**Острая кишечная инфекция (ОКИ)**



Пожалуй, в мире нет более частых заболеваний, за исключением простуды, чем острые кишечные инфекции (ОКИ). Можно привести следующие цифры: в среднем, каждый десятый человек в течение года заболевает той или иной формой инфекции, а у детей кишечная инфекция встречается значительно чаще.

Кишечная инфекция – это острое инфекционное заболевание, которое проявляется поражением кишечника с синдромом интоксикации и лихорадкой, а также с возможностью развития обезвоживания и инфекционно-токсического шока. Наиболее чувствительны к таким заболеваниям дети и пожилые люди, а также люди со сниженным иммунитетом.

Наш организм имеет несколько уровней защиты:

* фермент лизоцим, который входит в состав слюны препятствует размножению бактерий в ротовой полости, пищеводе и глубине пищевого комка, попавшего в желудок;
* желудок, в котором вырабатывается соляная кислота и пепсин, который расщепляет белки. Почти все микробы не выдерживают длительного контакта с желудочным соком, но иногда он оказывается неэффективным;
* двенадцатиперстная кишка содержит секреторные иммуноглобулины, которые связывают многие бактериальные токсины и антигены, выступая как антитела;
* наконец, микрофлора, населяющая толстый кишечник, тоже «сопротивляется» нашествию патогенных возбудителей.

В том случае, если эти барьеры пройдены, то возникают симптомы кишечной инфекции.

Наиболее распространенными заболеваниями регистрируются вирусные диареи (норо- и рото), дизентерии, сальмонеллез, гепатит А.

Источник инфекции - больной, в организме которого возбудители размножаются и выделяются в окружающую среду.

Механизм заражения - фекально – оральный, который реализуется через попадание возбудителя из испражнений в продукты питания, воду или на предметы обихода. Некоторые возбудители ОКИ, такие как ротавирусы и энтеровирусы, могут попадать в организм воздушно – капельным путем.

Итак, острой кишечной инфекцией можно заразиться через:

* продукты питания. Чем больше продукт подходит как среда для размножения микробов, тем больший риск он несет. Поэтому «опасны» торты и кремы, молочные продукты, салаты, мясные изделия (паштеты), муссы. Классическим примером заражения сальмонеллезом служат яйца водоплавающих птиц, и немытые куриные яйца;
* предметы обихода (дверные ручки, игрушки);
* грязные руки;
* летом опасно может быть купание, и случайное заглатывание воды, особенно на теплом мелководье;
* особняком в этом списке стоит уход за больным подобным заболеванием.

Клиническая картина

* интоксикация (слабость, вялость, сонливость, ломота в теле, тошнота или рвота);
* лихорадка (ответ организма на антигены и токсины возбудителя: подъем температуры тела с ознобом или без него);
* поражение различных отделов желудочно-кишечного тракта (тошнота, рвота, боли в животе, жидкий стул).

Самостоятельное лечение категорически запрещено, необходимо обратиться к врачу!!!

Основы профилактики

Профилактикой многие люди пренебрегают, при этом она очень простая, и сводится к следующим мероприятиям:

* тщательно соблюдать правила гигиены, мыть руки с мылом;
* не купаться в запрещенных водоемах;
* пить только кипяченую воду;
* мыть фрукты и овощи только в проточной чистой воде;
* не употреблять сомнительных продуктов;
* следить за сроками годности продуктов и соблюдать условия их хранения;
* хранить все скоропортящиеся продукты только в холодильнике.

Профилактика острых кишечных инфекций у детей включает тщательный родительский контроль за местом игры, игрушками, их своевременной обработкой, мытьем рук. Важным является тщательность термической обработки продуктов при введении прикорма, а также соблюдение сроков годности при использовании искусственных смесей.