

Автор: врач-эпидемиолог ГУ «Речицкий ЗЦГиЭ» Якушева М.С.



Кишечные инфекции в любой период времени являются самыми распространенными после ОРВИ. Наибольшее количество случаев регистрируется в летний период, чаще в июне-сентябре.

К **острым кишечным инфекциям (ОКИ)** относятся дизентерия, сальмонеллез, коли-инфекция, ротавирус и многое другое. Чаще мы сами создаем все условия для развития инфекции. При несоблюдении элементарных правил гигиены, с грязными руками возбудитель или его токсин попадет в организм, и начинается развитие заболевания. Обсемененные возбудителем игрушки, предметы обихода, даже грязные руки, могут стать источником заражения. Кроме того, зараженные продукты питания, вода, водоемы при купании могут быть средой, в которой живут и размножаются микроорганизмы.

Не прошедшие достаточную тепловую обработку деликатесы из рыбы, птицы и яиц могут стать причиной заражения сальмонеллезом – острой кишечной инфекцией, которая, если вовремя не оказать медицинскую помощь, может привести к летальному исходу.

Стоит отметить, что **возбудители ОКИ очень устойчивы во внешней среде**, отлично переносят низкие температуры, высушивание, не боятся соли и уксуса. Отличной средой для размножения являются продукты питания, особенно молоко, мороженое, сливочные крема, мясо. Наилучшей питательной средой для сальмонелл являются колбаса, ветчина, красная рыба, икра, блюда из птицы и дичи, фаршированные яйца.

В текущем году по данным лабораторного мониторинга на наличие **сальмонелл** недоброкачественная по микробиологическим показателям продукция была выявлена на Кобринской, Оршанской, Скидельской, Солигорской птицефабриках (яичный порошок, полуфабрикат из мяса птицы, полуфабрикат голень птицы, полуфабрикаты «куриные палочки», «кнели»).

Симптомы кишечных инфекций проявляются достаточно быстро. Инкубационный период может быть всего несколько часов, но может растянуться и до 7 суток. Клинические проявления этих инфекций во многом схожи: недомогание, слабость, тошнота, рвота, боли в животе, диарея, как правило, повышается температура.

Чтобы уберечься от ОКИ, достаточно соблюдать следующие несложные правила:

- мыть руки после посещения туалета, перед приготовлением пищи и перед едой; не приобретать молочные продукты у частных лиц;
- не покупать разрезанные арбузы и дыни;
- покупая продукты питания, нужно обращать внимание на сроки годности и условия хранения на упаковке;
- упаковочный материал, в котором находилось сырое мясо, яйцо, нельзя использовать повторно;
- яйца перед тем, как сложить в холодильник, необходимо вымыть с мылом;
- кроме того, надо исключить из своего рациона блюда, в состав которых входят сырые яйца;
- для питья используйте кипяченую или бутилированную воду, особенно находясь на даче или других местах отдыха.

Все эти несложные меры помогут вам избежать заболевания и сохранить ваше здоровье.