Профилактика кишечных инфекций.

В связи с благоприятным воздействием теплой погоды на размножение микроорганизмов, особенно высок уровень заболеваемости острыми кишечными инфекциями (ОКИ) в летний период времени.

В организм человека бактерии попадают через рот вместе с пищей, водой или через грязные руки.

Общие симптомы ОКИ: интоксикация (повышение температуры тела, слабость, головокружение, ломота в теле); нарушения пищеварения (боли в области желудка, тошнота, рвота, учащение стула); обезвоживание (особенно опасно у детей).

В 2021 и 2022г.г. несколько стран Африки и Азии сообщили о вспышках холеры. Активная миграция повышает риск завоза и распространения холеры на территории Республики Беларусь. Симптомами этой инфекции являются заострённые черты лица, сиплый голос, мучительная жажда, внезапная и частая диарея, напоминающая рисовый отвар, боли в мышцах и судороги.

Чтобы защитить себя от кишечных инфекций, необходимо соблюдать следующие правила:

- необходимо регулярно мыть руки;

- все овощи, фрукты, зелень, ягоды перед употреблением следует не просто тщательно промывать водой, но и обдавать кипятком. И не важно, куплены ли они на рынке или выращены на своём огороде.

- нельзя покупать разрезанные арбузы и дыни.

- соблюдаёте сроки и правила хранения продуктов, особенно скоропортящихся.

- яйца перед тем, как сложить в холодильник, необходимо вымыть с мылом.

- не следует пить воду из открытых водоёмов, неблагоустроенных колодцев. Не использовать её для мытья рук и посуды. Лучше употреблять кипячёную или бутилированную воду.

- при купании в открытых водоёмах нельзя заглатывать воду.

- обязательно бороться с мухами – механическими переносчиками инфекции.

- своевременно удалять пищевые отходы, бороться с грызунами.

 Евгений Масюк,

 главный врач

ГУ «Лиозненский райЦГЭ»