

# ***Берегись кишечных инфекций***

К сожалению в последнее время учащаются случаи возникновения кишечных заболеваний среди детей. Поэтому в детском саду проводятся мероприятия, предупреждающие это серьезное заболевание.

## ***Что нужно знать родителям по профилактике острых кишечных инфекционных заболеваний у детей***

К группе острых кишечных инфекционных заболеваний относятся бактериальные (гастроэнтерит, дизентерия, сальмонеллез и др.) и вирусные (ротавирусная, энтеровирусная и др.).

Общими клиническими проявлениями для всех видов кишечных инфекционных заболеваний являются:

- Повышение температуры тела (иногда до высоких цифр);
- Расстройство пищеварения (тошнота, рвота, понос);
- Острые боли в животе, вздутие живота.

Могут проявляться все эти признаки одновременно или только некоторые из них. Заражение кишечными инфекциями происходит только через рот. Человек заражается при употреблении продуктов, обсемененных возбудителями кишечных инфекций, недоброкачественной воды, через предметы обихода при контакте с больным. Источник инфекции – больной острой или скрытой формой заболевания человек, при некоторых кишечных инфекциях – это еще и птицы, домашние животные. Заражение маленьких детей происходит чаще всего от больной матери при несоблюдении ею правил личной гигиены во время кормления и ухода за ребенком. Нередко дети заражаются от своих братиков и сестричек через инфицированные игрушки, посуду.

В ранний период профилактикой кишечных инфекционных заболеваний являются следующие мероприятия:

- перед едой нужно всегда мыть руки с мылом;
- после посещения туалета следует мыть руки тщательным образом.

Задача родителей – обеспечить ребенку защиту от инфекционных заболеваний:

- Вся посуда должна быть хорошо вымытой и просушенной;
- Питание для ребенка готовить из хорошо обработанных продуктов питания; Желательно пищу готовить и употреблять ее сразу( пища не должна храниться долго даже в холодильнике);
- Следует проводить чаще влажную уборку, проветрить чаще помещение;



- Постельное белье и одежду ребенка после стирки проглаживать;
- Следует строго следить за выполнением детьми правил соблюдения личной гигиены;
- Очень часто дети 7-10 летнего возраста берут в рот пальцы, ручки, карандаши - это увеличивает риск сосал пальцы (повышается не только риск заражения кишечными инфекциями);
- Приучайте своих детей пользоваться одноразовыми салфетками, платками, индивидуальными полотенцами.

Чтобы ваш ребенок не заболел вы должны помнить:

- Все скоропортящиеся продукты храните в холодильнике;
- Перед приготовлением пищи, после работы с сырым мясом, яйцами мойте руки с мылом;
- Тщательно мойте свежие овощи и фрукты, после чего обдавайте их кипятком;
- Мясные продукты перед употреблением проваривайте не меньше часа, от шашлыков, мяса-гриль придется отказаться;
- Готовую пищу тщательно оберегайте от любого загрязнения, в частности не пользуйтесь одним и тем же инвентарем при разделке сырых и готовых продуктов;
- После разделки сырого мяса, рыбы тщательно промойте ножи, доски, посуду, обдайте их кипятком;
- Сырое мясо, яйца храните в холодильнике отдельно от готовых блюд;
- При покупке продуктов не складывайте в одну сумку сырые яйца, мясо, рыбу с продуктами, которые перед употреблением не подвергаются термической обработке;
- Следите за чистотой поверхности столов, на которых проводите приготовление пищи, столовую посуду ошпаривайте.

При проведении уборки обязательно мойте ручки дверей унитазов с применением дезинфицирующих моющих средств.

В последние годы в нашей стране наблюдается рост рождаемости. В большинстве семей растут двое и более детей. Может произойти так, что старший ребенок заразился кишечной инфекцией (дома или во время пребывания в гостях у родственников). Может случиться еще хуже – заболела мать. Как оградить Вашего малыша от заболевания? Не надо отчаиваться. Больного ребенка лучше поместить в другую комнату, выделить для него отдельную посуду, индивидуальные гигиенические принадлежности. Кроме этого – менять одежду при уходе за больным и за здоровым ребенком, полностью выполнять назначения врача-педиатра. При появлении любых признаков кишечных заболеваний немедленно обращайтесь к врачу.

Надеемся, что наши советы помогут Вам и Вашему ребенку избежать встречи с кишечными инфекциями.

**Будьте здоровы!**

## Памятка для родителей.

### Профилактика острых кишечных инфекций

Острые кишечные инфекции (ОКИ) являются широко распространенной патологией, занимающей второе место (после острых респираторных инфекций) среди всех инфекционных заболеваний в детском возрасте.

Острые кишечные инфекции (ОКИ) – группа инфекционных заболеваний, сопровождающихся нарушением моторики желудочно-кишечного тракта с развитием диареи, интоксикации, а в ряде случаев – обезвоживания. Для ОКИ характерна массовость заболевания, возникновение пищевых и водных вспышек.

Возбудители ОКИ – многочисленная группа бактерий, вирусов, простейших и гельминтов, которые могут вызывать дисфункцию кишечника.

Основной механизм передачи – фекально-оральный, реализующийся пищевым, водным и контактно-бытовым путями, реже – воздушно-пылевым путем. Факторами передачи являются пища, вода, предметы обихода, игрушки, инфицированные фекалиями больного, в передаче некоторых инфекций имеют значение насекомые (мухи).

Заражению ОКИ способствуют антисанитарные условия жизни, несоблюдение правил личной гигиены, употребление зараженных продуктов питания, хранившихся или готовившихся с нарушением правил.

### Профилактика острых кишечных инфекций

1. Соблюдайте элементарные правила личной гигиены. Чаще мойте руки ребёнку, объясните ему также, чтобы не ел ничего на улице грязными ручками. Подстригайте малышу регулярно ногти.

2. Регулярно мойте детские игрушки.

3. На улице время от времени протирайте ребёнку ручки гигиеническими салфетками с антисептической пропиткой.

4. Все фрукты, овощи и ягоды тщательно мойте под проточной водой.

5. Все продукты покупайте только в местах, где есть охлаждаемые прилавки или холодильное оборудование.

6. Если в доме есть больной, его необходимо изолировать от ребенка. Все предметы общего пользования нужно продезинфицировать, как и одежду и белье больного.

7. Между прочим, дверные ручки и уличные игрушки также необходимо регулярно обрабатывать антисептиками. Домашние игрушки следует мыть и стирать, даже если вы не выносите их на улицу.

8. Поддерживайте чистоту в доме, не ходите обутые по жилым комнатам (имеется в виду не домашняя обувь), несколько раз в день проветривайте помещение.

Конечно, от всего застраховаться невозможно, но при ответственном подходе вполне реально уберечься от многих бед, значительно сократив шансы ребенка подцепить кишечную инфекцию.