

Острые кишечные инфекции (далее ОКИ) - группа инфекционных заболеваний с фекально - оральным механизмом передачи возбудителя («болезни грязных рук»), вызванных различными микроорганизмами, проявляющихся расстройствами пищеварения и симптомами обезвоживания.

Возбудителями острых кишечных инфекций являются различные виды бактерий и вирусов (ротавирус, норовирус, аденовирус, энтеровирус).

Источник инфекции – больной человек или бактерионоситель. Особую опасность для окружающих представляют носители, больные легкими, стертыми и бессимптомными формами, имеющие доступ к приготовлению, хранению и реализации пищевых продуктов.

Передача ОКИ реализуется:

- **пищевым путём передачи** (при употреблении в пищу инфицированных продуктов, а также овощей и фруктов, загрязненных микроорганизмами, без достаточной гигиенической и термической обработки);
- **водным путём передачи** (при употреблении некипяченой воды, инфицированной вирусами или бактериями, при купании в реке, пруде, озере, бассейне);
- **контактно-бытовым путём передачи** (через белье, полотенца, посуду, игрушки, загрязнённые руки, поскольку большинство возбудителей кишечных инфекций отличаются высокой устойчивостью).

Восприимчивость людей к ОКИ **высокая**. Наиболее восприимчивыми являются дети раннего возраста, лица с ослабленным иммунитетом, пожилые люди.

Инкубационный период может составлять от 12-24 часов до 7 суток.

Клинические проявления зависят от свойств, попавшего в организм возбудителя (бактерии или вируса), а также от состояния барьерной (защитной) и ферментативной функции желудочно-кишечного тракта и восприимчивости организма.

Основные симптомы: боли в животе (не связанная с другими установленными ранее причинами), диарея, тошнота, рвота, повышение температуры тела, головная боль и другие.

Меры профилактики:

- **соблюдать правила личной гигиены:** тщательно мыть и просушивать руки перед приемом и раздачей пищи, после посещения туалета и общественных мест, общения с заболевшим; ежедневно заменять полотенца для рук на чистые;
- **обучить детей навыкам гигиены;**
- **употреблять для питья кипяченую или бутилированную воду;**
- **соблюдать сроки годности и условия хранения продуктов;**
- **перед употреблением тщательно мыть овощи, фрукты, ягоды, зелень водой хорошего качества, в случае приемов пищи вне дома помыть и высушить продукты заранее;**
- **не покупать разрезанные фрукты (например, арбузы);**
- **подвергать тщательной термической обработке мясо, курицу, яйца;**
- **не оставлять готовые продукты при комнатной температуре более чем на 2 часа;**
- **выделить отдельный инвентарь для продуктов, готовых к употреблению и для сырых;**
- **не приобретать продукты питания в местах несанкционированной торговли;**
- **с осторожностью относиться к термически не обработанной пище в местах общепита (салаты, десерты, шаурма, содержащая свежие овощи и соусы и т.п.).**

Важно: при появлении симптомов нарушения работы желудочно-кишечного тракта (понос, тошнота, рвота), не посещать организованные коллективы (детский сад, школа и т.п.) и срочно обратиться за медицинской помощью!

Если Вы были в контакте с заболевшими ОКИ (дома, на работе), то при появлении любого из указанных выше симптомов необходимо обратиться в колл-центр ГБУЗ РК «Ухтинская городская поликлиника» 8(8216)78-99-99 (в будние дни с 07:30 до 19:30, в сб с 8:00 до 13:00), вне указанного времени вызвать «скорую помощь» по телефону 103 или 112.

При вызове врача на дом или «скорой помощи» **обязательно** сообщите оператору, что Вы были в контакте с заболевшим ОКИ.