**ОСТРЫЕ КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ У ДЕТЕЙ, ИХ ПРОФИЛАКТИКА**

**Памятка для родителей**



Острые кишечные инфекционные заболевания  являются самыми массовыми заболеваниями детей дошкольного и школьного возраста, особенно в летний период.

**Возбудителями кишечных инфекций** могут быть: бактерии (сальмонеллез, дизентерия, холера), их токсины (ботулизм), а также вирусы.

**Причиной острых кишечных инфекций** являются 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 обработанные, недоброкачественные продукты питания)

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

В организм здорового человека возбудители кишечной инфекции попадают через рот: вместе с пищей, водой или через грязные руки. Например, дизентерия может начаться, если попить воду из-под крана, парное (некипяченое) молоко. Кишечную палочку можно съесть вместе с некачественным кефиром или йогуртом. Возбудители сальмонеллеза попадают к человеку через любые зараженные продукты: куриное мясо и яйца, вареную колбасу, плохо промытые или вымытые грязной водой овощи и зелень.
 Изо рта микробы попадают в желудок, а затем в кишечник, где начинают усиленно размножаться. Причиной заболевания становятся яды, токсины, которые выделяют микроорганизмы, и повреждения пищеварительного тракта, которые они вызывают. Кишечные инфекции могут протекать как острый гастрит (с рвотой), энтерит (с поносом), гастроэнтерит (и с рвотой, и с поносом), энтероколит (с поражением всего кишечника). После попадания микробов в организм заболевание начинается через 6-48 часов.

**Предрасполагающими факторами для возникновения кишечных инфекций являются:**

* летнее время года — повышенная температура воздуха способствует размножению возбудителей в воде, почве, продуктах;
* иммунодефицитные состояния у детей;

**Кишечными инфекциями чаще болеют летом.**

Это связано с тем, что в жару мы пьем  больше жидкости, а, значит, желудочный сок, убивающий вредные микробы, разбавляется. Кроме того, летом мы чаще пьем некипяченую воду (из родников и из-под крана).

Входными воротами и органом - «мишенью» является желудочно-кишечный тракт.

**Итак, чтобы избежать острых кишечных инфекций у детей следует:**

строго соблюдать правила личной гигиены, чаще и тщательно мыть руки с мылом, особенно - перед едой и после посещения туалета;

использовать кипяченую, бутилированную или воду гарантированного качества;

овощи, фрукты, ягоды тщательно мыть перед едой;

не приобретать продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;

тщательно прожаривать или проваривать продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты;

скоропортящиеся продукты и готовую пищу следует хранить только в холодильнике;

не давать маленьким детям некипяченое разливное молоко, сырые яйца, использовать для приготовления пищи только свежие продукты.

Если, несмотря на все меры предосторожности, все же появляются **первые признаки острых кишечных инфекций**(тошнота, многократная рвота, понос, схваткообразные боли в животе, боли в области желудка),**необходимо сразу обратиться за медицинской помощью**. Только врач может правильно назначить лечение и определить необходимые меры профилактики болезни для лиц, контактирующих с больными. Самолечение опасно для самого больного, т.к. в результате несвоевременного, неправильного лечения развиваются хронические формы болезни.

 **Желаем здоровья Вам и Вашим детям!!!**