

Холера: причины, симптомы, профилактика

В настоящее время в мире сложилась неблагоприятная эпидемическая ситуация по холере.

Во время вспышки холеры в Донецкой области летом 2011г. заболело 57 человек. Причиной вспышки послужил завоз токсигенных холерных вибрионов из эпидемических регионов в мире.

Холера – особо опасная острая инфекционная болезнь, характеризующаяся обезвоживанием организма, которое при отсутствии своевременного лечения может привести к смертельному исходу.

Заболевание начинается остро. Характерными признаками холеры являются многократный жидкий стул и рвота. Для холеры характерны как легкие, так и тяжелые, быстропротекающие формы болезни.

Инкубационный (скрытый) период заболевания, от момента инфицирования до появления первых клинических признаков, составляет от нескольких часов до 5 дней, чаще 1-2 суток.

Восприимчивость к холере высокая. Группами риска при холере являются дети, лица, страдающие гастритами с пониженной кислотностью, перенесшие резекцию желудка, употребляющие алкоголь.

Пути передачи:

- водный;
- пищевой;
- контактно-бытовой.

Факторы передачи:

- **загрязненная вода:** холерой можно заразиться, используя загрязненную воду из открытых водоемов для питья, мытья посуды, овощей и фруктов, заглатывая ее во время купания;

- **пищевые продукты,** загрязненные в процессе приготовления и (или) реализации, морские продукты (особенно моллюски, употребляемые в пищу сырыми или плохо проваренными), фрукты и овощи (низко растущие и удобряемые экскрементами и отбросами, поливаемые загрязненной водой). Наиболее опасны для заражения продукты, которые не подвергаются термической обработке;

- **предметы обихода,** загрязненные выделениями больного;
- **грязные руки.**

Чтобы предупредить заражение:

- не употребляйте воду для питья и для бытовых целей (мытья овощей, фруктов, игрушек и других предметов) из случайных источников; употребляйте воду кипяченую или бутилированную или подкисленную (лимонной кислотой), соки;

- воздержитесь от использования льда для охлаждения различных напитков;

- ешьте лишь тщательно приготовленную и еще не остывшую пищу, заранее приготовленная и хранившаяся в течение нескольких часов при комнатной температуре пища, без повторной тепловой обработки может быть серьезным источником инфекции;

- купайтесь в водоемах, разрешенных для организованного отдыха, не полощите горло некипяченой водой и не глотайте воду при купании;

- не употребляйте в пищу выловленных самостоятельно крабов, мидий, рыбу и другие продукты моря, океана и других водных объектов (озеро, река и т.д.);

- регулярно и тщательно мойте руки с мылом после возвращения с улицы, перед едой и после посещения туалета и т.д.

Если вы путешествуете с семьей или с друзьями – убедитесь, что они так же соблюдают эти меры предосторожности.

При наличии **грудных детей** необходимо особенно тщательно соблюдать следующие меры профилактики:

- перед кормлением ребенка тщательно вымыть руки и обработать грудь чистой водой (бутилированной, кипяченой);

- не мыть грудь водой из моря, океана, реки, озера, где Вы отдыхаете (купаетесь и т.д.);

- смеси для кормления разводить только кипяченой водой;
- посуду ребенка мыть в кипяченой воде, хранить в пакетах, недоступных для других детей;
- ежедневно мыть детские игрушки водой с мылом.

При появлении первых симптомов диареи (поноса)- необходимо немедленно обратиться к врачу!

Не занимайтесь самолечением!

Берегите свое здоровье!

**Врач-эпидемиолог
Богородиченко Л.Г.**

Отдел СМИ и внутренней политики Администрации