

Острые кишечные инфекции, что это?

К острым кишечным инфекционным заболеваниям относятся дизентерия, сальмонеллёз, брюшной тиф, паратифы А и В, холера и др. И хотя эти заболевания вызываются различными видами микроорганизмов, все они объединены в одну группу «кишечных инфекций», потому что имеют одинаковый механизм заражения, одинаковую локализацию возбудителя в организме человека, сходные проявления заболевания.



Как можно заразиться?

Заболевание возникает при попадании возбудителей через рот в кишечник человека, где они начинают размножаться, выделяя ядовитые вещества – токсины, поражающие желудочно-кишечный тракт, нервную, сердечно-сосудистую и другие системы организма. Это может произойти при несоблюдении правил личной гигиены: во время еды немытыми руками или употребления в пищу заражённых пищевых продуктов, что также происходит во время кулинарной обработки немытыми руками, при неправильной транспортировке, нарушении правил и сроков хранения продуктов.

Большое количество возбудителей кишечных инфекций находятся на овощах и фруктах, особенно если почву садов и огородов удобряют не обезвреженными нечистотами.

Нередко можно видеть, как на рынке, прежде чем купить ягоды, фрукты или овощи, сначала их пробуют, не подумав о том, вымыты ли они, или дают ребёнку только что купленные фрукты, в лучшем случае обтерев их носовым платком или клочком бумаги. А ведь это недопустимо!



Представляют опасность блюда, употребляемые в холодном виде без тепловой обработки – различные салаты, заливные, молоко и молочные продукты, а также мясные полуфабрикаты, особенно фарш, так как в процессе приготовления он перемешивается и микробы, находившиеся ранее в каком-либо одном участке, распространяются по всей массе.



Одним из факторов распространения кишечных инфекций является вода. Вместе с талыми, дождевыми водами возбудители острых кишечных заболеваний попадают в открытые водоемы – реки, озера, пруды. А ведь многие пьют из них воду сырой или моют в ней руки, посуду, овощи и фрукты. Причиной кишечных заболеваний может стать и вода из колодцев при неправильном их сооружении и использовании: нахождении вблизи уборных, отсутствии глиняных замков, использовании индивидуальными ведрами.



5 правил поведения, чтобы избежать заражения:

Не пить воду из открытых водоёмов, а сырую обязательно кипятить перед употреблением. Тем, кто находится в пути, советуем пить воду в фабричной расфасовке, либо фруктовые соки.

Соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки, особенно перед едой и приготовлением пищи. Эти навыки следует воспитывать с малых лет, переносить и перевозить продукты, особенно те, которые не подвергаются впоследствии термической обработке, тщательно оберегая их от загрязнения.