

Острые кишечные инфекции распространены повсеместно, и заразиться ими очень легко. Среди больных кишечными инфекциями 70 % — дети. В силу недостаточной закаленности иммунитета и относительной незрелости пищеварительной системы дети к ним повышено восприимчивы. К тому же иммунитет к кишечной инфекции обычно не стойкий, и запросто можно переболеть повторно. Особенно страдают от кишечных инфекций грудные дети: у них болезнь обычно протекает тяжело и порой заканчивается плачевно.

В Республике Алтай за первое полугодие текущего года зарегистрировано 703 случая острых кишечных инфекций, из них 434 случая (62%) – дети раннего детского возраста, в т.ч. грудные - 23%.

Наибольшее число заболевших было в г. Горно-Алтайске -170 случаев и Майминском районе – 68 детей. Пятеро детей - 3 в г. Горно-Алтайске и 2 в Турочакском и Улаганском районах в возрасте до 1 года заболели сальмонеллезом. На долю острых кишечных инфекций, вызванных вирусами (ротавирусы) пришлось 56%.

Причиной заболевания остается крайне неудовлетворительное вскармливание детей, особенно грудных, первого года жизни. Прежде всего, это использование недоброкачественных продуктов, несоответствие продуктов питания возрастным особенностям организма ребенка, отсутствие гигиенических навыков у родителей.

Чтобы уберечь ребенка от заболеваний этой группы, необходимо знать некоторые факты о них.

Вызывают кишечные инфекции несколько групп микроорганизмов - бактерии, вирусы и простейшие.

Источником инфекции является человек или животное.

Ведущие пути передачи:

- контактно-бытовой (через загрязненные предметы обихода, игрушки, соску, грязные руки)

- пищевой (при употреблении в пищу недостаточно обработанных, недоброкачественных продуктов питания)

- водный (при питье некипяченой воды, купании в открытых водоемах)

Предрасполагающими факторами для возникновения кишечных инфекций являются:

- искусственное вскармливание;

- введение прикорма, не подвергающегося термической обработке — существует возможность попадания возбудителей с продуктами прикорма;

- летнее время года — повышенная температура воздуха способствует размножению возбудителей в воде, почве, продуктах;

- недоношенность;

- иммунодефицитные состояния у детей.

Вот несколько простых, но действенных советов, следование которым сохранит здоровье вашему малышу.

- Помойте руки, прежде чем взять ребенка.

- Содержите ногти своих рук всегда чистыми и коротко остриженными.

- Одевайте медицинскую маску, если страдаете насморком.

- Не берите в рот соску или ложку ребенка.

- Выделите ребенку отдельную посуду. Тщательно промывайте с мылом, затем просушивайте, храните в чистом месте.

- Не держите и не пускайте в комнату, где грудной ребенок, домашних животных (собак, кошек, птиц).

- Не допускайте к ребенку больных детей, взрослых.

- Перед каждым кормлением ребенка необходимо перепеленать.

- Мать должна вымыть руки щеткой с мылом и тщательно обмыть грудь и сосок ватой, смоченной в кипяченой воде или в двухпроцентном растворе борной кислоты.

В период кормления грудью категорически воспрещаются:

- Все алкогольные напитки, включая пиво;

- Курение;

- Употребление чрезмерно острой пищи, чеснока, лука.

- Игрушки содержать в отдельном месте. Мыть ежедневно с мылом, хорошо споласкивать в специально выделенном тазике. Просушивать на выделенной для этой цели ветоши.

- Уборку помещения проводить ежедневно влажным способом. Мебель, подоконники, оконные стекла ежедневно протирать слегка влажной чистой тряпкой, рамы окон мыть каждую неделю. Раз в неделю снимать пыль со стен и потолка. Проветривать комнату.

Помните главное, что до 6 месяцев ребенок не нуждается ни в какой еде, кроме грудного молока или адаптированной молочной смеси.

Молочные смеси предпочтительно готовить только на 1-2 кормления, а не на целый день.

При использовании готовых молочных продуктов, в том числе предназначенных специально для малышей, обязательно осматривайте упаковку на предмет срока годности, целостности и вздутости.

Если вы забыли поставить в холодильник какой-то продукт, не давайте его ребенку.

Воду следует пить ребенку только кипяченую или бутилированную, гарантированного качества.

Находясь на отдыхе при купании нельзя заглатывать воду, продукты и напитки хранить только в сумках-холодильниках, нельзя пить воду из неизвестных источников, желательно пользоваться бутилированной водой и использовать одноразовую посуду. Для обработки рук использовать одноразовые влажные салфетки.

Тщательно мойте овощи, фрукты, ягоды и зелень! Особенно те, которые могли контактировать с землей, например клубнику, салат.

Мясные, рыбные, молочные блюда, бульоны, особенно приготовленные для детского питания, – идеальная среда для размножения микробов. Поэтому для ребенка готовьте блюда не больше, чем на 1 день.

Не покупайте продукты в местах несанкционированной торговли - по пути следования, у обочин дорог, у частных лиц, т.к. в указанных случаях вы можете приобрести продукты с истекшим сроком годности или изготовленные с нарушением санитарных норм и правил.

Не покупайте бахчевые культуры (арбузы, дыни) в разрезанном виде, так как микробы с поверхности легко переносятся и размножаются в сочной мякоти.

Не приобретайте продукты питания впрок, по возможности ничего длительно не храните, даже в условиях холодильника.

Не покупайте продукты с истекшим сроком годности.

В домашних условиях не следует накапливать излишки продуктов питания, а имеющиеся

скоропортящиеся продукты необходимо хранить закрытыми в пакетах, банках с крышками в холодильниках.

При приготовлении салатов необходимо тщательно мыть овощи и фрукты. Салаты заправлять следует перед подачей на стол.

Боритесь с мухами, так как они являются механическими переносчиками острых кишечных заболеваний. Садясь на продукты питания, они их обсеменяют микробами, которые попадают к ним на лапки в выгребных ямах и мусорных контейнерах.

Если кто-либо из членов семьи в момент болезни находится дома требуется особо строго соблюдать правила личной гигиены: для больного выделить отдельную посуду, белье, после использования которых необходимо кипятить в течение 15 минут. Для уборки мест общего пользования использовать дезинфицирующие средства.

Дезинфицирующие средства нового поколения легки в приготовлении и эффективны при обработке предметов ухода и помещения.

Из доступных дезинфицирующих средств можно рекомендовать «Виркон» и «Септабик» - это препараты высшего качества, против вирусов, бактерий и грибков. Из средств бытовой химии «Доместос», «Белизна».

Берегите свое здоровье и здоровье детей!