

# ОСТРЫЕ КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ У ДЕТЕЙ, ИХ ПРОФИЛАКТИКА

Прочтите детям:

Есть такие вирусы,  
Вирусы-вредилусы.  
Попадут ребёнку в рот,  
Заболит от них живот.  
Вот какие вирусы,  
Вирусы-вредилусы!



## ОСТРЫЕ КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ (ОКИ)

**Кишечная инфекция** — это заболевание, вызванное болезнетворными вирусами или бактериями (дизентерийной палочкой, сальмонеллой, стафилококком, палочкой брюшного тифа, вибрионом холеры), которое поражает слизистую желудочно-кишечного тракта. Проникая в человеческий организм, возбудители кишечных инфекций начинают активно размножаться. В результате процесс пищеварения нарушается, а слизистая кишечника воспаляется.

### Источники заражения ОКИ:

- некачественные продукты питания и питьевая вода;
- несоблюдение правил личной гигиены: грязные руки, грязные игрушки, контакт с фекалиями (особенно во время прогулок);
- нарушения условий хранения и приготовления пищи;
- насекомые-переносчики;
- контакт с зараженной землей или песком;
- контакт с больным человеком.



### Симптомы проявления ОКИ:

- понос;
- рвота;
- тошнота;
- повышенное газообразование;
- боли в животе;
- повышение температуры тела;
- отсутствие аппетита;
- общая слабость и недомогание.



Понос — самый верный признак кишечной инфекции в отличие от всех остальных.

Если ребенок начинает поносить и (или) рвать, он стопроцентно болен, и родителю следует незамедлительно начать принимать меры. Самая большая ошибка родителей — стремление прекратить, казалось бы, нежелательные проявления болезни. Но в первые часы этого делать категорически нельзя, потому как рвота и понос — это защитная реакция организма, который пытается самоочиститься от токсинов. Остановка очистки приведет к еще большей интоксикации. Более того, если вы точно знаете, что ребенок что-то не то съел и повышение температуры и боль в животе вызваны именно этим, необходимо спровоцировать спасительную рвоту или дефекацию (например, постановкой очистительной клизмы). Важно при этом постоянно восполнять потери жидкости и минеральных солей (калия, натрия, кальция). Обезвоживание и деминерализация очень опасны не только для здоровья, но и для жизни ребенка.

# Кишечные инфекции у детей

## Памятка для родителей



Заражение человека кишечными инфекциями происходит при попадании выделяемых больным или носителем возбудителей к здоровому человеку. Холерой и дизентерией можно заразиться через воду, в которую попали возбудители этих заболеваний, поэтому в профилактике этих тяжелых инфекций важнейшую роль играет доброкачественное водоснабжение (или употребление кипяченой воды при его отсутствии). Сальмонеллезом можно заразиться через продукты животноводства — мясо скота или птицы. Поскольку ветеринарный контроль не всегда в состоянии выявить зараженное мясо, важнейшая мера профилактики — разделение на кухне посуды и утвари, используемой для обработки сырых продуктов и готовых блюд. Профилактика кишечных инфекций требует неукоснительного соблюдения общегигиенических мер в быту, при приготовлении пищи и во время еды. В летнее время все пищевые продукты следует закрывать от мух. Готовая пища должна храниться в холодильнике: при низкой температуре, даже в случае попадания в пищу микробов, они не смогут размножиться. К заболеванию может привести и неразборчивость при покупке продуктов, употребляемых в пищу без термической обработки — с рук, вне рынков, где они проходит санитарный контроль. Первая помощь ребенку с пищевым отравлением состоит в освобождении желудка от всего съеденного — собственно, на это и направлен защитный рвотный рефлекс. Ребенку надо промыть желудок. После каждого эпизода рвоты ребенку надо дать выпить достаточно большой объем воды (грудному ребенку — 100 мл, ребенку 2–7 лет — 400–500 мл), в воде лучше растворить питьевую соду (3–4 чайных ложки на 1 литр). Другие лекарственные средства в раствор вводить не следует, так как это не поможет больному, но может вызвать побочные эффекты. Надо уложить ребенка, согреть его и помочь при рвоте. Рвотные массы желательно собрать в стерильную (прокипяченную) банку — они могут понадобиться для бактериологического исследования с целью установления источника инфекции. Поскольку рвота может вести к обезвоживанию, по ее окончании важно напоить ребенка (дробными порциями) сладковатым чаем, морсом. Важно усвоить, что при любой кишечной инфекции ребенок должен много пить; не стоит бояться, что он выпьет больше, чем надо. Если рвота прекратилась, то через 4–6 часов можно предложить ребенку поесть. Старшим детям лучше дать легкие полужидкие блюда (суп, кашу). Прекращение рвоты еще не означает выздоровления; после нее может развиваться понос, что также потребует лечения. Ребенка с любым видом диареи следует показать врачу, который

# **ПРОФИЛАКТИКА КИШЕЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ**

**Правила, которые следует соблюдать:**

- 1. Тщательно мыть руки перед приготовлением пищи, перед едой, после туалета.**
- 2. Овощи, ягоды, фрукты хорошо промывать проточной водой и ошпаривать кипятком.**
- 3. Предохранять от загрязнения пищевые продукты, которые используются без предварительной тепловой обработки.**
- 4. Соблюдать чистоту, бороться с мухами. Мусорные ведра держать закрытыми, ежедневно опорожнять их и периодически дезинфицировать.**
- 5. Воду, взятую не из водопровода, перед употреблением обязательно кипятить.**
- 6. При первых же признаках желудочно-кишечного заболевания - боли в животе, тошнота, рвота, слабость, понос, повышение температуры - немедленно обращаться к врачу.**
- 7. Не заниматься самолечением.**

**Выполнение этих правил поможет вам избежать заражения кишечными инфекциями и сохранить здоровье!**

