

Топ – 5 вопросов про ОКИ

1. Какие заболевания относятся к ОКИ?

Острые кишечные инфекции – большая группа инфекционных заболеваний, которые характеризуются поражением желудочно – кишечного тракта. Среди них выделяют инфекции бактериальной природы (дизентерия, сальмонеллёз, брюшной тиф, холера, иерсиниоз) и вирусные кишечные инфекции (ротавирусная, аденовирусная, энтеровирусная, норовирусная, гепатит А).

2. Как можно заразиться ОКИ?

Источником инфекции является больной человек и носитель возбудителей ОКИ. Болеют как взрослые, так и дети (особенно дети от 1 до 7 лет).

Основной механизм передачи – фекально – оральный, он может реализоваться несколькими путями:

- Контактным – бытовым – через грязные руки при пренебрежении правилами личной гигиены.
- Пищевым – при употреблении в пищу инфицированных продуктов.
- Водным – при употреблении недоброкачественной воды или заглатывании воды во время купания в водоёме.
- Воздушно – капельным – если возбудитель кишечной инфекции вирус.

Факторами передачи инфекции могут быть: пища, вода, предметы обихода, игрушки.

Заболеть ОКИ можно после контакта с больным человеком, особенно в организованном коллективе – школе, детском саду, летнем лагере и др. Наибольшую опасность представляет здоровый бактерионоситель и тот, у кого заболевание протекает в стёртой форме.

3. Какие симптомы указывают на ОКИ?

Инкубационный период (период с момента попадания возбудителя в организм человека до клинического проявления заболевания) составляет от нескольких часов до 5 – 7 дней. Симптомы заболевания возникают остро, с повышения температуры тела, рвоты, расстройства стула, вздутия и болей в животе. Они могут возникнуть как в первый день после инфицирования, так и на седьмой день.

4. Что делать при появлении симптомов ОКИ?

При появлении симптомов кишечной инфекции необходимо срочно обратиться за медицинской помощью и не заниматься самолечением.

Особенно, если речь идёт о маленьких детях. У них очень быстро развивается обезвоживание, которое приводит к тяжелым осложнениям.

5. Меры профилактики ОКИ.

- Соблюдайте личную гигиену, тщательно мойте руки с мылом перед едой, после посещения общественного транспорта, туалетов.
- Не употребляйте для питья воду из открытых источников или напитки, продаваемые в разлив на улице.
- Перед употреблением свежие овощи тщательно мойте и обдавайте кипятком.
- Для питания выбирайте продукты, подвергнутые термической обработке, тщательно прожаривайте (проваривайте) продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты. Не храните пищу долго, даже в холодильнике.
- Не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более чем на 2 часа. Не употребляйте продукты с истекшим сроком реализации и хранившиеся без холода.
- Не допускайте контакта между сырыми и готовыми пищевыми продуктами.
- Купайтесь только в установленных для этих целей местах. При купании в водоемах и бассейнах не следует допускать попадания воды в рот.

Выполнение этих несложных советов поможет избежать заболевания острой кишечной инфекции и сохранить Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!

(По материалам, размещенным <https://50.rospotrebnadzor.ru/>)

(Статью подготовила старший специалист 1 разряда Ногинского территориального отдела
Управления Роспотребнадзора по Московской области Безгина Татьяна Сергеевна)