

В мире насчитывается около 5000 инфекций, для которых общим симптомом является жидкий стул.

Такие заболевания называют острыми кишечными инфекциями. Среди них можно выделить две большие группы. К первой группе относятся давно всем известные бактериальные инфекции: дизентерия, сальмонеллез, брюшной тиф, паратифы, кампилобактериоз, иерсиниоз и другие. Эта группа инфекций вызвана различными видами бактерий.

Ко второй группе относятся давно известный вирусный гепатит А и сравнительно недавно открытые ротавирусная, норовирусная, энтеровирусная, аденовирусная (и др.) вирусные инфекции. Возбудители этой группы – вирусы, частицы невидимые в обычном микроскопе, поэтому сложнее диагностируемые.

Ежегодно в нашей республике регистрируется от 10 до 16 тысяч случаев острых кишечных инфекций, из них у детей около 70%. Чаще всего заболеваемость острыми кишечными инфекциями и вирусным гепатитом А формируется в виде не связанных между собой случаев, вспышечная заболеваемость регистрируется редко. В последнее время в структуре кишечных инфекций отмечается снижение заболеваемости бактериальной дизентерией и сальмонеллезами, увеличение числа случаев кишечной инфекции вирусной этиологии (более 50%). В 15% все случаи заболеваний вирусного гепатита А среди населения нашей страны были завозными, развились после пребывания заболевшего за пределами Республики Беларусь в странах ближнего и дальнего зарубежья (Украина, Россия, Казахстан, Узбекистан, Египет, Германия, Румыния).

Следует знать, что заражающая способность возбудителей различна. Например: для заражения вирусным гепатитом А достаточно 1 вирусной частицы, для заражения дизентерией - 10 млн. микробных клеток.

Как же наиболее часто происходит заражение острыми кишечными инфекциями?

С наступлением жарких дней возрастает опасность заражения острыми кишечными инфекциями, когда создаются благоприятные условия для сохранения и размножения возбудителей кишечных инфекций в окружающей среде, пищевых продуктах (особенно при длительном или неправильном хранении скоропортящихся продуктов) и в воде.

Источником кишечных инфекций

являются больные люди, а также животные, выделяющие возбудителей в окружающую среду, почву, на поверхность предметов, рук и т.д. Особенно опасны больные с легкой или стертой формой заболевания, а также бактерионосители, у которых отсутствуют клинические симптомы заболевания, принимающие участие в приготовлении пищи дома, или являющиеся работниками предприятий пищевой промышленности, общественного питания, торговли, детских организованных коллективов.

Возбудители кишечных инфекций могут быть занесены грязными руками лиц, принимающих участие в приготовлении пищи, продавцов, грузчиков, сборщиков урожая овощей и фруктов, которые больны или являются бактерионосителями.

Загрязнение продукции возможно во время транспортировки, при отсутствии или нарушении герметичности упаковки, при несоблюдении сроков и условий хранения, несоблюдении технологий приготовления пищи, особенно, при недостаточной термической обработке. Особую опасность представляют скоропортящиеся пищевые продукты, а также блюда, приготовленные без термической обработки и употребляемые в холодном виде. Возбудители острых кишечных инфекций в них могут не только накапливаться, но и размножаться. Контакт между сырой и приготовленной пищей, несоблюдение правил личной гигиены лицами, занимающимися приготовлением или реализацией -

все эти факторы могут привести к заболеваниям и даже вспышкам острых кишечных инфекций. Вспышки острых кишечных инфекций часто связаны с предварительным приготовлением пищи, когда трудно обеспечить необходимые условия хранения. Об этом очень важно помнить именно в летний период.

Овощи и фрукты могут быть загрязнены почвой, которая удобрялась необеззараженными фекалиями, поливалась грязной водой.

В реки и озера возбудители попадают с фекалиями купающихся, сточными и тальными водами. Заболеть можно при употреблении такой воды для питья, мытья фруктов и овощей, рук, посуды, а также заглатывая при купании.

Заражение возможно и при общении с больными, ибо они могут загрязнять предметы



обихода, вещи. Чаще всего этим путем заражаются дети. Дети до 2-х лет, например, берут постоянно что-нибудь в рот (игрушки, пальцы). Источником инфекции для них, нередко, бывают мать, другие члены семьи.

Определенную роль в распространении кишечных инфекций играют мухи, которые, летая между мусоросборниками и жилищем человека, между надворным туалетом и фруктовым садом переносят на лапках возбудителей болезней.

Основные симптомы кишечных

инфекций: боль в области живота, тошнота, рвота, озноб, повышение температуры. Симптомы могут развиваться в любой момент – от 30 минут до трех недель после контакта с возбудителями инфекции. Чаще всего первые симптомы заболевания наблюдаются в ближайшие 4-48 часов. Особенно подвержены заболеваниям пожилые люди, дети в возрасте до пяти лет, лица с ослабленной иммунной системой.

Как же предупредить заболевание, какие меры необходимо предпринять, чтобы не заболеть острыми кишечными инфекциями?

Учитывая повышение рисков заболеваний острыми кишечными инфекциями и гепатитом А в условиях жары в летние месяцы, придерживаться общепринятых правил по личной профилактике инфекций с фекально-оральным механизмом передачи.

Для того чтобы уберечься от заражения, необходимо в первую очередь:

- соблюдать правила личной гигиены, особенно при выезде за рубеж;
- пищу подвергать тщательной термической обработке, особенно когда речь идет о мясе, птице, яйцах и морепродуктах;
- не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре в течение более двух часов, не хранить пищу в холодильнике в течение длительного периода времени;
- выбирайте свежие и цельные продукты, мойте фрукты и овощи, особенно если они предназначены для употребления в сыром виде, не используйте продукты с истекшим сроком хранения;
- в домашних условиях овощи и фрукты, готовые изделия из мяса и рыбы храните отдельно от продуктов, не подвергающихся термической обработке, используйте отдельные кухонные принадлежности и посуду, такие как ножи и разделочные доски, при работе с сырыми продуктами;
- не переносите и не держите в одной упаковке сырые продукты и те, которые не будут подвергаться термической обработке (колбасы, масло, сыры, творог);



разделочные доски, при работе с сырыми продуктами;

- не переносите и не держите в одной упаковке сырые продукты и те, которые не будут подвергаться термической обработке (колбасы, масло, сыры, творог);

- исключите использование воды из прудов, рек, открытых водоемов для питья, мытья овощей, фруктов, посуды;

- воздерживайтесь от покупок скоропортящихся пищевых продуктов в местах, где отсутствует холодильное оборудование. Вы имеете право требовать сертификат качества на рынках и в магазинах.

В последнее время большинство кишечных



инфекций протекает в легкой форме, поэтому некоторые больные не обращаются к врачу, часто занимаются самолечением. А это не безопасно. Кроме того, каждый заболевший

должен помнить, что он может быть опасен для окружающих.

Поэтому при появлении первых признаков кишечного расстройства заболевшему необходимо обратиться к врачу.

Соблюдение этих простых правил поможет Вам уберечься от заболевания острыми кишечными инфекциями.

Помните, что любое заболевание легче предупредить, чем лечить!

ОСТРЫЕ КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ

