

Острые кишечные инфекции

Острые кишечные инфекции – большая группа инфекционных заболеваний, которые объединяет один важный признак – наличие диарейного синдрома (поноса). Сюда входят кишечные инфекции, вызванные вирусами (ротавирусная, астровирусная, аденовирусная и норовирусная инфекции) и бактериями (брюшной тиф, сальмонеллёз, дизентерия, холера и др.).



Основная причина возникновения кишечных инфекций – несоблюдение элементарных гигиенических норм. Попадая в организм человека, микроорганизмы могут поражать как весь пищеварительный тракт, так и его отдельные отделы. Поражение каждого отдела имеет свое название: желудка – гастрит, двенадцатиперстной кишки – дуоденит, тонкого кишечника – энтерит, толстого кишечника – колит.

Кишечные инфекции опасны тем, что во время поноса и с рвотными массами организм человека теряет жидкость и микроэлементы. Таким образом, наступает обезвоживание организма, нарушается водно-электролитный баланс. Болеют острыми кишечными инфекциями люди любого возраста. У детей до 7 лет болезнь, как правило протекает тяжелее, чем у взрослых. К сожалению, вакцин, защищающих от этих инфекций, пока не разработано.

Острые кишечные инфекции вирусной этиологии передаются от человека к человеку и имеют разнообразные пути передачи:

- Водный – при употреблении некипяченой воды, инфицированной вирусами.
- Контактной – бытовой: возможно заразиться через предметы обихода и грязные руки (возбудители заболеваний могут жить на различных предметах в течение 5-7 дней).
- Пищевой – при употреблении в пищу инфицированных продуктов (яйца, молоко, мясо, грибы). Употребление грязных продуктов питания, хранение их в неподходящих условиях, различные нарушения во время консервирования продуктов могут привести к развитию кишечных инфекций.



Источниками инфекции при вирусных и бактериальных кишечных инфекциях являются люди (с клиническими проявлениями заболевания и носители возбудителя) и животные.

Для ротавирусной инфекции характерна повышенная заболеваемость в зимнее время года, что объясняется лучшим сохранением вируса при низких температурах.

От момента заражения до начала появления клинических симптомов проходит от 1 до 5 дней. Наиболее часто у заболевших отмечается рвота, которая является многократной, продолжается до трёх дней, подъём температуры, понос. У многих детей выявлено сочетание кишечных расстройств с воспалением верхних дыхательных путей (заложенность носа, гиперемия зева, покашливание).



Астровирусной инфекцией круглый год болеют дети и подростки, но наиболее часто заболевание регистрируется у детей до года. Астровирус находится в организме до 9 дней. При этом заболевании больной часто жалуется на жидкий стул, снижение аппетита, повышение температуры. Дети из организованных детских коллективов имеют больший риск инфицирования, чем дети не посещающие их.

Аденовирусная инфекция наиболее часто регистрируется в лечебно-профилактических организациях, детских учреждениях. Болеют преимущественно дети. Инкубационный период заболевания – от 3 до 10 дней. Характеризуется более длительным течением в сравнении с ротавирусной инфекцией. Жидкий стул сохраняется от 6 до 23 дней, может сопровождаться рвотой и повышением температуры.

Норовирусы поражают население всех возрастных групп, часто возникают вспышки норовирусного гастроэнтерита среди детей школьного возраста, взрослых и пожилых людей осенью, зимой и весной. Норовирусы обладают высокой устойчивостью по отношению к физическим и химическим воздействиям, могут длительно сохранять инфекционные свойства (до 28 дней и более) на различных видах поверхностей.

Источником инфекции является больной человек или бессимптомный носитель вируса. Инкубационный период составляет 12-48 часов, продолжительность заболевания – от 2 до 5 дней. Норовирус очень заразен, достаточно менее 10 вирусных частиц чтобы вызвать заболевание у здорового взрослого человека.



Факторами передачи норовирусов обычно служат необеззараженные руки пациентов, медицинских работников, заражённые поверхности, в учебных заведениях ими часто оказываются ручки дверей, клавиатура и «мышки» компьютеров. Кроме того, вирус может передаваться через заражённые лицами с

бессимптомной формой заболевания пищевые продукты, не проходящие термическую обработку. Пищевой лёд, бутилированная вода, вода закрытых и открытых водоёмов может служить также причиной заболевания.

Итак, если Вы заметили у Вашего ребёнка повышение температуры, общую слабость, разбитость, тошноту, рвоту. Малыша беспокоят схваткообразные боли в области живота, появляется жидкий многократный стул – немедленно обращайтесь к врачу.

Самолечение недопустимо. Заболевания кишечными инфекциями особенно тяжело протекает у детей, так как нарушается обмен веществ, поражается нервная система, происходит обезвоживание организма, истощение.



И конечно, не стоит забывать простые правила:

- пить только кипячёную воду;
- тщательно мойте овощи, фрукты, ягоды и зелень! Особенно те, которые могли контактировать с землёй, например клубнику, салат;
- не покупайте продукты в местах несанкционированной торговли – они могут быть с истекшим сроком годности или изготовлены с нарушением санитарных норм и правил;
- не приобретайте для питания овощи и фрукты в разрезанном виде, так как микробы с поверхности легко переносятся и размножаются в сочной мякоти;
- не покупайте продукты с истекшим сроком годности;
- больше внимания уделять личной гигиене;
- если кто-либо из членов семьи болен и находится дома, требуется особо строго соблюдать правила личной гигиены: для больного выделить отдельную посуду, бельё. Для уборки мест общего пользования использовать дезинфицирующие средства.
- чаще проводить уборку помещений (необходимо мыть ручки дверей, клавиатуру и «мышку» компьютера, различные виды поверхностей);
- проветривать помещения.

Выполнение этих несложных правил поможет избежать заболеванием острой кишечной инфекцией и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!

Краткое описание распространенных кишечных инфекций

Брюшной тиф, паратифы А и В – кишечные инфекции, вызываемые сальмонеллами, при которых наблюдается циркуляция сальмонелл в крови, увеличение лимфатических узлов, печени и селезенки.

Дизентерия – кишечная инфекция, вызываемая шигеллой, протекающая с явлениями выраженной интоксикации и поражением преимущественно конечного отдела толстого кишечника.

Эшерихиоз (кишечная коли-инфекция) – вызывается некоторыми типами кишечных палочек, при данной инфекции наблюдается поражение желудка, тонкого, а в некоторых случаях и толстого кишечника.

Холера – кишечная инфекция, передающаяся от человека к человеку, вызываемая холерным вибрионом и характеризующаяся обезвоживанием, потерей электролитов за счет выраженной рвоты и диареи. Среди всех кишечных инфекций холера является наиболее заразным заболеванием.

Сальмонеллез – острая кишечная инфекция, передающаяся от животных к человеку, вызываемая некоторыми видами сальмонелл и проявляющаяся поражением желудочно-кишечного тракта.

Пищевые токсикоинфекции, пищевые отравления – острые заболевания, вызываемые микроорганизмами, способными выделять токсины вне организма человека (в продуктах питания), в результате воздействия этих токсинов поражаются верхние отделы желудочно-кишечного тракта, нарушается водно-солевой обмен.

Ботулизм – кишечная инфекция, которая возникает под воздействием особого токсина, вырабатываемого палочкой ботулизма, при которой поражается продолговатый и спинной мозг и развивается паралич мышц.

Амебиаз – заболевание из группы протозоозов, характеризующееся поражением толстого кишечника, может протекать и во внекишечной форме, поражая иные органы нашего организма.

Вирусный гастроэнтерит (вирусная диарея) – группа кишечных инфекций, вызываемая различными вирусами, при которых наблюдается интоксикация организма и поражение пищеварительного тракта. Самые распространенные заболевания этой группы - **ротавирусная инфекция (кишечный грипп), энтеровирусная инфекция.**

Иерсиниоз – острое инфекционное заболевание, поражающее желудочно-кишечный тракт и другие внутренние органы людей. Бактерия иерсиния чаще всего попадает в наш организм «при помощи» животных - собак, крыс, которые являются ее носителями.

Антибиотик-ассоциированная диарея – патологическое состояние, возникающее на фоне лечения различных заболеваний антибиотиками. Чаще всего вызывается клостридиями (*Clostridium Difficile*), которые начинают бурно размножаться в кишечнике при угнетении его нормальной микрофлоры, что

очень часто происходит в результате длительной или неграмотной антибиотикотерапии.

Диагностика кишечных инфекций

Некоторые кишечные инфекции можно диагностировать по характерным симптомам (например, холеру, дизентерию). Однако для окончательной диагностики необходимо провести микробиологическое исследование биологического материала, взятого у больного человека (рвотных масс, кала, крови).

Если картина заболевания именно такая, которую должен вызвать обнаруженный микроорганизм, тогда можно утверждать, что у больного конкретная кишечная инфекция.

Общие принципы лечения кишечных инфекций

1. Необходимо прекратить дальнейшее попадание микроорганизмов и их токсинов в организм. С этой целью делают промывание желудка, клизмы, вводят адсорбирующие вещества (например, активированный уголь). Чтобы желудочно-кишечный тракт мог восстановиться, необходимо в течение нескольких дней поголодать.
2. Чтобы уничтожить микроорганизмы, вызывающие кишечную инфекцию, необходимо принимать антибиотики (если инфекцию вызвали бактерии) или противовирусные средства (если инфекция вирусной природы). Для максимального эффекта от назначения препаратов, необходимо предварительно установить, какой микроорганизм вызвал инфекцию.
3. В лечении некоторых кишечных инфекций используются специфичные вещества, эффективные только в отношении определенных заболеваний: например, при ботулизме вводят противоботулиническую сыворотку.
4. При явлениях интоксикации назначают дезинтоксикационную терапию – вводят раствор глюкозы, аскорбиновую кислоту вместе с физиологическим раствором, реополиглюкин.
5. Введение различных растворов одновременно восполняет нехватку в организме жидкости. При потере электролитов необходимо их введение в организм (натрий содержится в физиологическом растворе, калий – в панангине).
6. Если у больного не проходит рвота, необходимо введение противорвотных средств, чтобы предотвратить серьезные нарушения водно-солевого баланса.

КАК НЕ ЗАБОЛЕТЬ ГРИППОМ ВО ВРЕМЯ ЭПИДЕМИИ

Весной ожидается вторая волна эпидемии гриппа.

Чтобы не заразиться, соблюдайте простые правила профилактики простуды и гриппа:

Делайте влажную уборку и проветривайте квартиру или дом.



Полноценно питайтесь, включите в рацион продукты с витамином С.



Старайтесь не посещать поликлиники (профосмотры и обследования отложите)



Спите 8-10 часов в сутки, в зависимости от возраста.

8ч



Употребляйте в пищу фитонциды (лук, чеснок), пейте отвар шиповника.



Ежедневно гуляйте на свежем воздухе.



Часто и тщательно мойте руки.



Не контактируйте с больными людьми (или надевайте маску).



Принимайте противовирусный препарат, увеличивающий выработку в организме собственных интерферонов.



После посещения общественных мест, транспорта, промывайте нос раствором с морской солью. Для полоскания горла приготовьте отвар ромашки.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ И СЕМЬЮ ОТ ОРВИ И ГРИППА

В ПЕРИОД ПОДЪЕМА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ:

- Носите маски, если в семье, на работе имеются случаи заболевания ОРВИ и гриппа
- Избегайте места массового пребывания людей
- Проведите предварительную вакцинацию детей, беременных и пожилых лиц.
- При появлении первых признаков ОРВИ и гриппа у членов семьи, немедленно вызывайте врача или скорую помощь. Не занимайтесь самолечением.

Помните!
Несвоевременное обращение к врачу, может привести к серьезным осложнениям.

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ
И ЗДОРОВЬЕ СЕМЬИ!**

Содержание рук в чистоте один - из простых и эффективных шагов для предотвращения распространения болезнетворных микроорганизмов. Многие болезни и состояния, вызываемые как вирусами, так и бактериями, могут распространяться через грязные руки, включая простудные заболевания, грипп, вирусные гепатиты, кишечные инфекции и др.



Процедура простого мытья рук с мылом помогает удалить с поверхности кожи до 90% микроорганизмов и позволяет значительно снизить передачу инфекций контактно-бытовым путем.

Руки нужно мыть обязательно:



- до, во время и после приготовления пищи;
- перед принятием пищи;
- после ухода за больным членом семьи;
- перед тем, как будете обрабатывать раны, порезы, ссадины на коже;
- после посещения туалета
- после смены подгузников или ухода за детьми;
- после кашля, чихания, очищения носа;
- после ухода за животными;
- после обращения с бытовыми отходами;
- после возвращения домой с улицы.



**ЧИСТЫЕ РУКИ
спасут жизнь**

