

Памятка для родителей. Острые кишечные инфекции вирусной этиологии.

Острая кишечная инфекция – это собирательное понятие. Сюда входят кишечные инфекции, вызванные вирусами (ротавирусная, астровирусная, аденовирусная и норовирусная инфекции) и бактериями (брюшной тиф, сальмонеллёз, дизентерия, холера и др.).

Источниками инфекции при вирусных и бактериальных кишечных инфекциях являются люди (с клиническими проявлениями заболевания и носители возбудителя) и животные.

Острые кишечные инфекции вирусной этиологии передаются от человека к человеку и имеют разнообразные пути передачи:

- Водный – при употреблении некипяченой воды, инфицированной вирусами.
- Контактной – бытовой: возможно заразиться через предметы обихода и грязные руки (возбудители заболеваний могут жить на различных предметах в течение 5-7 дней).
- Пищевой – при употреблении в пищу инфицированных продуктов.

Болеют острыми кишечными инфекциями люди любого возраста, но особенно высока заболеваемость детей до 7 лет.

От момента заражения до начала появления клинических симптомов проходит от 1 до 5 дней. Наиболее часто у заболевших отмечается рвота, которая является многократной, продолжается до трёх дней, подъём температуры, понос. У многих детей выявлено сочетание кишечных расстройств с воспалением верхних дыхательных путей (заложенность носа, гиперемия зева, покашливание).

Инкубационный период заболевания – от 3 до 10 дней. Характеризуется более длительным течением в сравнении с ротавирусной инфекцией. Жидкий стул сохраняется от 6 до 23 дней, может сопровождаться рвотой и повышением температуры.

Норовирусы обладают высокой устойчивостью по отношению к физическим и химическим воздействиям, могут длительно сохранять инфекционные свойства (до 28 дней и более) на различных видах поверхностей.

Итак, если Вы заметили у Вашего ребёнка повышение температуры, общую слабость, разбитость, тошноту, рвоту. Малыша беспокоят схваткообразные боли в области живота, появляется жидкий многократный стул – немедленно обращайтесь к врачу.

Самолечение недопустимо. Заболевания кишечными инфекциями особенно тяжело протекает у детей, так как нарушается обмен веществ, поражается нервная система, происходит обезвоживание организма, истощение.

Итак, короткие правила, с помощью которых можно предотвратить кишечную инфекцию

1. Важно соблюдать правила личной гигиены, почаще и тщательно мыть руки с мылом и др.
2. Продукты необходимо подвергать термической обработке.
3. Не оставлять неприкрытой приготовленную еду. Еду держать в **холодильнике**.
4. Овощи и фрукты обязательно тщательно мыть с мылом и тёплой водой.
5. Старайтесь употреблять бутилированные напитки.
6. При приготовлении напитков используйте кипячённую или бутилированную воду.
7. Обязательно проверяйте срок годности продуктов, особенно полуфабрикатов. Будьте бдительны, покупая готовые продукты, особенно салаты.
8. Избегайте нахождения в помещении с больным человеком, при необходимости пользуйтесь медицинской маской.
9. В поездках, экскурсиях берите с собой гигиенические салфетки, бактерицидный гель, активированный уголь, препараты, типа, бифидум- и лактобактерин, линекс, бактисубтил, хилак-форте и т.д.

Короткие правила, с помощью которых можно облегчить течение кишечной инфекции

1. Постарайтесь обратиться к врачу за квалифицированной помощью и консультацией.

2. Опасными симптомами, при которых строго обязательно необходимо обратиться к врачу, являются:

- из-за упорной рвоты не можете пить;
- более 6-ти часов нет мочи;
- сухой язык, запавшие глаза, кожа приобрела сероватый оттенок;
- в кале имеется примесь крови;
- понос прекратился, но при этом усилилась рвота и (или) резко поднялась температура тела.

3. Существует лишь два абсолютно безопасных способа самостоятельного лечения кишечных инфекций – голод и обильное питье. Любые лекарственные препараты могут привести к самым неожиданным последствиям, хотя «активированный уголь» целесообразен и показан практически всегда, Иногда, врачи рекомендуют применение антибиотиков, и всё чаще, зубиотиков – таких препаратов как, бифидум- и лактобактерин, линекс, бактисубтил, хилак-форте и т.д.

4. Если в семье появился больной, то ему необходимо обеспечить отдельную посуду, желательно отдельную комнату, всем остальным организовать идеальную чистоту, тщательно мыть руки, убрать подозрительные продукты, всю посуду перекипятить, не жалеть дезинфицирующих средств.

5. И понос и рвота являются способами защиты организма. Поэтому в первые часы кишечной инфекции не старайтесь прекратить понос и рвоту. Наоборот, в обоих направлениях организму следует помогать – пить и рвать (а если не хочется – сознательно вызывать рвоту, промывая тем самым желудок), очистить толстый кишечник с помощью клизмы.

6. Главный принцип помощи – восполнение потерь жидкости и солей. Для этой цели идеально подходят лекарственные средства, представляющие собой заранее приготовленную смесь различных солей, которую перед употреблением разводят кипяченой водой. При отсутствии указанных препаратов вполне подойдет компот из сухофруктов, можно чай, лучше зеленый, чем черный. Температура напитков должна, ориентировочно, быть равна температуре тела.

7. При упорно повторяющейся рвоте помните, что надо пить чаще, но малыми порциями, чтобы не растягивался желудок, а использование противорвотных препаратов (типичный представитель – церукал) всегда согласовывать с врачом.

8. При улучшении состояния не торопитесь есть все подряд. Организму необходимо окрепнуть.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ!