**Роспотребнадзор напоминает о профилактике кишечных инфекций (ОКИ)**

 **Острые кишечные инфекции** **(далее ОКИ)** – группа инфекционных болезней человека с фекально – оральным механизмом передачи возбудителя, вызываемая бактериями (дизентерия, сальмонеллез и другие) или вирусами характеризуется локализацией возбудителя, вызываемая бактериями (дизентерия, сальмонеллез и другие) или вирусами (ротавирусный гастроэнтерит, норовирусная инфекция и другие), характеризуется локализацией возбудителя в кишечнике.

 Источник инфекции больной 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), контактно-бытовым путём передачи (через белье, полотенца, посуду, игрушки, загрязнённые руки, поскольку большинство возбудителей кишечных инфекций отличаются высокой устойчивостью).

 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.

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

 Длительность иммунитета после перенесённых ОКИ зависит от конкретного заболевания. Например, при сальмонеллёзе, при ротавирусной инфекции постинфекционный иммунитет непродолжительный типоспецифический.

 Инкубационный период в среднем при сальмонеллёзе 12-24 часа, 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 и головная боль и другие).

**Чтобы уберечься от кишечных инфекций, нужно соблюдать правила гигиены:**

- Тщательно мойте руки с мылом

- Перед использованием обязательно кипятите воду, либо покупайте бутилированную в проверенных магазинах.

-Тщательно промывайте ягоды, фрукты и овощи под проточной водой, а затем ошпаривайте кипятком.

- Важна тщательная тепловая обработка продуктов – при температуре выше 70 °С

- Используйте отдельные разделочные доски для разных типов продуктов и меняйте доски по мере изнашивания. Соблюдайте «Товарное соседство» в холодильнике, а именно – не держите сырые продукты (мясо, рыбу, птицу) рядом с готовыми, так как в сырой еде могут содержаться патогенные микроорганизмы. Не оставляйте пищу в целлофановых пакетах. Регулярно мойте холодильник. Следите за сроком годности продуктов.

- Не покупайте продукты в непроверенных местах. Избегайте сомнительных палаток с блинами, шаурмой, пирогами.

- Не пробуйте фрукты и овощи, взятые с прилавка на рынке или сорванные с грядки на даче. Сначала их надо помыть.

- Перед покупкой всегда смотрите на срок годности товара, оценивайте внешний вид упаковки (она не должна быть поврежденной, вздутой). С осторожностью употребляйте в жару кондитерские изделия (особенно с кремом).

- Не купайтесь в местах, где это запрещено. Не глотайте воду.

- Укрепляйте иммунитет: придерживайтесь принципов здорового питания, занимайтесь спортом, соблюдайте режим дня, избегайте вредных привычек.

**Помните! При появлении симптомов ОКИ заболевшему необходимо обратиться к врачу!**

**Роспотребнадзор напоминает о мерах профилактики энтеровирусных инфекций (ЭВИ)**

 **Энтеровирусные инфекции (далее ЭВИ) –** группа острых инфекционных заболеваний человека, вызываемых энтеровирусами, с преимущественно фекально-оральным механизмом передачи возбудителей, которая характеризуется многообразием клинических форм. Чаще всего энтеровирусные инфекции маскируются под респираторные вирусные инфекции. Также существует возможность развития тяжелых форм заболевания с развитием менингитов и энцефалитов.

 Возбудители инфекции – РНК-содержащие вирусы – энтеровирусы групп Коксаки А, Коксаки В, ЕСНО.

 Источник инфекции – больной человек или инфицированный бессимптомный носитель вируса.

 Передается инфекция во время личных контактов, при контакте с загрязненными предметами и поверхностями (грязные руки, овощи), воздушно-капельным путем (вирус передается со слюной во время чихания и кашля), трансплацентарно (от матери плоду во время беременности).

 Заболевают преимущественно дети до 5 лет и лица молодого возраста.

 Инкубационный период энтеровирусной инфекции продолжается от 2 до 35 дней. В среднем – это 1 неделя.

 ЭВИ может протекать в различных формах – в виде герпетической ангины, высыпаний на коже туловища, конечностей, на лице в области ротовой полости, расстройств пищеварения. Перечисленные симптомы могут сопровождаться лихорадкой, слабостью, головными и мышечными болями. Наиболее опасен серозный вирусный менингит. Основными симптомами менингита являются: острое начало заболевания с высокой лихорадкой, головная боль, повторная рвота, мышечные боли, боли в животе, у детей раннего возраста могут развиться судороги.

 Специфического лечения энтеровирусной инфекции не существует. Лечение проводится симптоматическое, в зависимости от клинической картины, проводится по назначению врача. Как правило, в течение 10 дней наступает выздоровление.

 В настоящее время широко известна вакцинация только от одного варианта энтеровирусной инфекции – от вируса полиомиелита, вызывающего параличи.

 В целях предупреждения роста и распространения энтеровирусной инфекции на территории края, проводятся дополнительные противоэпидемические мероприятия. Управлением Роспотребнадзора проводится еженедельный анализ заболеваемости ЭВИ, введены дополнительные исследования объектов окружающей среды, в т.ч сточных вод, на возбудителя ЭВИ.

 **Для того чтобы избежать заражения ЭВИ необходимо:**

- тщательно мыть руки с мылом после посещения туалета, перед едой, после смены подгузника у ребенка;

- мыть фрукты и овощи кипяченой или бутилированной водой;

- пить кипяченую или бутилированную воду промышленного производства;

- избегать контактов с людьми с признаками респираторных инфекций, с сыпью, диареей и температурой;

- купаться только в тех бассейнах, в которых проводится обеззараживание и контроль качества воды; на специально оборудованных пляжах.

- родителям необходимо следить за детьми во время купания во избежание заглатывания воды.

**При появлении температуры, кашля, насморка, боли в горле, сыпи, головной боли, жидкого стула следует немедленно обращаться за медицинской помощью!**