Профилактика холеры

[04.09.2024г](https://bobr.cge.by/%D0%B8%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B8%D0%BE%D0%B7%D1%8B-%D0%BC%D0%B5%D1%80%D1%8B-%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B8%D0%BB%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8/)

Холера – острая кишечная инфекция, поражающая желудочно-кишечный и протекающая с развитием диареи (иногда – острой и крайне опасной). Возбудителем, холеры, является так называемый холерный вибрион.

***Как происходит заражение?***

Источник инфекции – больной человек и бактерионоситель, который выделяет возбудитель во внешнюю среду.

Механизм заражения – фекально-оральный.

Путь инфицирования – основной водный, второстепенные - алиментарный и контактно-бытовой.

Повышение заболеваемости отмечается в летне-осенний период.

Восприимчивость всеобщая, высокая. Постинфекционный иммунитет относительно стойкий.

В настоящее время эпидемии холеры, вызванные преимущественно вибрионом Эль-Тор, возникают в тропических и субтропических странах Азии, Африки, Америки, откуда возбудитель может быть завезен в любой регион страны.

Наиболее неблагополучными по холере в настоящее время являются:

* на европейском и азиатском континентах: Индия, Лаос, Индонезия, Иран, Ирак, Турция, Афганистан;
* на американском континенте: Боливия, Бразилия, Гватемала, Гондурас, Мексика, Никарагуа, Перу, Сальвадор;
* на африканском континенте: Ангола, Бурунди, Гана, Гвинея, Нигерия, Сомали, Чад, Уганда, Танзания, Сьерре - Леоне.

В отдельных странах СНГ также регистрируются случаи заболевания холерой (например, на Украине).

***Симптомы***

* повышенная температура (37-38ºC), которая с развитием болезни может, наоборот, понизиться (до 34-35 ºC);
* озноб;
* обильная и водянистая диарея. Цвет стула разный: он может быть желто-зеленым, а может быть коричневым. Испражнения в первые часы могут иметь каловый характер, но быстро становятся бесцветными, водянистыми, с обильными плавающими хлопьями, напоминают по внешнему виду рисовый отвар, без запаха или с запахом рыбы либо тертого картофеля. Частота дефекаций – от 3 до 10р/сут, в более тяжелых случаях до 30 раз или даже не поддается подсчету.
* рвота. Часто она возникает без позывов, внезапно фонтаном без предшествующей тошноты и болей в эпигастрии;
* урчание в животе, метеоризм, легкие боли;
* ощущение, что живот переполнен большим количеством жидкости;
* ощущение сухости. Губы сохнут, постоянно хочется пить, наблюдается серьезная слабость. В ряде случаев губы могут синеть;
* понижение артериального давления, что связано с обезвоженностью организма;
* головные боли – причем сама боль локализуется в лобной части.

***Профилактические меры***

Профилактика холеры заключается в следующем:

* делать вакцину от холеры, рекомендованную ВОЗ. В разных странах иммунизация населения проводится централизованно и строго контролируется. Однако она способствует выработке общего иммунитета – для каждого конкретного человека действие вакцины со временем ослабевает, поэтому требуются и другие меры профилактики;
* избегать тех стран и регионов, в которых вспышки болезни наблюдаются регулярно;
* употреблять в пищу только ту еду, которая прошла термическую обработку или была хорошо вымыта с мыльным раствором;
* употреблять исключительно чистую воду из тех источников, которые для этого предназначены;
* регулярно мыть руки;
* хранить продукты в подходящих для этого условиях – вдали от мест, где на них садятся насекомые.

***Рекомендации для всех туристов****:*

* Не употреблять воду для питья и для бытовых целей (мытья овощей, фруктов, игрушек и других предметов) из случайных источников;
* Воздержаться от использования льда для охлаждения различных напитков;
* Купаться в водоемах, разрешенных для организованного отдыха, не полоскать горло и глотать воду, особенно натощак;
* Не ловить самостоятельно крабов, мидий, рыбу и другие продукты моря, океана и других водных объектов (озеро, река и т.д.);
* Не употреблять сырые и недостаточно термически обработанные продукты моря, океана и других водных объектов (озеро, река и т.д).
* Не употреблять пищевые продукты, фрукты и овощи, купленные у уличных и других случайных торговцев;
* Употреблять подкисленную (лимонной кислотой) воду, соки.
* Регулярно и тщательно мыть руки.

***Помните!*** Группами риска при холере являются дети, а также лица, страдающие гастритами с пониженной кислотностью, перенесшие резекцию желудка, употребляющие алкоголь.

Помощник врача-гигиениста Толстик А.П.