болезнь проявляется не сразу. Это так называемый скрытый, инкубационный период, который длится от нескольких часов до 10 дней. Потом у больных повышается температура, появляется слабость, тошнота, ухудшается аппетит, появляются боли в животе, рвота, частый жидкий стул. Заболевание ОКИ может протекать в виде здорового носительства. Больные или носители представляют опасность для окружающих, так как с фекалиями выделяется огромное количество возбудителей в окружающую среду. Далее через загрязненную воду, предметы обихода, руки или пищевые продукты возбудители ОКИ вновь попадают в кишечник здорового человека. Некоторые заболевания протекают в легкой форме, поэтому больные не обращаются к врачу, а занимаются самолечением. Это может привести к нежелательным последствиям. Непременно обратитесь к врачу при первых симптомах заболевания.

### **ВНИМАНИЮ РОДИТЕЛЕЙ!**

**Для предупреждения заболевания острой кишечной инфекцией необходимо выполнять следующие правила:**

- Сырую воду пить НЕЛЬЗЯ! Пейте только кипяченую или бутилированную воду!
- Не используйте воду из подтопленных колодцев!
- Не используйте без кипячения воду после фильтра для очистки воды.
- Не употребляйте в пищу подпорченные продукты сомнительного качества, обращайте внимание на сроки годности продуктов! Овощи и фрукты (в том числе фрукты в кожуре: цитрусовые, бананы) перед употреблением тщательно мойте, после чего **обязательно обдавайте кипятком.**
- Не употребляйте в пищу подпорченные и подгнившие овощи и фрукты!
- Соблюдайте личную гигиену, следите за чистотой рук!
- Следите, чтобы дети мыли руки после посещения туалетной комнаты и перед приемом пищи!
- При первых признаках недомогания обращайтесь к врачу, не занимайтесь самолечением!

**БЕРЕГИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЬЕ СВОИХ ДЕТЕЙ!**

