ГОСТРІ КИШКОВІ ІНФЕКЦІЇ. Що потрібно знати?

Проблема захворюваності на гострі кишкові інфекції не втрачає своєї актуальностіі.

* Гострі кишкові інфекції (ГКІ) – це група захворювань, причиною яких є потрапляння в організм людини збудників: вірусів, бактерій, паразитів, що спричиняють ураження шлунково-кишкового тракту. Захворювання протікають з ознаками інтоксикації. До цієї групи відносяться і харчові отруєння.
* Причинами недуги найчастіше стають порушення правил особистої гігієни та вживання уражених харчові продукти та забрудненої води. Найчастіше факторами передачі кишкової інфекції стають готові страви, молоко і молочні продукти, кондитерські вироби.
* ГКІ можуть призвести до летального результату, тому не ігноруйте симптоми захворювання, а у разі необхідності – негайно звертайтеся за медичною допомогою.

Симптоми, при яких потрібно негайно звернутися до лікаря:

наявні ознаки зневоднення, зокрема незначне сечовипускання або його відсутність, висока сухість у роті та горлі;

часті водянисті випорожнення понад 5 раз на добу в дорослого;

багаторазова блювота;

висока температура, яка супроводжується діареєю і блювотою;

кров у випорожненнях;

* переймоподібні болі в животі будь-якої локалізації.

Люди старшого віку та діти раннього або дошкільного віку знаходяться у групі ризику ГКІ. Для приладу в дітей швидко розвивається дегідратація їм обов’язково потрібна допомога лікаря. Тому завжди слід завжди пам'ятати, що купуючи на ринках, особливо на стихійних, м'ясні вироби, в т.ч. «домашню» ковбасу, вживаючи без термічної обробки молоко та сир, придбаних на ринку, забуваючи помити перед їжею руки та фрукти-овочі, ми ризикуємо захворіти на кишкову інфекцію.

Щоб захистити себе та своїх дітей від гострих кишкових інфекцій достатньо виконувати прості профілактичні дії:

- дотримуватися правил особистої гігієни;

- не споживати продукти, що зберігалися з порушенням вимог щодо термінів та умов зберігання;

- мити фрукти та овочі проточною водою, перш ніж готувати;

- не нехтувати часом термічної обробки продуктів з м’яса та риби тощо.