

ПРОФИЛАКТИКА ХОЛЕРЫ

По данным Всемирной организации здравоохранения эпидемическая ситуация в мире по заболеваемости холерой остается напряженной. Ежегодно в мире регистрируется от 1,3 до 4 миллионов случаев холеры, из которых 100-140 тысяч заканчиваются летальным исходом. За последние два года в некоторых странах Африки и Азии зарегистрированы вспышки холеры, наиболее крупные – в Афганистане, Бангладеш, Демократической Республике Конго, Эфиопии, Нигерии, Бенине, Камеруне. В ряде стран, таких как Индия, Непал Таиланд, Вьетнам, риск заразиться холерой существует постоянно.

Холера – инфекционное заболевание, характеризующееся диареей, рвотой, нарушением водно-солевого обмена. В тяжелых случаях может наступить сильное обезвоживание организма, которое при отсутствии лечения может закончиться смертью больного.

Возбудитель инфекции – холерный вибрион, устойчив к низким температурам и не гибнет при замораживании, активно развивается в организме человека (при попадании) и в мелких водоемах в тропических странах. В почве, на загрязненных пищевых продуктах и предметах холерный вибрион может прожить несколько недель. А в воде несколько месяцев. Холерный вибрион погибает при высушивании, воздействии солнечного света, нагревании до 60°C и выше, чувствителен к дезсредствам.

Источником инфекции является больной человек или носитель.

Существуют следующие пути передачи холеры:

– *Водный* – во время купания в открытых заражённых водоёмах, если пить обсеменённую бактериями холеры воду, мыть продукты или посуду в такой воде. Этот путь считается ведущим.

– *Контактно-бытовой* – через предметы обихода, дверные ручки, посуду, белье, загрязненные рвотными массами или испражнениями больного, при осуществлении ухода за больными холерой.

– *Пищевой* – при употребляет в пищу заражённых холерным вибрионом продуктов. Наиболее опасны в эпидотношении рыба, а также морепродукты (мидии, креветки), раки, выросшие в зараженной воде. Заражение может произойти при употреблении фруктов и овощей, вымытых или политых при выращивании зараженной водой. На продукты бактерии могут также попадать от носителей или посредством мух.

Инкубационный период заболевания короткий – от нескольких часов до пяти суток. Заболевание опасно стремительным наступлением обезвоживания организма.

Заболевание холерой можно предотвратить! Перед выездом за рубеж узнайте у своего туроператора эпидситуацию по инфекционным

заболеваниям в посещаемой стране. **Также помогут простые меры профилактики:**

– соблюдайте правило: если продукт нельзя вскипятить, сварить, пожарить или очистить (от кожицы, корки и т.п.), то его нельзя употреблять в пищу;

– не употребляйте для питья и бытовых целей воду из случайных источников. Пейте только кипяченую или бутилированную питьевую воду, овощи и фрукты также мойте только водой проверенного качества. Такие напитки, как горячий чай или кофе, газированная вода или безалкогольные напитки, а также фруктовые соки в бутылках или пакетах, обычно безопасны для питья;

– не употребляйте лед, если вы не уверены, что он сделан из безопасной воды;

– употребляйте в пищу горячие продукты, прошедшие тщательную тепловую обработку. Приготовленные пищевые продукты, оставленные в течение нескольких часов при комнатной температуре, без дополнительного разогревания могут стать источником инфекции.

– не употребляйте в пищу продукты в сыром виде. Исключение составляют фрукты и овощи, которые вы должны собственноручно очистить (от кожицы, корки и т.п.).

– откажитесь от употребления непастеризованного молока, а также других молочных продуктов, если сомневаетесь в их качестве и безопасности;

– не следует покупать и пробовать незнакомые пищевые продукты и блюда. От покупки еды на рынках и лотках. Если купили такую еду, убедитесь в том, что пищевые продукты, купленные у уличных торговцев, проходят тщательную тепловую обработку в вашем присутствии;

– купайтесь только в бассейнах или водоемах, разрешенных для организованного отдыха;

– регулярно и тщательно мойте руки.

Если на отдыхе или по возвращению домой у Вас или членов семьи появились симптомы инфекционного заболевания, необходимо незамедлительно обратиться за медицинской помощью.

Врач-эпидемиолог
ГУ «Солигорский ЗЦГиЭ»

В.Н.Ахрамович