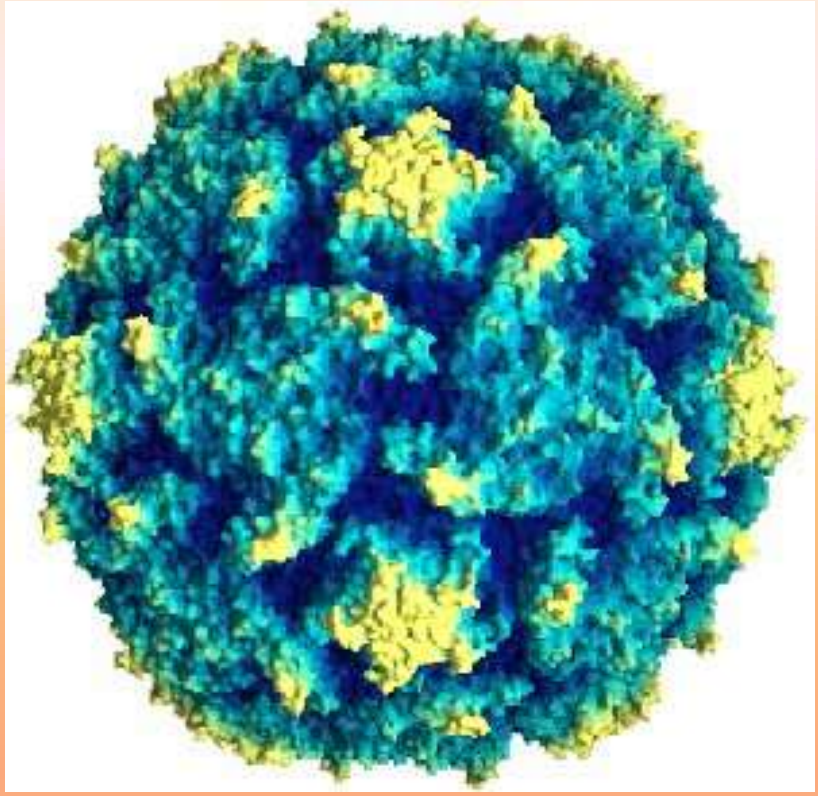
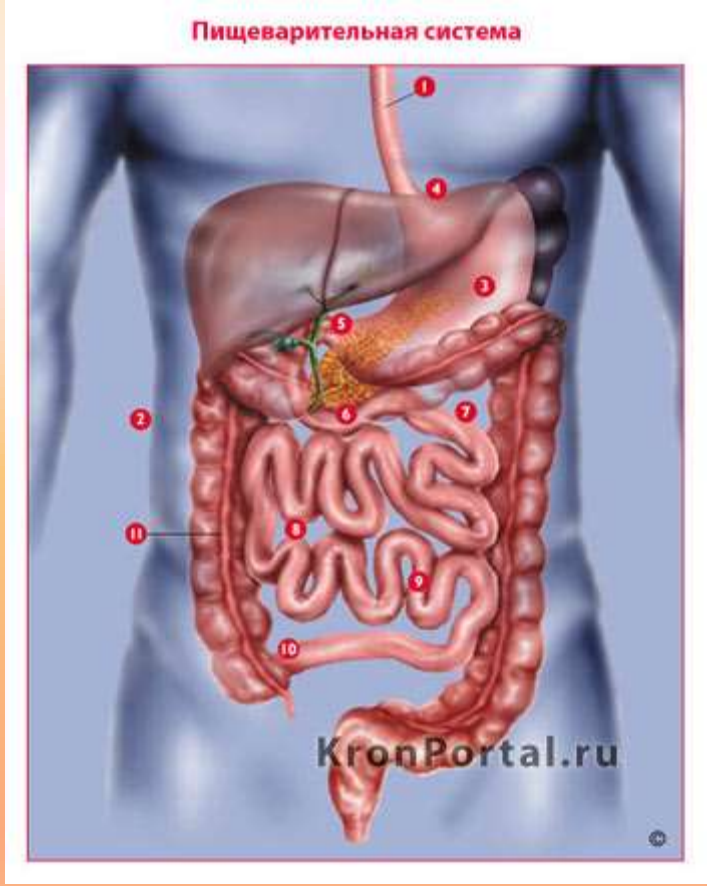


Кишечные инфекции



Кишечная инфекция - это большая группа заразных заболеваний, которые повреждают желудочно-кишечный тракт.

С водой, пищей, грязными руками в рот попадают вирусы и бактерии. Затем эти микробы транспортируются в желудок и кишечник, где начинают активно размножаться и продуцируют различные токсины. Эти вещества нарушают проницаемость клеточных мембран, вмешиваются в ход биохимических реакций, приводят к дисбалансу важных солей, минеральных веществ и потере влаги.

«Каждое третье заражение кишечными инфекциями происходило после употребления в пищу овощей или салатов»

Симптомы:

- **После попадания микробов в организм заболевание начинается:**
  - **от 6-8 часов до нескольких суток при дизентерии, сальмонеллезе, кишечных клининфекциях.**
- **Для начала заболевания характерны симптомы отравления: ухудшение общего самочувствия, головные боли, нарушение аппетита, повышение температуры тела до 38-39 °С.**
  - **через 12-18 часов от при кокковых инфекциях (стафилококки, стрептококки);**
- **Больные жалуются на тошноту, рвоту, схваткообразные боли в животе, жидкий стул с примесью слизи, гноя (при дизентерии с примесью крови), может беспокоить жажда и озноб.**

При многократных рвотах и частом стуле развивается обезвоживание

неприятности начинаются с общей вялости, слабости, плохого аппетита, возможно чувство тяжести в желудке, головные боли, усталость в глазах. Чуть позже наступает рвота, диарея, боли в животе, возможно - высокая температура, озноб. В среднем, с момента попадания микробов в организм, неприятные симптомы проявляются в течение 6-48 часов.

Профилактика заболеваний, вызванных кишечными инфекциями:

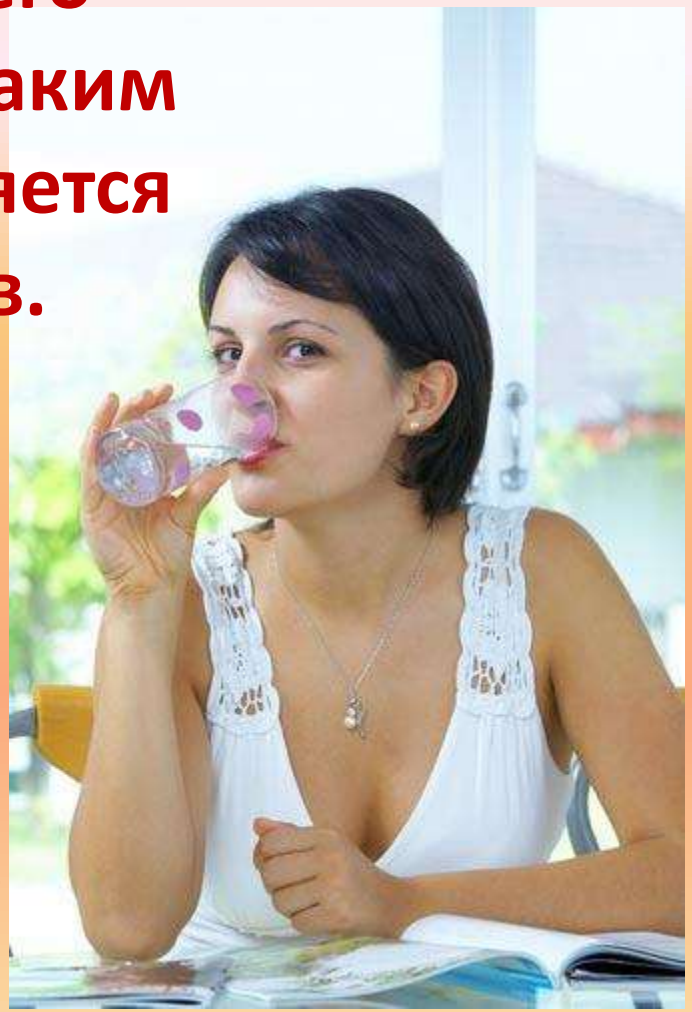
- **Соблюдайте личную гигиену.**
- **Подвергайте тщательной термической обработке такие продукты питания, как мясо, молоко, куриные яйца, рыбу. Перед употреблением тщательно мойте фрукты и овощи. Употребляйте для питья только чистую воду - в сомнительных случаях кипятите воду.**
- **Храните продукты питания в чистых емкостях при соответствующей температуре и употребляйте их до указанного срока хранения.**

Дальнейшие действия:

- **Пригласите к больному участкового терапевта, который определит дальнейшее лечение.**
- **В тяжелых случаях вызовите скорую медицинскую помощь (тел. 03) для госпитализации больного в инфекционную больницу.**
- **При легких случаях больной должен посетить инфекциониста в поликлинике.**

рвота и диарея - это своего рода защитные реакции, таким образом организм избавляется от чужеродных веществ.

основная опасность кишечных инфекций заключается в быстром обезвоживании организма.



Чтобы восполнить запасы ионов и восстановить водный баланс, необходимо пить кипяченую воду с содержанием различных солей. Такие смеси можно приобрести в аптеке. Это **"Оралит", "Цитроглюкосолан", "Регидрон", "Бегидрон"**. Такие растворы необходимо принимать по несколько глотков, с интервалом 10-15 минут. Вообще, обильное питье (частое, но небольшими порциями) - залог успешного выздоровления. Подойдут чай, компот из сухофруктов, травяной чай.

по поводу приема антибиотиков следует проконсультироваться с врачом и провести точную диагностику: чем именно вызвана кишечная инфекция в конкретном случае

Помните, что ваше здоровье в первую очередь зависит от вас самих