**Профилактика острых кишечных инфекций**

В Осиповичском районе за 2019 год заболеваемость острыми кишечными инфекциями (далее ОКИ) выросла  с 52,8 до 84,4 на 100тыс. населения. Увеличение заболеваемости связано с внедрением на территории района в прошлом году дозорного эпиднадзора за острыми кишечными инфекциями и улучшением в этой связи лабораторной диагностики. Среди ОКИ с установленной этиологией  заболевания, вызванные вирусами, составили  в истекшем году  81% случаев. Для вирусных кишечных ОКИ характерна зимне-весенняя сезонность, т.е. именно в этот период отмечается подъём заболеваемости. В структуре кишечных инфекций вирусной этиологии в 2019г. преобладали норовирусы. К сведению, для заражения этой инфекцией  достаточно всего 10 частиц вируса. Попадание этого возбудителя в детский коллектив может привести к быстрому распространению кишечной инфекции, которая чаще всего имеет легкое течение.

Основная причина распространения любой кишечной инфекции (рота-, норо, адено- энтеровирусных инфекций, дизентерии, сльмонеллеза и др.) - это не соблюдение  правил личной гигиены.

**Профилактика кишечных инфекций.**

Несмотря на высокую заразность, устойчивость и  длительное сохранение жизнеспособности вирусов на обсемененных предметах во внешней среде (до 28 дней),  меры профилактики элементарны.

Чтобы не заболеть кишечной инфекцией, следует:

- соблюдать правила личной гигиены (тщательно мыть руки перед едой и приготовлением пищи, после возвращения с улицы,  после туалета, смывать унитаз при закрытой крышке);

 - тщательно обрабатывать овощи и фрукты, употреблять в пищу термически обработанные продукты;

- употреблять гарантированно безопасную воду и напитки (кипяченая вода, напитки в фабричной упаковке);

- не допускать попадания воды в рот при купании в водоемах и бассейнах.

Во время приготовления пищи в домашних условиях, соблюдайте ряд правил: тщательно мойте руки перед началом приготовления пищи и после контакта с сырой продукцией, используйте отдельные разделочные доски и ножи – для «сырого» и «готового», тщательно промывайте (с обработкой кипятком) зелень, овощи и фрукты, тщательно мойте посуду с последующей сушкой.

 Если вы чувствуете себя не здоровым (особенно при наличии расстройства стула, тошноты, боли в животе) не подвергайте риску заболевания своих близких! Ни в коем случае не занимайтесь приготовлением пищи для семьи и гостей и самолечением, пользуйтесь отдельным полотенцем, дезинфицируйте санитарный узел после каждого посещения туалета. При появлении симптомов заболевания немедленно обращайтесь за медицинской помощью. Помните, что только врач может назначить Вам адекватное лечение.

 Если в доме уже есть заболевший, то необходимо очень внимательно следить за гигиеной – тщательно мойте  руки после контакта с больным при осуществлении ухода, после контакта с предметами в окружении больного.

По меньшей мере, один раз в день необходимо проводить обработку всех поверхностей, с которыми контактировал заражённый человек: корпус кровати, прикроватные столики, санузлы,  ручки и т.д. Учитывая высокую жизнестойкость вируса,  уборку лучше проводить с дезинфицирующими средствами.

Посуду, моющиеся предметы, которыми пользовался больной, а также игрушки (если заболел ребёнок) необходимо кипятить. Исключить из использования мягкие игрушки.

Все вещи, которые были запачканы рвотными массами, необходимо сразу замочить в дезинфицирующем растворе и простирать при температуре не менее 90º.

Соблюдение правил гигиены позволит избежать дальнейшего распространения инфекции и повторного заражения.

Врач-эпидемиолог

УЗ «Осиповичский райЦГЭ»                                                        Т.Э.Гулик