

# ПРОФИЛАКТИКА КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ



Обращайте внимание на сроки годности продуктов.



Соблюдайте правила личной гигиены, прежде всего следите за чистотой рук.



Мойте фрукты и овощи! Не покупайте арбузы и дыни в разрезанном виде!



Пейте только кипяченую или расфасованную в ёмкости воду.



Приобретайте продукты только в разрешенных для торговли местах.



Купайтесь на официальных пляжах.



Молодые мамы! Кормите детей в соответствии с их возрастом.



Откажитесь от кондитерских изделий с кремом, а также салатов.

При первых признаках кишечного расстройства, особенно у ребенка, важно обратиться к врачу, так как несвоевременное и неправильное лечение может привести к серьезным осложнениям.

**Самолечение недопустимо и небезопасно!**

# ЭНТЕРОВИРУСНЫЕ ИНФЕКЦИИ -

**группа острых заболеваний, вызываемых энтеровирусами, характеризующихся многообразием клинических проявлений от лёгких лихорадочных состояний до тяжёлых менингитов.**

Энтеровирусы устойчивы во внешней среде и длительное время могут сохраняться в сточных водах, плавательных бассейнах, открытых водоёмах, предметах обихода, продуктах питания (молоко, фрукты, овощи).



Вирус быстро погибает при прогревании, кипячении.



**Энтеровирусные инфекции характеризуются быстрым распространением заболевания.**  
**Возможные пути передачи инфекции:**



воздушно-капельный



контактно-бытовой



пищевой



водный

**Заболевание начинается остро:**



подъём температуры тела до 39-40 градусов.



появляется сильная головная боль, головокружение



рвота, иногда боли в животе, спине, судорожный синдром, нередко выраженные катаральные проявления со стороны ротоглотки, верхних дыхательных путей.

**При появлении аналогичных жалоб необходимо срочно изолировать больного, т.к. он является источником заражения для окружающих, и обратиться к врачу!**

## СЕРОЗНЫЙ ВИРУСНЫЙ МЕНИНГИТ

является наиболее типичной и тяжёлой формой энтеровирусной инфекции.

Источником инфекции являются больные и вирусоносители, в том числе больные бессимптомной формой.



# Энтеровирусная инфекция

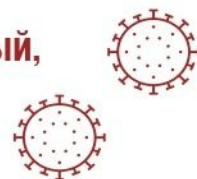
Энтеровирусные инфекции - большая группа антропонозных инфекционных болезней, вызываемых энтеровирусами группы Коксаки, ЕСНО и другими энтеровирусами, которые характеризуются разнообразием клинической картины с поражением центральной нервной системы, мышц, слизистых оболочек глаз, верхних дыхательных путей, пищеварительного тракта и кожи.

Симптомы - сыпь на туловище, конечностях, на лице в области рта, расстройство пищеварения, лихорадка, головная боль.

Показатель заболеваемости энтеровирусной инфекцией в России в 2022 году составил 7,59 на 100 тысяч населения, что на 5% выше предыдущего года

Самая опасная форма энтеровирусной инфекции — энтеровирусный менингит. Из всех случаев заболевания в 2022 году 12 % пришлось на эту форму заболевания

Основные пути передачи — **водный, пищевой и контактно-бытовой**, дополнительный путь — **воздушно-капельный**



Инфицирование происходит

- при **употреблении воды**, плохо вымытых овощей, фруктов, зелени и льда, приготовленного из некачественной воды
- при купании в **открытых водоемах**
- через **грязные руки и объекты внешней среды**

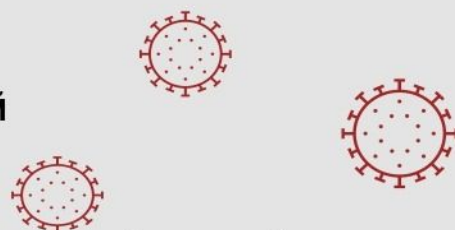


Дети болеют энтеровирусной инфекцией **чаще и тяжелее**, чем взрослые



## Меры профилактики энтеровирусной инфекции

- мыть руки с мылом после посещения туалета, перед едой
- тщательно мыть фрукты и овощи
- пить только бутилированную или кипяченую воду
- избегать контактов с людьми с признаками инфекционных заболеваний, с сыпью, температурой, кашлем и другими симптомами
- купаться только на специально оборудованных пляжах или в бассейнах, в которых проводится обеззараживание и контроль качества воды
- защищать пищу от мух и других насекомых
- не использовать для охлаждения напитков лед, приготовленный из воды неизвестного качества
- не трогать грязными руками лицо, нос, глаза



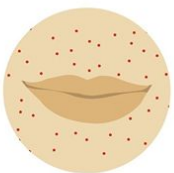
# ЭНТЕРОВИРУС



## СИМПТОМЫ



сыпь на туловище  
и конечностях



сыпь  
в области рта



расстройства  
пищеварения



жар,  
головная боль

## ПРОФИЛАКТИКА



мыть руки



мыть фрукты,  
овощи, ягоды



пить бутилированную  
или кипяченую воду



купаться  
в разрешенных  
местах

## ЧТО ДЕЛАТЬ

- оставаться дома
- обратиться к врачу
- не заниматься самолечением



# ЭНТЕРОВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ

- чаще всего встречается летом и осенью
- источник инфекции – больной человек или носитель
- от заражения до первых признаков заболевания проходит 2-10 дней, в среднем – 3-4 дня

## Передаётся



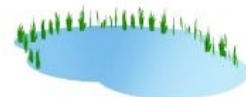
Через грязные руки, игрушки, другие предметы



При чихании, кашле



При употреблении в пищу инфицированных продуктов



При купании в инфицированных водоёмах

## Симптомы



Сыпь на коже и слизистых



Высокая температура тела



Боль в животе, диарея



Боль в горле

## Как защититься



Мыть руки с мылом: после прогулки, перед едой, после туалета



Не контактировать с людьми с признаками инфекции



Пить только бутилированную или кипяченую воду, проверять сроки годности продуктов



Не купаться в стоячих водоёмах, в фонтанах, и в тех местах, где установлена табличка “Купание запрещено”

# БЕЗОПАСНОЕ ПИТАНИЕ ВО ВРЕМЯ ОТДЫХА

## Правильно



Употреблять  
бутилированную  
или кипяченую  
воду



Хранить  
готовые блюда  
в холодильнике



Мыть и обдавать  
кипятком овощи  
и фрукты



Употреблять  
термически  
обработанные  
мясо, рыбу  
и морепродукты



## Неправильно

Употреблять пищу,  
в качестве которой  
не уверены



Употреблять напитки  
со льдом,  
приготовленным  
из сырой воды



Употреблять  
незнакомые  
продукты



Покупать еду  
на рынках  
или с рук



# БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ НА МОРЕ



## На пляже и в бассейне

- Только под присмотром взрослых
- Не полагаться на надувной круг и матрас
- Не оставлять играть на берегу одних



## На солнце

- Избегать периода с 11 до 16 часов
- Всегда использовать солнцезащитное средство
- Надевать головной убор, солнцезащитную одежду
- Находиться в тени



## Защита от инфекций

- Мыть руки с мылом
- Не глотать воду во время купания
- Есть термически обработанные продукты
- Тщательно мыть фрукты и овощи



## Защита от обезвоживания

- Всегда носить с собой бутылку питьевой воды
- Пить чуть больше, чем в холодное время года

# БОЛЕЗНИ



## ИЗ ПЕСОЧНИЦЫ

### РЕСПИРАТОРНЫЕ ИНФЕКЦИИ

Что делать?

- Все плановые прививки
- Не водить больного ребенка в общую песочницу

### ГЛИСТЫ И КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ

Что делать?

- Следить, чтобы ребенок не ел песок, не облизывал руки и игрушки
- После прогулки мыть руки и игрушки с мылом

### СТОЛБНЯК

Что делать?

Осматривать песочницу на наличие опасных предметов: осколков, гвоздей, обломков досок

### ОРНИТОЗ

Что делать?

Не кормить птиц рядом с песочницей





# БОТУЛИЗМ



Потенциально смертельная инфекция, вызываемая *Clostridium botulinum*

## Симптомы ботулизма:

Головная боль

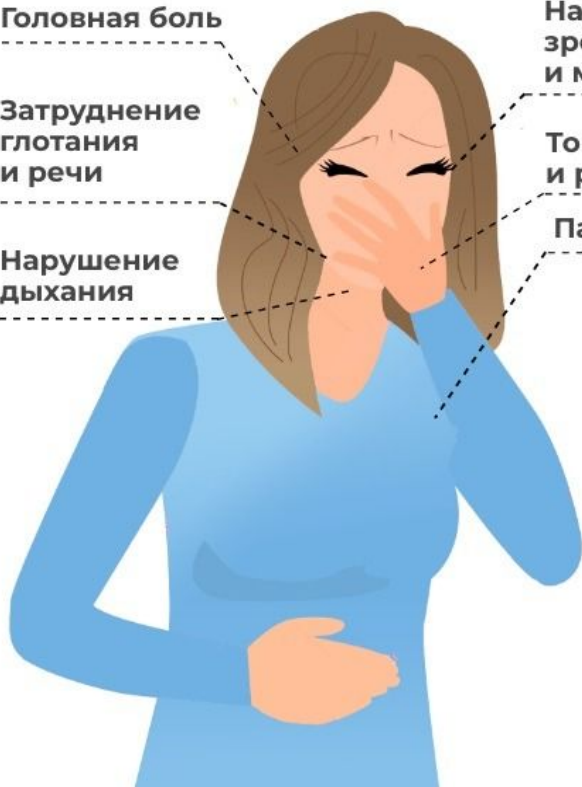
Затруднение глотания и речи

Нарушение дыхания

Нарушение зрения и мимики

Тошнота и рвота

Паралич



## Чтобы избежать заболевания



Для консервирования использовать хорошо очищенные, тщательно вымытые овощи, фрукты и грибы



**Не** использовать для консервирования продукты с признаками порчи



**Не** покупать на рынках и с рук консервы, вяленую рыбу и домашнюю колбасу



Хранить консервы в холодильнике или холодном погребе

# ДИЗЕНТЕРИЯ



## Основные симптомы



Боли в животе



Диарея с примесью слизи и крови



Повышение температуры



Рвота

## Как передается



Грязные руки

Зараженная еда

Недоброкачественная питьевая вода

Загрязненные водоемы

Мухи

## Профилактика



Личная гигиена – мытье рук



Чистота на кухне



Доброкачественная пища и питьевая вода



Мытье овощей и фруктов с финишной обработкой кипятком



Купание в разрешенных местах



Борьба с мухами

# ЗА ЗДОРОВЫЕ КАНИКУЛЫ



**Пить:** даже если совсем не хочется - вода необходима организму, причем летом объем жидкости нужно увеличить



**Выбирать воду:** сладкие газированные напитки содержат избыток добавленного сахара



**Предпочитать** фрукты и овощи сладостям и кондитерским изделиям



**Спать:** ложиться и просыпаться примерно в одно время каждый день



**Меньше времени** проводить за просмотром телевизора, ограничить использование гаджетов до 1-2 часов в день



**Двигаться больше:** использовать свободное время для путешествий, движения



**Не носить одежду** из синтетических материалов, выбирать хлопковую, легкую и дышащую



**Искать прохладу:** укрыться в тени или в кондиционированном помещении в жаркие дни безопаснее. Тепловой удар наступает быстро



**Защищаться от насекомых:** их укусы могут вызвать выраженную аллергическую реакцию, а клещи - переносчики опасных инфекций

# КОГДА МЫТЬ РУКИ



До/после и во время приготовления еды



После ухода за животным



После смены подгузника ребенку



До/после еды



После туалета



До/после ухода за больным



После сморкания, кашля или чихания



До/после обработки ран



Сразу после возвращения домой



После прикосновения к мусору

# МОЯ ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА



(детская памятка)



умываюсь  
и чищу  
зубы утром  
и вечером



использую  
только  
личные  
средства  
гигиены  
(полотенце,  
зубную щетку,  
расческу)



меняю носки  
и нижнее  
белье  
ежедневно



подстригаю  
ногти на  
руках и  
ногах раз  
в неделю



после  
возвращения  
с улицы  
переодеваюсь  
в домашнюю  
одежду



мою руки  
перед едой,  
после  
прогулки  
и туалета



не пью из  
чужих  
стаканов  
и бутылок



соблюдаю  
порядок и  
чистоту  
в комнате



принимаю  
душ перед  
сном