

Чтобы провести отпуск спокойно и с удовольствием



При выезде в зарубежные страны Вам необходимо знать, что в некоторых из них существует реальная возможность заражения инфекционными и паразитарными заболеваниями, которые характеризуются тяжелым клиническим течением, поражением жизненно важных органов и систем организма.



Острые кишечные инфекции (ОКИ) - многочисленная группа острых инфекционных заболеваний, вызываемых бактериями, вирусами с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта.

Включают в себя брюшной тиф, дизентерию, сальмонеллез, гепатит А, энтеровирусные, ротавирусные инфекции и другие. Кишечные инфекции имеют широкое распространение во всех странах мира.

Возбудители ОКИ в организм человека попадают с пищей, водой, у маленьких детей через грязные руки, игрушки.



Основные симптомы: частый жидкий стул, рвота, повышение температуры тела, боли в животе, недомогание. Для большинства острых кишечных инфекций скрытый период от нескольких часов до 5 дней (при брюшном тифе 14-21 день, вирусном гепатите А в среднем 35 дней). Некоторые симптомы могут отсутствовать, или слабо выражены.

Основные меры профилактики:

- соблюдать правила личной гигиены;
- в летний период воздержаться от употребления кондитерских изделий с кремом, приготовленным на свежих яйцах;
- подбирать продукты питания с учетом сроков и условий их хранения. Не рекомендуется брать особо скоропортящиеся продукты;
- овощи и фрукты необходимо брать с собой тщательно помывшими и просушенными;
- не купаться в водоемах, где это не рекомендуется или запрещено;

- при купании стараться не заглатывать воду, объясняйте это детям;
- не приобретать продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли.



Большинство стран Азиатского, Африканского и Южно-Американского континентов неблагополучные по заболеваемости гепатитом А, наиболее эффективным профилактическим мероприятием является иммунизация. Защитный эффект вакцинации проявляется уже с конца первой недели, одна доза защищает на 1-1,5 года.

При появлении первых симптомов недомогания Вам следует немедленно обратиться к врачу.