



Брюшной тиф

Брюшной тиф - **опасная для жизни кишечная инфекция**, вызываемая бактериями *Salmonella typhi*, с фекально-оральным механизмом передачи.

Для брюшного тифа характерно тяжелое течение: многодневный подъем температуры до 39-40°C, **язвенное поражение тонкой кишки**, увеличение печени, селезенки и лимфатических узлов.

В России в настоящее время отмечаются лишь единичные случаи брюшного тифа, связанные с заносом инфекции из неблагополучных по брюшному тифу стран.

Ежегодно в мире брюшным тифом заболевает от 11 до 20 млн человек, от 128 000 до 161 000 человек умирают. Высокая заболеваемость характерна для стран с жарким климатом, неудовлетворительным состоянием коммуникаций, низким уровнем культуры



По эпидемическим показаниям против брюшного тифа проводится вакцинация лиц, выезжающих в неблагополучные регионы, а также населения при угрозе возникновения вспышки заболевания

Брюшной тиф передается **водным, пищевым, контактно-бытовым путями** в следующих случаях:

- при употреблении инфицированной **воды** - как для питья, так и для купания;
- при употреблении в пищу **продуктов** питания, загрязненных бактериями;
- при личных контактах - через загрязненные **руки** и предметы обстановки в случае несоблюдения правил личной гигиены



Распространению инфекции способствуют **скудность и антисанитарные условия жизни**

Меры профилактики брюшного тифа

при посещении неблагополучных по брюшному тифу регионов:

- пейте только **кипяченую или бутилированную воду**;
- **не используйте лед** для охлаждения напитков, так как он может быть изготовлен из некачественной воды;
- мясо, рыбу, ракообразных и морепродукты употребляйте только после полноценной **термической обработки**;
- не употребляйте в пищу сырые продукты, в том числе мороженое, майонез, соусы, очищенные овощи и фрукты;
- **не купайтесь в водоемах с пресной водой** во избежание риска ее заглатывания.
- при наличии показаний проходите вакцинацию против брюшного тифа



Гепатит В

Вирусный гепатит В - инфекционное заболевание человека, **поражающее печень** и протекающее в острой или хронической форме.

Хроническое течение гепатита В может приводить к развитию **цирроза** и **гепатоцеллюлярной карциномы** (рак печени).

В России в 2022 году показатель заболеваемости хроническим гепатитом В составил 6,37 случаев на 100 тысяч населения.

По оценкам ВОЗ в мире около 300 миллионов человек живут с хроническим гепатитом В. Количество новых случаев ежегодно достигает 1,5 миллиона

Гепатит В передается через любые повреждения кожи и слизистых оболочек **при контакте с инфицированной кровью или биологическими жидкостями:**

- при незащищенном половом контакте с инфицированным человеком;
- при нарушении правил личной гигиены (использование общих маникюрных принадлежностей, бритв, зубных щеток);
- при совместном использовании шприцев и игл (у потребителей инъекционных наркотиков);
- при нанесении татуировок, проведении косметологических и медицинских процедур, маникюра и педикюра с нарушением санитарно-эпидемиологического режима;
- во время беременности и родов от инфицированной матери ребенку



Гепатита В - вакциноуправляемая инфекция

Вакцинации от гепатита В подлежат дети и ранее не привитые взрослые.

Полный курс вакцинации состоит из введения трех доз вакцины по схеме 0-1-6:

первая доза - начало вакцинации; вторая доза - через 1 месяц после первой;

третья доза - через 6 месяцев от начала вакцинации.

Меры профилактики гепатита В

- вакцинируйтесь;
- придерживайтесь принципов разумного поведения в личной жизни;
- маникюр, педикюр, татуаж, пирсинг, косметологические процедуры проводите в заведениях с надежной репутацией. Обязательно убедитесь в том, что в салоне все инструменты, в том числе одноразовые - стерильны;
- избегайте использования любых чужих колющих, режущих предметов, медицинских, маникюрных инструментов и средств личной гигиены (зубных щеток, бритвенных станков);
- регулярно проходите обследование на гепатит В



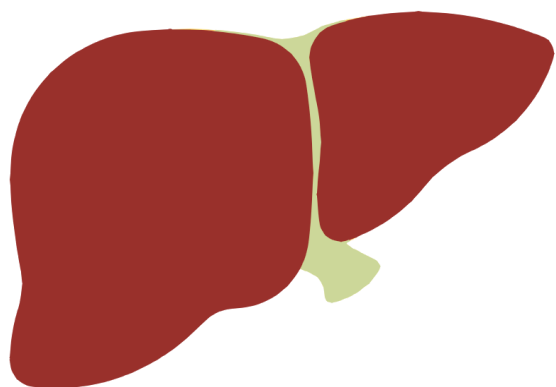
Гепатит А

Гепатит А - вирусное заболевание печени с фекально-оральным механизмом передачи, типичная "болезнь грязных рук".

Характерные симптомы: общее недомогание, утомляемость, анорексия, тошнота, рвота, иногда желтуха (темная моча, обесцвеченный стул, пожелтение склер и кожи).

Гепатит А может быть бессимптомным; при этом больной заразен для окружающих.

В России показатель заболеваемости гепатитом А в 2022 году составил 1,58 на 100 тысяч населения; объем затрат на борьбу с ним - более 400 млн рублей.



Гепатит А передается пищевым, водным и контактно-бытовым путями в следующих случаях:

- употребление загрязненных продуктов: плохо промытой зелени, овощей и фруктов;
- употребление для питья загрязненной воды;
- случайное заглатывание воды при купании в неполюженном для этого месте;
- при прямом контакте с больным человеком в случае несоблюдения правил личной гигиены

Гепатит А - вакциноуправляемая инфекция

Прививкам против гепатита А подлежат:

- лица, проживающие на территориях с высоким уровнем заболеваемости гепатитом А;
- медицинские работники, воспитатели и персонал детских дошкольных учреждений;
- работники сферы общественного питания;
- рабочие, обслуживающие водопроводные и канализационные сооружения;
- лица, выезжающие в неблагополучные по гепатиту А регионы и страны;
- лица, находившиеся в контакте с больными гепатитом А



Меры профилактики гепатита А

- тщательно мойте овощи и фрукты перед употреблением;
- мойте руки перед едой, после туалета, после прогулок;
- пейте только кипяченую или бутилированную воду;
- плавайте в разрешенных для этих целей водоемах, не заглатывайте воду при купании;
- избавьтесь от вредной привычки грызть ногти и карандаши;
- соблюдайте правила личной и общественной гигиены;
- при наличии показаний проходите вакцинацию против гепатита А



Грипп



Грипп - острая инфекционная болезнь с массовым распространением и высоким риском развития серьезных осложнений.

Пути передачи:

- преимущественно **воздушно-капельный** — при разговоре, кашле, чихании
- реже **контактно-бытовой** — через грязные руки, общие предметы обихода и гигиены, посуду.

Симптомы: резкое повышение температуры до 38-40°C, головная боль, слабость, боль в мышцах и суставах, насморк, кашель, першение в горле.

Грипп опасен своими осложнениями!

К ним относятся бронхит, пневмония, отит, синусит, миокардит, перикардит, менингит, энцефалит, обострения имеющихся хронических заболеваний

Вакцинация — лучшая защита от гриппа!

Вакцинация от гриппа проводится ежегодно всем группам населения, начиная с шестимесячного возраста и до глубокой старости.

Лучшее время для вакцинации - сентябрь, октябрь, ноябрь.



При появлении симптомов гриппа

- оставайтесь дома
- не занимайтесь самолечением
- обратитесь к врачу
- не контактируйте с другими людьми, чтобы не подвергать их риску инфицирования

Профилактика гриппа

- ежегодно прививайтесь от гриппа
- регулярно мойте руки с мылом или обрабатывайте их антисептиком
- не трогайте грязными руками лицо, особенно глаза, нос или рот
- соблюдайте социальную дистанцию 1,5 метра
- сведите к минимуму посещение мест массового скопления людей
- избегайте поездок в транспорте в часы пик
- используйте маски в общественных местах
- регулярно проводите влажную уборку и проветривание помещений
- регулярно обеззараживайте гаджеты

При обнаружении присосавшегося клеща

Если нет возможности немедленно обратиться за медицинской помощью, как можно быстрее удалите клеща самостоятельно.

Чем быстрее удалить клеща, тем меньше опасных возбудителей попадет в кровь.

Захватите клеща любым способом (например, ниткой, клещеворотом, ручкой-лассо), поверните его вокруг своей оси на 360° и аккуратно потяните вверх.

Поместите клеща в прозрачную плотно закрывающуюся емкость и доставьте в лабораторию для проведения исследования на наличие возбудителей инфекций.

С результатом анализа обратитесь к врачу.



Адреса лабораторий

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиенического образования населения» Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
г. Москва, 1-й Смоленский пер., д. 9, стр. 1
e-mail: cgon@cgon.ru;
тел.: 8 (499) 241 86 28



Как предотвратить присасывание клеща



<http://cgon.rospotrebnadzor.ru/>

<http://cgon.rospotrebnadzor.ru/>

Знайте места обитания клещей

- преимущественно хвойно-лиственные леса,
- парки и лесопарки,
- кладбища,
- дачные участки.

Клещи обитают в основном в траве, реже — на кустарниках.

Надевайте во время прогулки в парке или в лесу

- одежду светлых тонов,
- закрытую обувь,
- головной убор или капюшон.

Все элементы одежды (рукава, брюки и носки) должны плотно прилегать к телу и полностью его закрывать.



Обработывайте одежду

перед прогулкой обработайте одежду и обувь специальными средствами от клещей:

- акарицидными,
- репеллентными,
- акарицидно-репеллентными.

Перед использованием средства обязательно ознакомьтесь с инструкцией по применению!

НЕ стоит

- садиться и ложиться на траву в местах обитания клещей,
- приносить в дом букеты, собранные в лесу или на дачном участке,
- допускать разрастания травы на дачном участке.



Осматривайте себя и других

Во время прогулки

проводите само- и взаимоосмотры одежды, волос и открытых участков тела каждые 20 минут.

Примерно столько времени клещ ищет оптимальное место для присасывания.

Дома после прогулки

сняв одежду, осмотрите полностью тело, уделяя особое внимание пупку, паховым и подмышечным складкам, а также волосистой части головы и пространству за ушами.





Корь

очень заразная вирусная инфекция

Источник инфекции — больной человек, который становится заразным за несколько дней до появления симптомов.

Путь передачи - воздушно-капельный: вирус выделяется с каплями слюны во время чихания и кашля. Заражение возможно даже при кратковременном контакте.

Симптомы: температура до 40°, кашель, насморк, конъюнктивит, пятна Филатова-Коплика (белые пятна, окруженные каймой, на слизистой оболочке щек), сыпь.

Сыпь при кори появляется этапно:

- сначала на волосистой части головы, за ушами и лице,
- далее - на туловище, руках и бедрах,
- затем покрывает голени и стопы.

Осложнения кори: пневмония, коревой энцефалит, менингит, ларингиты, отит, менингоэнцефалит, слепота

Вакцинация - лучшая защита от кори!

Детей прививают по схеме:

V - в 12 месяцев

RV - в 6 лет

Вакцинация взрослым проводится в **2 этапа** с интервалом в **3 месяца**.

Взрослым, не привитым, не болевшим и привитым однократно, прививки против кори проводят до 35 лет, декретированным контингентам – до 55 лет.

Люди, не болевшие корью и не привитые против нее, могут заболеть в любом возрасте!



Экстренная вакцинация в очаге кори:

Проводится **независимо от возраста** всем контактным, кто не болел корью, не привит или не имеет сведений о прививках.

Проводится **в кратчайшие сроки** с момента выявления больного:

- **в течение 72 часов** - при близком контакте,
- **в течение 7 дней** - при отдаленном контакте.

Детям, не достигшим прививочного возраста, а также лицам с противопоказаниями к вакцинации, вводится иммуноглобулин человека нормальный не позднее 5-го дня от момента контакта.

Как защититься от сальмонеллеза

- мойте руки или используйте антисептики перед приготовлением и приемом пищи, а также после посещения туалета и улицы
- соблюдайте чистоту на кухне
- используйте для обработки сырых продуктов отдельные кухонные принадлежности
- покупайте мясные и молочные продукты в местах санкционированной торговли
- тщательно термически обрабатывайте сырые продукты: яйца, мясо животных и птиц
- не пейте сырое молоко
- готовую пищу храните в холодильнике
- купайтесь только в разрешенных для этих целей водоемах, не заглатывайте воду при нырянии
- избегайте питания в сомнительных заведениях

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиенического образования населения» Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
г. Москва, 1-й Смоленский пер., д. 9, стр. 1
e-mail: cgon@cgon.ru;
тел.: 8 (499) 241 86 28



Сальмонеллез



Сальмонеллез

инфекционное заболевание, общее для человека и животных, с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта

Распространенность

повсеместная

Возбудитель

бактерия рода *Salmonella*

Источник инфекции

- сельскохозяйственные животные
- больной человек или носитель

Наибольшую опасность сальмонеллез представляет для детей раннего возраста, пожилых людей и лиц с ослабленным иммунитетом

Как происходит заражение

- при употреблении в пищу продуктов (яйца, мясо животных и птиц), не прошедших достаточную термическую обработку
- при употреблении в пищу зараженных молочных продуктов
- при непосредственном контакте с больным или носителем
- через загрязненную воду открытых водоемов (во время купания или питья)

Какие симптомы

повышение температуры, озноб, повторная многократная рвота, диарея, боли в животе

После перенесенного сальмонеллеза может сформироваться бактерионосительство

Когда обращаться к врачу

- рвота не прекращается более 48 часов
- рвота с кровью
- стул с кровью
- появились симптомы обезвоживания: вялость, сухость кожи, отсутствие мочеиспускания

Если в семье кто-то заболел

- заболевшего изолировать
- выделить больному личную посуду и полотенце
- при уходе за больными соблюдать правила личной гигиены – мыть руки с мылом
- регулярно проводить влажную уборку и проветривать дом





Холера

Холера - **особо опасная инфекционная болезнь** с фекально-оральным механизмом передачи.

Характерный симптом - **обильная диарея с быстрым развитием обезвоживания**, которое может привести к смерти.

В 2022 году случаев холеры в России не зарегистрировано.



В мире ежегодно регистрируется до 4 млн случаев заболевания холерой и более 143 тысяч случаев смерти от холеры

По эпидемическим показаниям против холеры проводится вакцинация, лиц выезжающих в неблагополучные регионы, а также населения в случае осложнения эпидемиологической ситуации

Холера передается **водным, пищевым и контактными** путями в следующих случаях:

- при употреблении **загрязненной холерным вибрионом воды** из инфицированных колодцев, родников, озер, рек и других источников воды;
- при употреблении овощей, полив которых осуществлялся сточными или техническими водами, загрязненными возбудителем холеры;
- при употреблении **недостаточно термически обработанных** продуктов моря и рек (креветки, крабы, рыба и др.);
- при **непосредственном контакте** с больным человеком при **несоблюдении правил личной гигиены**

Меры профилактики холеры

- соблюдайте **правила личной гигиены**: мойте руки после посещения туалета, перед приготовлением и приемом пищи;
- пейте только **кипяченую или бутилированную воду**;
- **не используйте лед** из воды неизвестного происхождения для охлаждения напитков;
- тщательно **мойте** фрукты и овощи;
- рыбу, ракообразных и морепродукты употребляйте после полноценной **термической обработки**;
- купайтесь только в разрешенных водоемах, не заглатывайте воду при нырянии;
- при наличии показаний проходите вакцинацию против холеры



Энтеровирусная инфекция

Энтеровирусные инфекции - большая группа антропонозных инфекционных болезней, вызываемых энтеровирусами группы Коксаки, ЕСНО и другими энтеровирусами, которые характеризуются разнообразием клинической картины с поражением центральной нервной системы, мышц, слизистых оболочек глаз, верхних дыхательных путей, пищеварительного тракта и кожи.

Симптомы - сыпь на туловище, конечностях, на лице в области рта, расстройство пищеварения, лихорадка, головная боль.

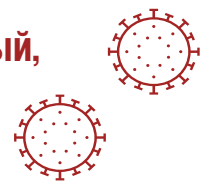
Показатель заболеваемости энтеровирусной инфекцией в России в 2022 году составил 7,59 на 100 тысяч населения, что на 5% выше предыдущего года

Самая опасная форма энтеровирусной инфекции — энтеровирусный менингит. Из всех случаев заболевания в 2022 году 12 % пришлось на эту форму заболевания



Дети болеют энтеровирусной инфекцией чаще и тяжелее, чем взрослые

Основные пути передачи — водный, пищевой и контактно-бытовой, дополнительный путь — воздушно-капельный



Инфицирование происходит

- при употреблении **воды**, плохо вымытых **овощей, фруктов, зелени и льда**, приготовленного из некачественной воды
- при купании в **открытых водоемах**
- через **грязные руки и объекты внешней среды**



Меры профилактики энтеровирусной инфекции

- мыть руки с мылом после посещения туалета, перед едой
- тщательно мыть фрукты и овощи
- пить только бутилированную или кипяченую воду
- избегать контактов с людьми с признаками инфекционных заболеваний, с сыпью, температурой, кашлем и другими симптомами
- купаться только на специально оборудованных пляжах или в бассейнах, в которых проводится обеззараживание и контроль качества воды
- защищать пищу от мух и других насекомых
- не использовать для охлаждения напитков лед, приготовленный из воды неизвестного качества
- не трогать грязными руками лицо, нос, глаза

