

По повод усложнената обстановка във връзка с наводненията в област Враца, с цел предотвратяване възникването и разпространение на чревни инфекции, както и предотвратяване възникването на инфекции, разпространявани по воден път

се дават следните препоръки:

1. Да се използва бутилирана вода за пиене и приготвяне на храна и за измиване на плодове и зеленчуци. Съдовете за хранене по възможност да бъдат за еднократна употреба и да се спазва добра битова и лична хигиена. Препоръчително е за горепосочените цели временно да не се ползва водата, доставяна от водоснабдителната мрежа.

2. Водата от местните обществени чешми също не следва да се ползва за пиене и готвене, тъй като има голяма вероятност от замърсяване с нитрати, поради обилните валежи.

3. За предотвратяване възникването и разпространение на чревни инфекции е препоръчително и използването на дезинфекционни препарати за битова употреба - за дезинфекция на ръце, домашна посуда и санитарни възли:

– За дезинфекция на ръце могат да се използват всички дезинфектанти предназначени за хигиенна дезинфекция на ръце като: Живасепт, Дезинфект В, Идо-фор 5, Скинман скръб, Скинман софт, Софтаман, Спитадерм, Хми гел и други. Използват се като концентрат 3мл. за обтриване на ръцете в продължение на 30 секунди.

– За дезинфекция на посуда могат да се използват: Белина-100 мл в 5 литра вода, Хлорамин Б- 4супени лъжици в 5 литра вода, Тризон 50 мл в 5 литра вода на кисване за 5-15 минути, Сюрхлор Д 1-2 таблетки в 10 литра вода за 10 минути на кисване, Медикарин 1 таблетка в 10 литра вода за 5 минути, Хми – Трефа – 1% р-р за на кисване 30 минути, Хми-Профик 0,25% р-р за 1 час на кисване и др.

– За дезинфекция на санитарни възли могат да бъдат използвани дезинфектанти на хлорна основа като Белина, Медикарин Хлорамин Б; Изосан 1г/5литра вода за 30 минути; Санифорт 10гр на 1 литър вода за 30 минути, Хми-трефа 0,5% за 1 час и други

4. При възникване на оплаквания от стомашно-чревно разстройство и повръщане, гражданите следва да се обърнат към личния лекар. При по-тежките форми на заболяванията е необходимо провеждане на болнично лечение.

КАК ДА СЕ ПРЕДПАЗИМ ОТ СТОМАШНО-ЧРЕВНИ ИНФЕКЦИИ

Чревните инфекции са широко разпространени заболявания, които се наричат още *болести на лошата хигиена*. Това са заразни заболявания, които най-напред засягат и увреждат храносмилателния тракт. Протичат с голямо разнообразие на клиничната картина, но *най-характерните оплаквания са чревното разстройство, повръщането и високата температура*. При хепатит тип А, след тези общи симптоми се наблюдава: потъмняване на урината, изbledняване на изпражненията, пожълтяване на кожата и видимите лигавици. Лекото начало бързо може да прерасне в тежко заболяване, а самолечението да доведе до усложнения и до разпространение на заразата. Чревните заразни инфекции (*дизентерия, хранителни токсикоинфекции, различните видове ентероколити и др.*) могат да доведат до много сериозни последици за здравето

Заразяването става при попадане на инфекциозния възбудител през устата - *при приемане на заразени хранителни продукти и вода*. Тази група заболявания наброяват повече от 30. Най-безобидното от тях е т.нар. хранително отравяне, а най-опасните са холера, коремен тиф, ботулизъм и други. Причинителите са бактериите и техните токсини, а също и някои вируси. *Практически почти всички причинители на чревни инфекции са много устойчиви*. Те могат дълго време да съществуват в почвата, във водата и дори върху различни предмети. Чревните микроби предпочитат да живеят там, където е по-топло и влажно. Особено бързо се размножават във водата - особено през лятото. Най-честите причини за този вид заболявания са

- Лоша лична хигиена (Не измиване на ръце и хранителните продукти)
- неправилната кулинарна обработка на хранителните продукти
- както и консумация и ползване на съмнителна и заразна вода за питейни и битови нужди

Най-широко разпространените чревни инфекции са Ентероколитите, Ротавирусни гастроентерити, Салмонелозите, Колиентеритите, Вирусния хепатит-А, Бактериална дизентерия (*Шигелоза*) и др.. Например *салмонелите* са високо устойчиви, оцеляват продължително време във външна среда. Установено е, че издържат във вода 120 дни, а в месото - повече от година. *Рискът от консумиране на заразна храна е голям, тъй като тези микроорганизми не променят вкуса и миризмата на продуктите и наличието им не може да бъде разпознато*. Ето защо при приготвяне на храна е необходима термична обработка.

Освен голямата група на бактериалните стомашно-чревни инфекции, вирусния хепатит А и други токсикоинфекции от значение при бедствия свързани с наводнения е и заболяването лептоспироза. **Лептоспирозата** е инфекциозна болест, зооноза, от която боледуват обикновено гризачите, а също и човека, както и множество бозайници, птици и влечуги. Резервоар и източник на зараза са *диви и домашни животни, които заразяват водоизточници, почвата и хранителните продукти*. Предаването на инфекцията става *по хранителен и воден път, чрез замърсена вода и хранителни продукти, както и контактно-битов*. Най-често заразяването на човека се осъществява при контакти в канализационни системи, шахти и пр. където водата е контаминирана с лептоспири или при къпане в рекички, водоеми, блатата и др. чиято вода е също замърсена. Входна врата за лептоспирите и други токсикоинфекции лептоспирите са устата, увредената кожа и лигавиците, както и конюнктивите на очите.

Лептоспироза при човека -Заразяването става най – често при контакт с болно куче или при къпане и газене в застояла блатна вода, замърсена с урината на болни животни. Човекът боледува от две форми на лептоспирозата:

- едната протича тежко с жълтеница (*започва с висока температура, тръпки, болки в мускулатурата и главата, появява се жълтеница, черният дроб е уголемен и болезнен, явяват се кръвоизливи по кожата и сърбеж*)
- другата е без жълтеница и е известна като водна треска. (*Водната треска, или така наречената доброкачествена лептоспироза има същите признаци, но са слабо изразени и няма жълтеница, а оздравяването настъпва бързо, без да има последици за организма.*)

Профилактиката е избягване контакта и къпането в застояла вода през горещите летни месеци, както и пиенето на застояла блатно мочурлива вода.



СТОМАШНО - ЧРЕВНИТЕ ИНФЕКЦИИ ВЪЗНИКВАТ НАЙ-ЧЕСТО СЛЕД



- пиене на вода от съмнителни водоизточници
- консумация на не добре измити плодове и зеленчуци
- консумация на хранителни продукти, заразени с чревни микроби от мухи, хлебарки или гризачи;
- контакт със здрави заразноносителни;
- консумация на месо, яйца или мляко от болни животни и птици, непретинали
- достатъчна термична обработка (при салмонелозите);
- консумация на бързоразвалящи се храни, неправилно съхранявани (извън хладилник) и на такива с изтекъл срок на годност;



ЗА ДА СЕ ПРЕДПАЗИМ ОТ СТОМАШНО - ЧРЕВНИ ИНФЕКЦИИ Е НЕОБХОДИМО

- Да се измиват обилно с течаща вода плодовете и зеленчуците, при консумация в суров вид.
- Измиване на ръцете със сапун и с подходящи дезинфектанти преди приготвяне на храната, след всяко посещение на тоалетната и при всяко видимо замърсяване;
- Всички повърхности, които влизат в контакт с храните, в т. ч. и посудата, след всяка употреба следва да се почистват и измиват
- Използване на вода с добри качества и отговаряща на изискванията на за качества на водите, предназначени за питейно-битови нужди
- Стриктно спазване на условията и сроковете за съхранение на хранителните продукти и приготвената храна.
- Да се подлагат на добра термична обработка и съхраняват при хладилни условия хранителните продукти, особено тези от животински произход Да затварят плътни съдовете за смет и редовно се извозват отпадъците;
- Да не се използват замърсени водоеми за спорт, риболов, къпане и да не се пие вода от съмнителни водоизточници;