Острые кишечные инфекции – заболевания, которые вызываются большим числом микроорганизмов и характеризуются поражением желудочно-кишечного тракта.

К ним относятся **дизентерия**, **сальмонеллез**, **вирусный гепатит А**, **гастроэнтериты бактериальной и вирусной этиологии**
,
пищевые токсикоинфекции
.

Общим для всех кишечных инфекций является путь заражения: **возбудители проникают в организм человека через рот с инфицированной пищей, грязной водой, через грязные руки, предметы обихода, детские игрушки**

Основными проявлениями заболевания кишечными инфекциями являются: **повышение температуры**
,
наличие тошноты
,
рвоты
,
болей в области живота
.

Увеличение числа заболеваний происходит в летне-осенний период. Этому способствует активное размножение микроорганизмов, употребление немытых овощей и фруктов, присутствие мух – переносчиков инфекции.

Размножение и накопление возбудителей происходит из-за длительного хранения скоропортящихся продуктов (мясные, молочные) без холода.

Следует помнить, что большинство микроорганизмов погибает при температуре 60С в течение нескольких минут, при кипячении – мгновенно.

Меры профилактики:

- следите за чистотой рук, мойте их с мылом, приходя с улицы, после посещения туалета, перед приемом и приготовлением пищи;
- храните все скоропортящиеся продукты (мясные, молочные) в холодильнике, в упаковке;
- сырые продукты (не прошедшие термической обработки) храните отдельно от готовых, в отдельной таре, упаковке;
- не покупайте продукты, реализующиеся в неустановленных местах, у случайных лиц;
- перед приготовлением блюд тщательно мойте овощи, фрукты, мясо;
- тщательно мойте горячей водой разделочный инвентарь и посуду после разделки сырого мяса;
- используйте отдельный разделочный инвентарь для хлеба, готовых сырых продуктов;
- все продукты храните в местах, недоступных мухам;
- поддерживайте в жилище и на окружающей территории должную чистоту и порядок;
- яйца варите не менее 10 минут или тщательно прожаривайте.

Соблюдение этих несложных правил позволит Вам избежать возникновения острых кишечных заболеваний и распространения их среди окружающих, а также предотвратить тяжелые осложнения.