

ХОЛЕРА



Холера - тяжелое заболевание, относящееся к группе кишечных инфекций. В ряде стран (Индия, Индонезия, Бирма, Бангладеш и др.) случаи этого заболевания регистрируются постоянно. Ущипывая бурное развитие международного туризма, имеется реальная возможность завоза этой инфекции на территорию России из-за рубежа. Поэтому существует постоянная опасность заражения, особенно возрастающая в жаркое время года.

ВОЗБУДИТЕЛЬ ХОЛЕРЫ

Возбудитель холеры - **холерный вибрион** - достаточно стоек во внешней среде: поплавок на поверхности предметов обихода, продуктов питания, он может сохранять жизнеспособность многие дни, а в зараженных водоемах способен даже перезимовать. В то же время он чувствителен к действию кислот, быстро гибнет при кипячении и под действием дезинфицирующих средств (хлорамина, хлорная известь, лизол).

КЛИНИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ

Инкубационный (скрытый) период заболевания непродолжителен (от 1 до 5 дней). В классическом случае заболевание проявляется как неукротимый водянистый понос и многократная рвота. В результате развивается сильное обезвоживание организма. Вместе с жидкостью больной теряет соли (электролиты), необходимые для нормальной жизнедеятельности. Кровь сгущается и с трудом движется по сосудам. Резко нарушается работа сердца, печени и почек, возможны судороги. Большой может умереть в течение нескольких часов после начала заболевания, если ему своевременно не оказывается помощь. Возможно протекание заболевания и в легкой форме (небольшой понос); не обращаясь за медицинской помощью, такой больной ставит под угрозу здоровье окружающих.

КАК МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ ХОЛЕРОЙ?

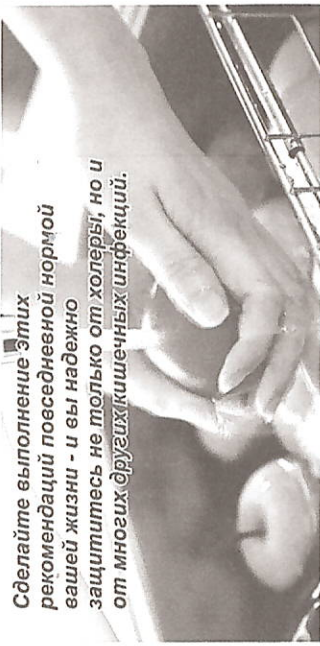


Холерой болеют только люди. Заразиться можно непосредственно от больного холерой (он выделяет с испражнениями огромное количество вибрионов), но опасны и так называемые здоровые вибрионосители. Заразившись, но оставаясь внешне здоровыми, они активно выделяют возбудителя в окружающую среду, могут заражать продукты в процессе приготовления пищи.

Выделения больных холерой и вибрионосителей со сточными водами могут попадать в различные водоемчики. Часто инфицируют обитатели морских и прибрежных вод (рыба, мидии, креветки). Фактором передачи инфекции могут стать загрязненные овощи и фрукты. В качестве механических переносчиков возбудителя холеры выступают всеядные мухи.

КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ ЗАРАЖЕНИЕ ХОЛЕРОЙ?

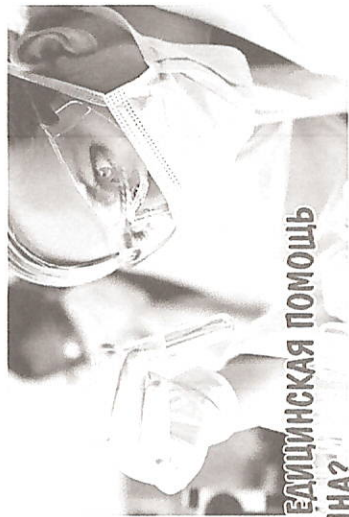
- тщательно мойте руки с мылом после возвращения домой с улицы, посещения туалета, а также перед едой, приготовлением пищи. Превыйте это повседневное правило своим близким и особенно детям;
- никогда не пейте сырой воды, какой бы чистой она вам ни казалась - это впечатление весьма обманчиво. Кипячение - надежный способ уничтожения холерного вибриона;
- купайтесь только в отведенных для этого местах, и при купании всегда следите, чтобы вода не попала вам в рот;
- дары моря и пресные водоемы подвергайте термической обработке;
- овощи, фрукты, ягоды, зелень тщательно мойте перед употреблением, обдавайте кипятком. Избегайте употреблять треснувшие и подгнившие фрукты и овощи;
- старайтесь, особенно в теплое время, употреблять пищевые продукты лишь после дополнительной термической обработки. Ешьте свежеприготовленную пищу;
- защищайте пищевые продукты от мух.



Сделайте выполнение этих рекомендаций повседневной нормой вашей жизни - и вы надежно защититесь не только от холеры, но и от многих других кишечных инфекций.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ВСЕ ЖЕ ЗАБОЛЕЛИ?

При возникновении кишечных расстройств незамедлительно обращайтесь за медицинской помощью. Вполне возможно, что это холера. Вероятность такого диагноза возрастает, если вы недавно побывали в местностях, где регистрируются случаи этого заболевания. Для больного холерой важно своевременное получение медицинской помощи.



А ЕСЛИ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ НЕДОСТУПНА?

Если вы планируете оказаться вдалеке от медицинских учреждений (например, собираетесь в туристический поход), заранее позаботьтесь о себе и своих близких. Прежде чем отправляться в поход или уезжать в отдаленное место, купите в аптеке регидрон (дозированный порошок), таблетки глюколана, либо другие препараты для приготовления водно-солевых (регидратационных) смесей. При возникновении кишечных расстройств (сильного водянистого поноса) нужно растворить эти лекарства в воде (по инструкции) и использовать этот раствор для утоления жажды. Если под руками не оказалось необходимых лекарств, можно самостоятельно приготовить смесь, в состав которой входит 3,5 г обычной поваренной соли, 2,5 г пищевой соды, 20 г сахара. Растворите все это в 1 литре кипяченой охлажденной воды и добавьте 30-40 капель лимонного сока. Принимать водно-солевую смесь нужно для того, чтобы возместить потерянные организмом соли и жидкость, необходимые для поддержания нормальной жизнедеятельности, и предупредить фатальное обезвоживание. Тем не менее, это не отменяет необходимости срочного обращения за медицинской помощью. Самолечение в подобных случаях недопустимо.

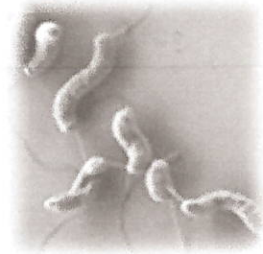
ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ И СВОИХ ДЕТЕЙ!



Бюллетень составлен редакционно-издательским отделом БУЗ ВО ВОЦМП (тел. 246-19-60).
Наш адрес: 394026, г. Воронеж, ул. Варюкиса, 70
<http://info@fpln.fliptina-norovirus.ru/>

ЗАБОЛЕВАНИЕ ХОЛЕРОЙ В ПОЕЗДЕ МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ, ЕСЛИ:

Холера - особо опасное инфекция, вызываемая вибрионом, которое сопровождается диареей, рвотой, обезвоживанием и интоксикацией организма.

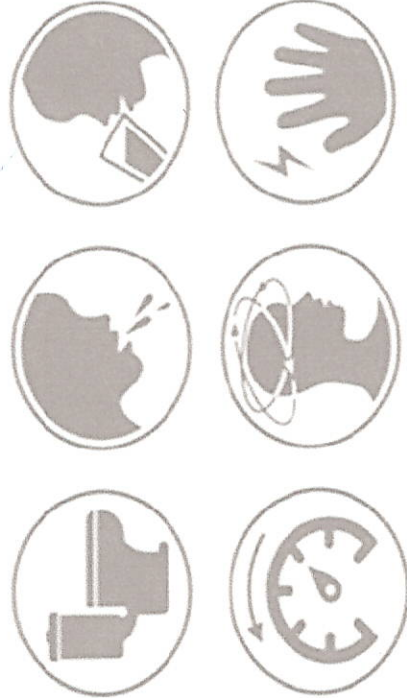


Холера распространена в странах Азии, Африки, Латинской Америки и Карибского бассейна.

Источник	Пути передачи	Инкубационный период
инфекции: человек больной или вибрионоситель.	инфекции: - водный; - пищевой; - контактно-бытовой;	заболевания - от нескольких часов до 5 суток, чаще - 1-2 суток.

Симптомы заболевания:

- жидкий стул до 10 раз в сутки и чаще;
- многократная рвота;
- чувство дискомфорта и урчание в животе;
- нормальная или даже пониженная температура тела;
- жажда, сухость слизистых оболочек и кожи;
- головокружение, сердцебиение.

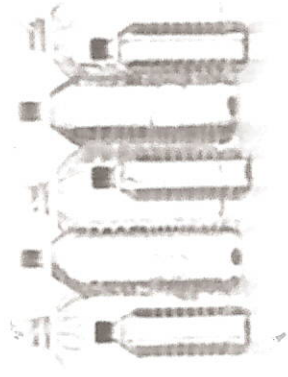


Соблюдать правила личной гигиены (тщательно и часто мыть руки с мылом), при отсутствии условий для мытья рук использовать спиртовые салфетки с антисептическим эффектом



Употреблять в пищу только термически обработанные продукты питания, соблюдать температурный режим хранения.

Употреблять только бутилированную воду, напитков промышленного производства.
Не класть в стакан лед для охлаждения.



Овощи и фрукты, которые Вы планируете взять с собой в поездку необходимо помыть кипяченой или бутилированной водой дома, упаковать в чистый пищевой лоток и порезать удобным для еды способом.



Во время следования не приобретать на станциях с лотков продуктов питания с отсутствием маркировки о производителе, датах выпуска и сроках годности, а также без упаковок.

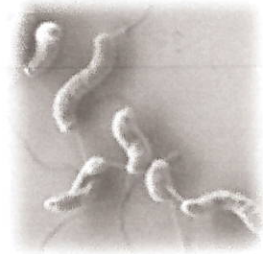
Не рекомендуется приобретать рыбу и другие морепродукты у неизвестных пролазцов.



При появлении первых симптомов заболевания в пути следования немедленно обратиться к проводнику.

ЗАБОЛЕВАНИЕ ХОЛЕРОЙ В ПОЕЗДЕ МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ, ЕСЛИ:

Холера - особо опасное инфекция, вызываемая вибрионом, которое сопровождается диареей, рвотой, обезвоживанием и интоксикацией организма.

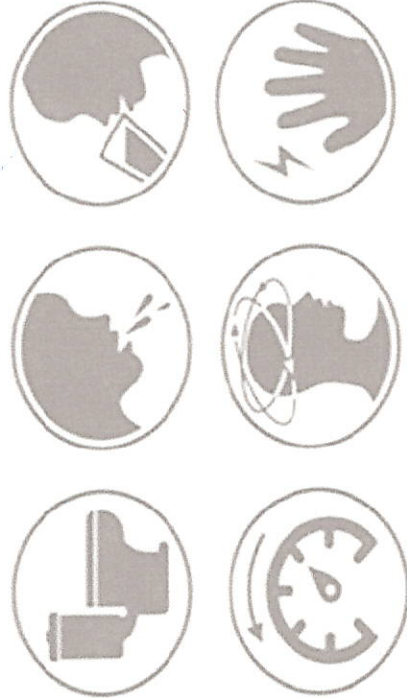


Холера распространена в странах Азии, Африки, Латинской Америки и Карибского бассейна.

Источник	Пути передачи	Инкубационный период
инфекции: человек больной или вибрионоситель.	инфекции: - водный; - пищевой; - контактно-бытовой;	заболевания - от нескольких часов до 5 суток, чаще - 1-2 суток.

Симптомы заболевания:

- жидкий стул до 10 раз в сутки и чаще;
- многократная рвота;
- чувство дискомфорта и урчание в животе;
- нормальная или даже пониженная температура тела;
- жажда, сухость слизистых оболочек и кожи;
- головокружение, сердцебиение.

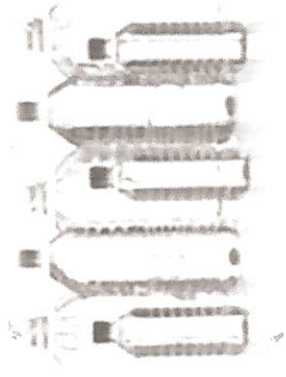


Соблюдать правила личной гигиены (тщательно и часто мыть руки с мылом), при отсутствии условий для мытья рук использовать спиртовые салфетки с антисептическим эффектом



Употреблять в пищу только термически обработанные продукты питания, соблюдать температурный режим хранения.

Употреблять только бутилированную воду, напитков промышленного производства.
Не класть в стакан лед для охлаждения.



Овощи и фрукты, которые Вы планируете взять с собой в поездку необходимо помыть кипяченой или бутилированной водой дома, упаковать в чистый пищевой лоток и порезать удобным для еды способом.



Во время следования не приобретать на станциях с лотков продуктов питания с отсутствием маркировки о производителе, датах выпуска и сроках годности, а также без упаковок.

Не рекомендуется приобретать рыбу и другие морепродукты неизвестных пролазцов.



При появлении первых симптомов заболевания в пути следования немедленно обратиться к проводнику.

Холера. Меры предосторожности.

Холера - это острая желудочно-кишечная инфекция. Холера отличается высокой

заразностью и всеобщей восприимчивостью к ней человека. Поэтому она отнесена к

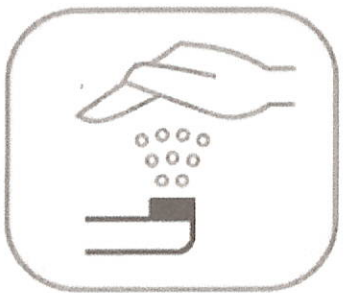
категории особо опасных инфекций.

Источником инфекции является заражённый или больной человек, который с

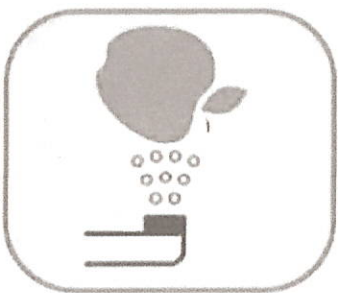
испражнениями выделяет в окружающую среду огромное количество холерных

вибрионов. Заражение происходит при попадании в рот холерных вибрионов.

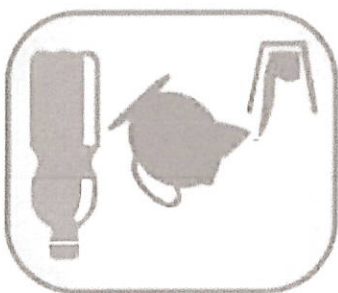
Профилактика холеры заключается в следующем:



соблюдать меры личной
гигиены (мыть руки перед
едой и после посещения
туалета)



тщательно мыть
фрукты и овощи
безопасной водой



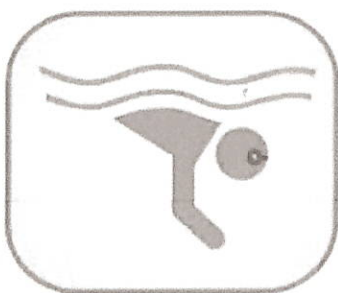
употреблять только
кипячёную воду,
напитки в фабричной
расфасовке



избегать питания
с лотков



купание в водоёмах
только в разрешённых
для этого местах



при купании в водоёмах
не допускать попадания
воды в полость рта.

**РАНЕЕ ОБРАЩЕНИЕ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ
ПОМОЩЬЮ ПОЗВОЛИТ СВОЕВРЕМЕННО
ПРОВЕСТИ ЭФФЕКТИВНОЕ ЛЕЧЕНИЕ
ХОЛЕРЫ И НЕ ДОПУСТИТЬ
НЕБЛАГОПРИЯТНОГО ИСХОДА ЭТОГО
ОПАСНОГО ИНФЕКЦИОННОГО
ЗАБОЛЕВАНИЯ!**

ПОМНИТЕ!

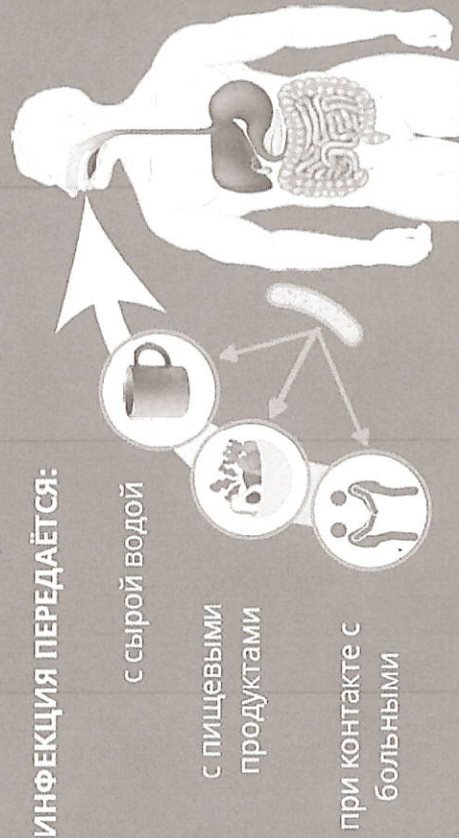


ФБУЗ
НО ЦОЗМИП
ПОКОПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

ХОЛЕРА

Холера - опасное инфекционное заболевание с выраженным поражением желудочно-кишечного тракта (диарея, рвота). При отсутствии лечения данное заболевание может за несколько часов привести к смерти. Возбудитель: холерные вибрионы.

ИНФЕКЦИЯ ПЕРЕДАЁТСЯ:



с сырой водой

с пищевыми
продуктами

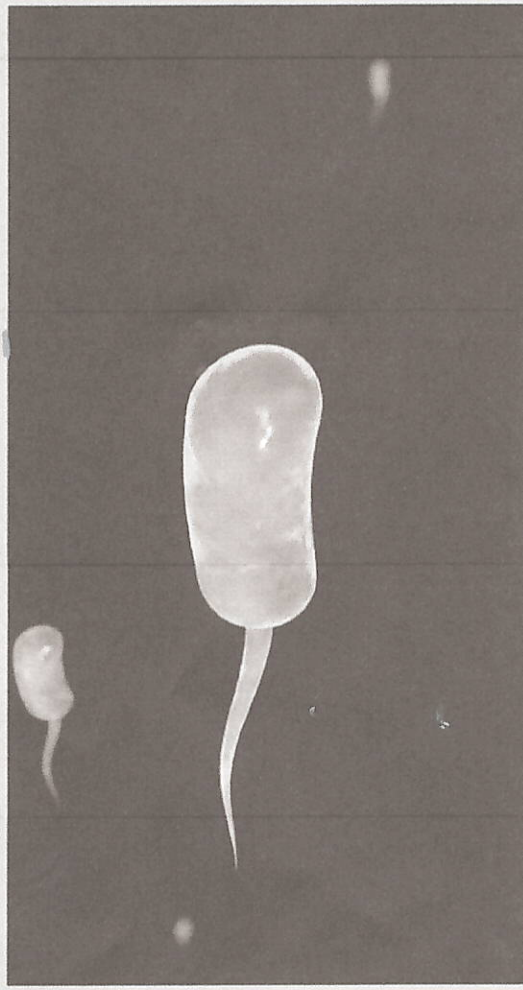
при контакте с
больными

ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:

С момента заражения до появления первых признаков заболевания может пройти от 2-10 часов до 5 суток.

Для среднетяжелого течения холеры характерно острое начало с появлением обильного стула, иногда может предшествовать рвота. Стул становится все более частым от 15-20 раз в сутки, постепенно приобретает вид "рисового отвара". Иногда могут быть умеренные боли в области пупка, дискомфорт, урчание в животе. Вскоре к диарее присоединяется обильная рвота, без тошноты. Нарастает обезвоживание организма. Появляются судороги отдельных групп мышц. Жалобы больных на сухость во рту, жажду, недомогание, слабость.

Тяжелое течение холеры характеризуется выраженной степенью обезвоживания. У больных частый обильный водянистый стул, рвота, выраженные судороги мышц. Больные жалуются на выраженную слабость, неутолимую жажду.



ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЯ:

1. Употребление только кипяченой или специально обработанной (бутилированной) питьевой воды.
2. Термическая обработка пищи, соблюдение температурных режимов хранения пищи.
3. Тщательное мытье овощей и фруктов безопасной водой.
4. В поездках следует особое внимание уделять безопасности воды и пищевых продуктов, избегать питания с уличных лотков.
5. Соблюдение правил личной гигиены (тщательное мытье рук, особенно перед едой и после посещения туалета).
6. Купание в водоемах только в разрешенных для этого местах. При купании не допускать попадания воды в полость рта.
7. При выезде в страны неблагополучные по холере рекомендуется вакцинация против холеры.