

Памятка по профилактике холеры

Общее описание

Холера - опасная острая кишечная инфекция бактериального происхождения. Вызывается холерным вибрионом. Распространяется, как правило, в виде эпидемий.

Симптомы

Инкубационный (скрытый) период может составлять от нескольких часов до 5 дней, чаще 1-2 суток. Болезнь начинается остро. Характерными признаками холеры являются понос и рвота. В результате для жизни заболевшего становится опасной большая потеря жидкости. Могут появиться мышечные судороги, чаще в области икр. Черты лица заостряются, кожа холодная на ощупь, легко собирается в складки (медленно расправляется). Голос становится сиплым и исчезает, появляется одышка, температура тела падает ниже нормы.

Отличить холеру от других типов желудочно-кишечных заболеваний по симптомам часто не представляется возможным без проведения бактериологических исследований (выделения холерного вибриона).

При появлении симптомов, которые могут свидетельствовать о заболевании холерой (тошнота, рвота, жидкий стул, головная боль, головокружение), необходимо немедленно обратиться за помощью к врачу. Самолечение может усугубить Ваше состояние и привести к самым трагическим последствиям.

Лечение:

При подозрении на холеру необходима госпитализация. Первой стадией лечения будет восстановление объема и динамики жидкости в организме с необходимой коррекцией продолжающихся потерь.

Пути распространения инфекции

Основной путь распространения инфекции - через воду, в которую вибрионы попадают с выделениями больного человека (при дефекации или рвоте). Из водоемов возбудитель холеры может попасть в организм человека при заглатывании воды во время купания, через посуду, овощи и фрукты, вымытые сырой водой. Факторами риска могут быть пищевые продукты, инфицированные в процессе их транспортировки, приготовления и хранения. Наиболее опасными являются продукты, которые не подвергаются тепловой обработке - студни, салаты, сырые фрукты, молоко. Заражение возможно и через загрязненные предметы обихода (посуда, постельное белье и пр.).

Профилактика

1. Не употреблять воду для питья и для бытовых целей (мытья овощей, фруктов, игрушек и других предметов) из случайных источников;
2. Воздержаться от использования льда для охлаждения различных напитков;
3. Купаться в водоемах, разрешенных для организованного отдыха, при купании в водоемах и бассейнах не допускать попаданий воды в рот, не полоскать горло;

4. Не употреблять сырые и недостаточно термически обработанные продукты водных объектов (озеро, река и т.д);

5. Не употреблять пищевые продукты, фрукты и овощи, купленные у уличных и других случайных торговцев;

6. Употреблять подкисленную (лимонной кислотой) воду, соки.

7. Соблюдать правила личной гигиены: тщательно мыть руки перед едой и приготовлением пищи, после посещения туалета.

Помнить! Группами риска при холере являются дети, а также лица, страдающие гастритами с пониженной кислотностью, перенесшие резекцию желудка, употребляющие алкоголь.