|  |  |
| --- | --- |
|  |  **«ХОЛЕРА.****ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ. ЛЕЧЕНИЕ.****МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ»****Памятка для населения.** |

**ХОЛЕРА** - острая кишечная инфекция, вызываемая при попадании в органы пищеварения бактерии  - холерный вибрион.

**Источник болезни и механизм передачи.** Источником инфекции является  больной человек типичной или бессимптомной формой течения болезни, а также реконвалесцент (выздоравливающий человек) и здоровый носитель возбудителя инфекции.

Заражение происходит главным образом при питье необеззараженной воды, заглатывании воды при купании в загрязненных водоемах, во время умывания. Заражение может происходить при употреблении пищи, инфицированной во время кулинарной обработки, её хранения, мытья или раздачи, особенно продуктами, не подвергающимися термической обработке (моллюски, креветки, вяленая и слабосоленая рыба). Возможен контактно-бытовой путь передачи - через загрязненные руки когда холерный вибрион попадает в кишечник и вызывает в нем воспаление, что и обуславливает основные клинические симптомы.

Эндемичные страны. Холера распространяется, как правило, в форме эпидемий. Эпидемическая ситуация по холере в мире остается напряженной, ежегодно заболевает до нескольких тысяч человек. Эндемические очаги располагаются в Южной и Центральной Америке, странах Карибского бассейна (Гаити, Куба, Доминиканская Республика), в Центральной, Юго-Восточной и Южной Азии, и в Африке. Ежегодно регистрируются завозы холеры в страны Европы и СНГ. В большинстве случаев подъем заболеваемости наблюдают в теплый сезон.

**Основные симптомы.** Инкубационный период длится от нескольких часов до 5 суток, чаще 1-2 дня. Тяжесть заболевания зависит от формы течения и протекает от бессимптомной формы до тяжёлых состояний с резким обезвоживанием и смертью в течение 1-2 суток.Для типичной клинической картины  холеры характерно:острое начало,  обильный жидкий  стул 30 раз в сутки; стул имеет кашицеобразную консистенцию бело-серого цвета, без запаха и примеси крови, с плавающими хлопьями. Всё это напоминает «рисовый отвар».  Боли в животе обычно не бывает. Также характерной является -  рвота: внезапная, часто фонтаном. Температура тела обычно понижена до 35-35,5°С.  Очень быстро развивается обезвоживание: жажда, сухость слизистых и кожи, заострившиеся черты лица, западающие глаза, слабость, заторможенность. Количество мочи уменьшается, вплоть до ее исчезновения. Появляются  судороги жевательных и икроножных мышц, одышка.

**Лечение.** При подозрении на холеру больного обязательно госпитализируют. Назначаются  лекарственные препараты, направленные на поддержание водно-солевого  баланса организма,  антибиотики и др.При наличии у больного признаков обезвоживания  проводят регидратацию, давая пациентам пить в больших количествах раствор (например, регидрон). В течение часа больной должен выпивать 1-1,5 л жидкости. Пакеты солей для питьевой регидратации имеются во многих городских аптеках.  ВОЗ рекомендует людям, совершающим поездки, иметь соли для пероральной регидратации в своих аптечках.

 Если у вас диарея, особенно тяжелая, и вы находитесь в районе, где зарегистрирована холера, немедленно обратитесь за медицинской помощью к врачу или другому медицинскому специалисту. В ожидании медицинской помощи пейте кипяченную воду и другие несладкие жидкости.

**Профилактика.**Обязательное соблюдение  санитарно-гигиенических мер:

* употреблять гарантированно безопасную воду и напитки (кипяченая вода, дезинфицированная вода, напитки и вода в фабричной упаковке)
* тщательно мыть фрукты и овощи безопасной водой
* употребляйте в пищу горячие продукты, прошедшие тщательную тепловую обработку. Приготовленные пищевые продукты, оставленные в течение нескольких часов при комнатной температуре, без дополнительного разогревания могут стать источником инфекции.
* избегать питания с лотков, в не сертифицированных государством кафе и ресторанах
* при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот
* не употреблять в пищу лед, если не уверены в качестве воды, из которой он приготовлен
* не есть мороженое сомнительного происхождения
* пить пастеризованное молоко только после кипячения
* не употреблять в пищу сорта экзотических видов рыб и других даров моря особенно без термической обработки
* соблюдать элементарные правила личной гигиены (мыть руки после посещения туалета, перед едой и курением)

   В настоящее время для лиц, совершающих поездки, имеются две новые противохолерные вакцины, предоставляющие хорошую защиту на срок до трех лет. Тем не менее, ввиду того, что эти вакцины не дают стопроцентную защиту, необходимо всегда соблюдать основные гигиенические меры предосторожности.

**Отделение медицинской профилактики ГБУЗ АО «ГП № 2»**