Приложение

***Острые кишечные инфекции, меры профилактики***

***Острые кишечные инфекции (ОКИ)*** — группа инфекционных болезней человека, вызываемая бактериями (дизентерия, сальмонеллез и другие) или вирусами (ротавирусный гастроэнтерит, норовирусная инфекция и другие), преимущественно проявляющихся на этапе предварительной диагностики симптомокомплексом острой инфекционной диареи. Для ОКИ преимущественным механизмом передачи является фекально-оральный, реализуемый бытовым (контактно-бытовым (через белье, полотенца, посуду, игрушки, загрязнённые руки), пищевым (при употреблении в пищу инфицированных продуктов, а также овощей и фруктов, загрязненных микроорганизмами, без достаточной гигиенической и термической обработки) или водным (при употреблении некипяченой воды, инфицированной вирусами или бактериями, при купании в реке, пруде, озере), путями передачи возбудителя. Для отдельных заболеваний (вирусные инфекции) возможна реализация аэрозольного механизма передачи инфекции.

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

**Факторы риска-** употребление продуктов питания, хранившихся или готовившихся с нарушением санитарных правил, приобретенных, как правило, в местах несанкционированной уличной торговли, недоброкачественное водоснабжение, антисанитарные бытовые условия проживания, недостаточный уровень гигиенических навыков и знаний населения, скученность проживания, миграция населения и стихийные бедствия.

**Восприимчивость**людей к острым кишечным инфекциям - высокая. Наиболее восприимчивыми являются дети раннего возраста, особенно недоношенные и находящиеся на искусственном вскармливании, лица с ослабленным иммунитетом, пожилые люди.

**Инкубационный период** в среднем при сальмонеллёзе составляет от 12 до 24 часов, при дизентерии — 2 - 3 дня, при ротавирусной инфекции — 1 - 4 дня. **Клинические проявления** зависят от этиологии и количества попавшего в организм возбудителя, его вирулентности, а также от состояния барьерной и ферментативной функции желудочно-кишечного тракта и восприимчивости организма (боли в животе, диарея, тошнота, рвота, повышение температуры тела, головная боль и другие). Возможно развитие осложнений: обезвоживание организма, инфекционный токсический шок, перфорации кишечника, перитонит и другие.

**Специфическая профилактика (вакцинопрофилактика)** в отношении отдельных ОКИ в Российской Федерации проводится в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок, утвержденным Приказом Минздрава РФ от 06.12.2021года № 1122н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок, календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям и порядка проведения профилактических прививок», в соответствии с Региональным календарём профилактических прививок, утвержденным Приказом Министерства Здравоохранения Свердловской области от 17 сентября 2024 года № 2208-п.

Важное значение гигиенических процедур для сохранения здоровья и благополучия человека подтверждало значительное снижение показателей заболеваемости по большинству инфекций с фекально-оральным механизмом передачи в Российской Федерации в 2020 году по сравнению с 2019 годом. Данный факт был связан с введением противоэпидемических мер в отношении COVID-19 и, прежде всего, с соблюдением гигиены рук. Показатели заболеваемости  ОКИ, вызванными неустановленными инфекционными возбудителями, пищевыми токсикоинфекциями неустановленной этиологии (ОКИ неустановленной этиологии) в Российской Федерации снизились в 1,7 раза по сравнению с 2019 годом.

Такое простое действие как мытье рук с водой и мылом, особенно после посещения туалета и перед едой, позволяет снизить уровень кишечных заболеваний более чем на 40 процентов, а респираторных инфекций - почти на 25 процентов. Ежегодно от гепатита и дизентерии в мире умирает 3,5 миллиона детей. По мнению экспертов, «мыльная гигиена» может спасти до 50 процентов погибающих от пневмонии, паразитарных, кишечных и других инфекций. Рекомендуется мыть руки водой с мылом в течение 40-60 сек. Если нет доступа к воде и мылу, следует применять кожные антисептики или специальные очищающие салфетки. Мойте руки до и после использования средств индивидуальной защиты.

Первоуральский отдел Управления Роспотребнадзора по Свердловской области напоминает населению о необходимости **обращения за медицинской помощью при появлении симптомов острой кишечной инфекции и** соблюдения о**сновных профилактических мер:**

1. Соблюдайте чистоту

- Мойте руки перед контактом с пищевыми продуктами, а также в процессе приготовления и раздачи пищи, после посещения туалета и общественных мест, после общения с заболевшими лицами.

- Мойте и дезинфицируйте любые поверхности и кухонные принадлежности, используемые в процессе приготовления пищи. Содержите в чистоте инвентарь, используемый при приготовлении пищи.

- Не допускайте нахождения насекомых, грызунов и других животных на кухне, продукты от них.

1. Храните сырые продукты отдельно от продуктов, подвергшихся тепловой обработке:

- Отделяйте сырое мясо, птицу и морепродукты от других продуктов.

- Выделите отдельный инвентарь для продуктов, готовых к употреблению и для сырых продуктов.

- Храните продукты в закрытой посуде, чтобы не допустить контакта сырых продуктов с готовыми продуктами.

1. Подвергайте продукты тщательной тепловой обработке:

- Подвергайте тщательной термической обработке мясо, птицу, яйца, морепродукты.

- Доводите супы и жаркое до кипения, чтобы удостовериться, что температура их приготовления достигает 70 градусов С.

- Помните о том, что сок мяса или птицы, доведенной до готовности, должен иметь светлый, а не - розовый оттенок.

- Тщательно подогревайте ранее приготовленную пищу.

1. Храните продукты при температуре, не допускающей размножения возбудителей ОКИ:

- Не оставляйте готовые продукты при комнатной температуре более чем на 2 часа.

- Без промедления охлаждайте все приготовленные и скоропортящиеся пищевые продукты (желательно до температуры 5 градусов С).

- Соблюдайте сроки годности и условия хранения продуктов.

- Не размораживайте продукты при комнатной температуре.

1. Используйте безопасную воду и безопасные сырые продукты:

- Употребляйте для питья кипяченую или бутилированную воду.

- Не приобретайте продукты питания в местах несанкционированной торговли.

- Выбирайте продукты, подвергнутые обработке, в целях повышения их безопасности, например, пастеризованное молоко.

- Тщательно мойте перед употреблением овощи, фрукты, ягоды, зелень водой хорошего качества, в случае приемов пищи вне дома мойте и сушите продукты заранее.

- Берите с собой запас чистой питьевой воды, выезжая на отдых, не употребляйте воду из открытых источников.

- Используйте свежее мясо, для приготовления шашлыка, которое необходимо мариновать накануне выезда на природу и тщательно прожаривать (до выделения бесцветного сока в месте прокола и серого цвета на разрезе продукта).