

Инфекционные болезни, передающиеся через продукты. Профилактика острых кишечных инфекций.

К кишечным инфекциям относятся дизентерия, брюшной тиф, паратифы А и Б, холера, гастроэнтерит, пищевые токсикоинфекции, вирусный гепатит А, вирусные диареи.

Источником острых кишечных инфекции является человек - больной или бактерионоситель.

Бактерионоситель - это практически здоровый человек, в организме которого находятся возбудители

кишечных инфекций. Восприимчивость людей к острым кишечным заболеваниям довольно высокая. Особенно подвержены им дети.

Для всех этих заболеваний характерным является фекально-оральный механизм передачи, т.е.

проникновение возбудителей через грязные руки в рот и размножение их в кишечнике человека, откуда они с испражнениями вновь попадают во внешнюю среду: почву, воду, на различные предметы и продукты питания.

Возбудители острых кишечных инфекций обладают высокой устойчивостью во внешней среде.

Возбудители дизентерии сохраняют свою жизнеспособность в течение нескольких месяцев на загрязненной посуде, в течение нескольких суток на продуктах питания (молоке, мясных продуктах, хлебе, овощах, фруктах), до 5-6 дней в воде. Возбудитель холеры (холерный вибрион) может сохраняться в почве в течение 2 месяцев, в проточной воде — до нескольких месяцев, на овощах, фруктах — до нескольких дней, в сыром молоке — больше недели. Возбудители брюшного тифа, колиэнтерита, вирусного гепатита более устойчивы во внешней среде, в молоке и молочных продуктах возбудители не только сохраняются, но и активно размножаются, не меняя при этом внешнего вида и вкусовых качеств продукта. Микробы погибают при действии высокой температуры. При кипячении возбудители дизентерии погибают моментально, возбудители холеры - в течение минуты, возбудители гепатита - в течение 30-40 минут.

Наибольший подъем заболеваемости кишечными инфекциями наблюдается в летне-осенний период, что связано с выездами на отдых, обилием овощей и фруктов, уличной торговлей скоропортящимися продуктами, нарушением водного режима и пр. Заражение пищевых продуктов может произойти при загрязнении их руками, а также при неправильной транспортировке, хранении. Представляют опасность блюда, употребляемые в холодном виде, без тепловой обработки: салат, заливные, молоко и молочные продукты, а также мясные полуфабрикаты. Возбудители острых кишечных инфекций могут находиться на поверхности овощей, ягод, фруктов.

Одним из путей распространения острых кишечных инфекции является вода. Талые, дождевые воды смывают возбудителей заболевания с поверхности земли в

открытые водоемы, реки, озеро, пруды.
Существует возможность заражения водой при купании.

Причиной заболевания острыми кишечными инфекциями может быть вода из колодца, если колодец неправильно обустроен или неправильно используется (отсутствует глиняный замок, колодец находится вблизи уборных, жители берут воду индивидуальными ведрами, стирают белье и моют посуду в непосредственной близости от колодца). Использовать воду для питья, мытья посуды, рук, овощей и фруктов можно только в кипяченом виде

Как предупредить возникновение острых кишечных заболеваний?

Правили эти несложные, и вы, безусловно, знакомы с ними. Напоминаем ещё раз:

- Воспитывайте у себя привычку обязательно мыть руки перед едой и после туалета. Тщательно мойте руки с мылом перед приготовлением, приёмом пищи.

- Коротко стригите ногти, не допускаем скопление грязи под ними.

- Воду для питья употребляйте кипяченую, бутилированную или из питьевого стационарного фонтанчика.

- Овощи и фрукты, в том числе цитрусовые и бананы употребляйте после мытья их проточной чистой водой и ошпаривания кипятком; разливное молоко кипятите; творог, приготовленный из сырого молока или развесной, лучше употреблять в виде блюд с термической обработкой; сырники, вареники, творожные запеканки.

- Оберегайте от мух пищевые продукты; грязную посуду после приема пищи мойте тотчас же, бачки и вёдра с мусором систематически опорожняйте и мойте. Чтобы мухи не залетали в квартиру, окна и форточки затягивайте сеткой.

- Все пищевые продукты храните закрытыми в чистой посуде, скоропортящиеся сохраняйте в холодильниках в пределах допустимых сроков хранения.

- Хлеб нужно носить из магазина в мешочке отдельно от других продуктов.

- Обязательно соблюдайте чистоту в доме, чаще проветривайте помещения, ежедневно проводите влажную уборку.

- В летний период года купайтесь в специально отведённых местах.

- При питье бутилированной, газированной воды пользуйтесь одноразовым стаканчиком.

- При пользовании общественным колодцем, брать воду из него необходимо ведром общего пользования, а не личным.

- При возникновении первых клинических проявлениях кишечной инфекции: повышенной температуре тела, рвоты, жидкого стула, недомогании, слабости немедленно обращайтесь за медицинской помощью. Несвоевременное обращение к врачу, самолечение может отрицательно сказаться на здоровье и привести к заражению окружающих.

ФФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в РБ в Северобайкальском районе»