***Профилактика острых кишечных инфекций у детей (ОКИ)***

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, грязные руки), о пищевой (при употреблении в пищу недостаточно обработанные, недоброкачественные продукты питания);
* Водный (при питье некипяченой воды, купании в открытых водоемах). Входными воротами и органом – «мишенью» является желудочно-кишечный тракт

.

**Основные группы симптомов заболевания следующие:**

* Лихорадка, слабость, снижение аппетита
* Диарея, рвота, вздутие живота
* Боли в животе

**Обратите внимание! При диарее, сопровождающейся болями в животе, признаками интоксикации:**

**! Не применяйте** болеутоляющие препараты – это может сильно затруднить диагностику. Болеутоляющие лекарства могут скрыть проявления хирургических болезней (аппендицита, острого холецистита и других);

**!Нельзя** применять грелку, т.к. это может усилить воспаление и спровоцировать резкое ухудшение состояние ребенка;

**! Не делайте** клизму с горячей водой, особенно при повышении температуры;

**!Не давайте** ребенку при поносе вяжущих (закрепляющих) средств - имодиум, лопедиум и т.д. в этом случае течение болезни может осложниться, т.к. вместо ускоренного выведения токсинов из организма, вы провоцируете их накопление.

**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 употреблением под проточной водопроводной водой, а для маленьких детей – кипяченой;
* Использовать только чистую упаковку (полиэтилен, контейнеры для пищевых продуктов и т.п);
* Не приобретать продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;
* Соблюдать правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, сырые продукты и готовую пищу следует хранить раздельно;
* Тщательно прожаривать или проваривать продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты;
* Скоропортящиеся продукты и готовую пищу следует хранить только в холодильнике при температуре 2-6оС;
* Не смешивать свежеприготовленную пищу с остатками от предыдущего дня, но если готовая пища остается на другой день, то перед употреблением ее необходимо подвергнуть термической обработке (прокипятить или прожарить);
* Не скапливать мусор и пищевые отходы, не допускать появления мух и тараканов;
* Постоянно поддерживать чистоту в жилище и соблюдать правила личной гигиены, не давать маленьким детям некипяченое разливное молоко, сырые яйца, использовать для приготовления пищи только свежие продукты.