

## **Острая кишечная инфекция (ОКИ)**

### **Что такое кишечные инфекции?**

Острые кишечные инфекции (ОКИ) – это большая группа инфекционных заболеваний человека, вызываемых патогенными и условно-патогенными бактериями, вирусами и простейшими. К основным кишечным инфекциям относятся: дизентерия, сальмонеллез. По частоте распространения среди всех болезней человека они уступают лишь ОРВИ. Более 60% всех случаев заболеваний кишечными инфекциями приходится на детский возраст.

### **Каковы причины возникновения кишечных инфекций?**

Источником возбудителя острой кишечной инфекции может быть больной человек или бактерионоситель, а также животные, насекомые.

Возбудители кишечных инфекций могут находиться на грязных руках, невымытых овощах и фруктах, в некипяченой воде. Благоприятной средой для размножения микробов являются молочные продукты, изделия из вареного мяса, паштеты и т. д.

### **Как проявляется заболевание?**

Возбудители кишечных инфекций вызывают:

1. Поражение желудочно-кишечного тракта (боли в животе, понос, тошнота, рвота).
  2. Интоксикацию (повышение температуры тела, головная боль, слабость).
- Клиническая картина зависит от вида возбудителя, количества попавших патогенных агентов и состояния иммунной системы человека. В тяжелых случаях развивается обезвоживание организма (сухость кожи и слизистых оболочек, жажда).

### **Каковы основные меры профилактики?**

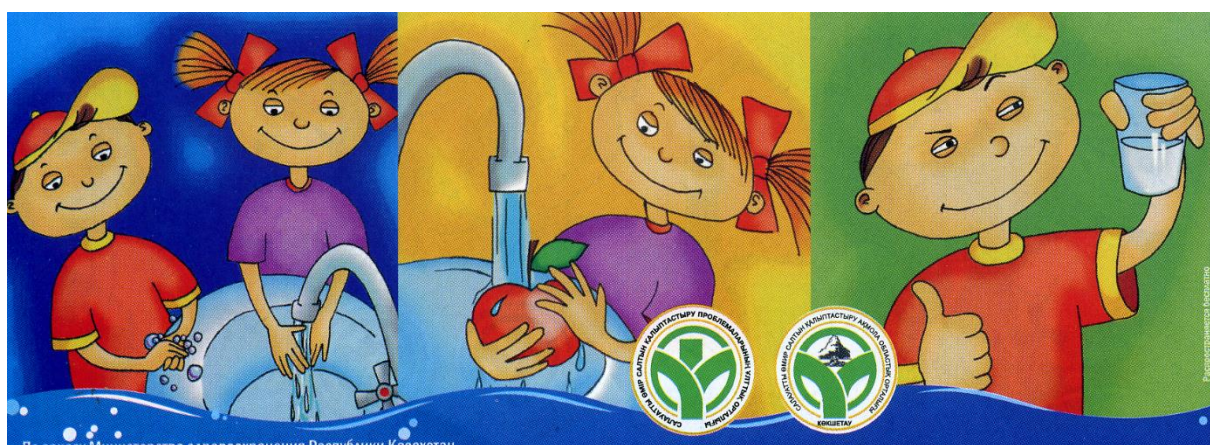
1. Тщательно мойте овощи и фрукты, употребляемые в пищу в сыром виде.
2. Мойте руки с мылом перед приготовлением еды и после каждого перерыва в процессе готовки (и обязательно – после разделки сырых рыбы, мяса или птицы, а также перед приемом пищи, после прогулок, игр с животными).
3. Подвергайте продукты термической обработке. Сырые птица, мясо и молоко часто обсеменены патогенными микроорганизмами. В процессе варки (жарки) возбудители уничтожаются. Обратите внимание! Замороженное мясо, рыба и птица должны тщательно оттаять перед кулинарной обработкой.
4. Избегайте контакта между сырыми и готовыми пищевыми продуктами (в том числе не используйте одну и ту же доску, и нож для разделывания сырых и готовых мясных, рыбных продуктов и овощей).

5.Храните все скоропортящиеся продукты и готовую пищу в холодильнике – холод замедляет размножение попавших в продукты микробов.

6.Содержите кухню в чистоте.

Выполнение этих несложных советов поможет избежать заболевания острой кишечной инфекцией и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!

**При возникновении симптомов острой кишечной инфекции необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью!**



По заказу Министерства здравоохранения Республики Казахстан