



## Памятка

### о мерах профилактики и дезинфекции в очаге энтеровирусной инфекции.

(Памятка для населения)

- **Какие кишечные инфекции нам известны?**

Список их достаточно широк. Это дизентерия, сальмонеллез, брюшной тиф, инфекции, вызываемые бактериями. Последнее время все чаще у заболевших обнаруживают вирусы, послужившие возбудителями болезни, в том числе и ротавирус, и энтеровирусы.

- **Как происходит заражение кишечными инфекциями?**

Источником инфекции, как правило, является больной человек или так называемый, носитель. У человека с крепкой иммунной системой болезненных симптомов может и не быть, тем не менее, заразное начало в его фекалиях обнаруживается, особенно опасно, если такой человек ухаживает за детьми, готовит пищу.

Основные пути передачи всех кишечных инфекций – водный, пищевой, контактно-бытовой (через загрязненные предметы), при вирусных ОКИ возможен воздушно-капельный путь передачи, особенно среди детей.

- **Как часто встречаются кишечные инфекции?**

Кишечные инфекции распространены по всему миру, так микробы и вирусы хорошо приспособлены к существованию в природных водоемах, почве, в пищевых продуктах, на предметах обихода. Их любимый сезон – теплое время года, но единичные случаи регистрируются круглый год.

- **Как проявляются кишечные инфекции?**

Основные проявления кишечных инфекций: повышение температуры, тошнота, рвота, расстройства стула. Вирусная инфекция может протекать с признаками схожими с ОРВИ.

**Вирусы, преодолевая защитные барьеры центральной нервной системы, могут вызывать воспаление оболочек головного мозга – менингиты.**

Тяжелые случаи кишечных инфекций чаще всего регистрируются у детей, лиц пожилого возраста, а также у людей с нарушением иммунитета.

- **Что делать, если вы или ваши близкие заболели?**

В случае «острого» начала развития болезни: повышение температуры, боль в животе, головная боль, тошнота, рвота, расстройство стула, нужно быстро обратиться к врачу.

- **Как избежать заболевания?**

- Для питья использовать только качественную воду, если нет уверенности в качестве, обязательно ее прокипятите.

- Овощи, фрукты, ягоды употреблять в пищу только после того, как вы их тщательно вымоете и обдадите кипятком.

- Строго соблюдайте чистоту при приготовлении пищи, не нарушайте условий и сроки хранения продуктов.

- Правила личной гигиены должны соблюдаться неукоснительно. Руки должны быть тщательно вымыты с мылом перед каждым приемом пищи, после каждого посещения туалета, после возвращения домой с работы, прогулки, посещения общественных мест.

Одним из важнейших направлений профилактики энтеровирусной инфекции является дезинфекция, т.е. уничтожение вируса в окружающей среде (посуда, предметы обихода, поверхности стен и пола, санитарно-технические устройства – унитазы, горшки и другие).

Дезинфекция в домашнем очаге проводится членами семьи, после проведения медицинскими работниками инструктажа.

Текущая дезинфекция считается своевременно организованной, если Вы начинаете выполнять ее не позднее, чем через 3 часа с момента выявления больного.

Посуду больного дезинфицируют кипячением в 2% растворе пищевой соды в течение 30 мин. или путем погружения в дезинфицирующий раствор с последующим мытьем и высушиванием.

В очагах на дому целесообразно применять для дезинфекции, следующие дезинфицирующие средства согласно инструкции:

Хлормисепт в таблетках – 2 таб.на 10л воды (для пола, поверхностей) ,для ванны, унитаза-4 таблетки на 10литров воды)

Део-хлор (1 таблетка на 10 литров воды);

Лизарин - (20мл. на 1 литр воды).

**Помните, что заболевание легче предупредить,  
соблюдая элементарные меры профилактики, чем лечить!**





**Уважаемые родители (законные представители)!**

**Корь - это острое инфекционное высококонтагиозное вирусное заболевание**, которое характеризуется общей интоксикацией, высокой температурой, поражением слизистых оболочек глаз, дыхательных путей и сопровождается сыпью. Вирус кори передается здоровому человеку от больного воздушно-капельным путем при чихании, кашле, разговоре и даже дыхании. Особенно опасна корь развитием осложнений. У детей наиболее частые осложнения отмечаются со стороны дыхательных органов - пневмонии, поражение головного мозга и его оболочек, которое проявляется в виде менингита, энцефалита. При развитии коревого энцефалита отмечаются смертельные исходы.

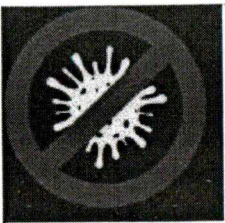
**Единственной мерой профилактики этой инфекции является вакцинация**, которая проводится во всех странах мира с использованием живых вакцин, содержащих ослабленный вирус кори. В плановом порядке, т.е. в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок Российской Федерации, прививки против кори проводятся двукратно: детям в возрасте 12 месяцев (вакцинация) и в 6 лет (ревакцинация). По эпидемическим показаниям контактные лица в очагах кори не болевшие, не привитые и привитые однократно, а также не имеющие сведений о профилактических прививках против кори прививаются без ограничения возраста.

**В соответствии с п.2743 СанПиН 3.3686-21 от 28.01.2021 "Санитарно-эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней" гл. XXXV при выявлении очага инфекции в дошкольных образовательных организациях и общеобразовательных организациях, а также в организациях с круглосуточным пребыванием детей и взрослых с момента выявления первого больного до 21 дня с момента выявления последнего заболевшего в коллектив не принимаются лица, не болевшие корью, краснухой или эпидемическим паротитом и не привитые против этих инфекций или привитые до 21 календарного дня.**

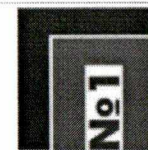
С целью защиты от данного инфекционного заболевания, Вам рекомендуется привить своего ребенка против кори. Вакцинация может быть проведена в медицинском кабинете образовательного учреждения, которое посещает Ваш ребенок, или в поликлинике по месту жительства.

**Помните, что заболевание легче предупредить, чем лечить!**





# ГРИПП – СИМПТОМЫ И ПРОФИЛАКТИКА



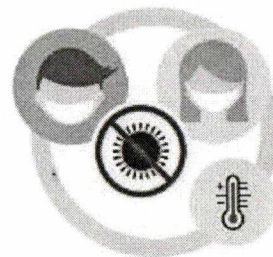
бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
«Сургутская городская клиническая поликлиника № 1»

Грипп – это инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус

**СИМПТОМЫ ГРИППА:** жар, озноб, усталость, головная боль, насморк или заложенность носа, кашель (боль или першение в горле), боль в мышцах и суставах

## ВАЖНО!

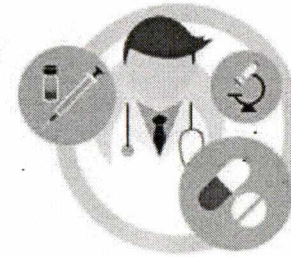
- Самолечение при гриппе недопустимо. Поставить диагноз и назначить необходимое лечение должен врач
- При температуре 38-39 градусов вызовите врача на дом
- Крайне опасно переносить грипп на ногах – это может привести к тяжелым осложнениям



**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ  
И БЛИЗКИХ**



**ЧАЩЕ МОЙТЕ  
РУКИ**



**НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ  
САМОЛЕЧЕНИЕМ!**

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ:

- Оставайтесь дома
- Соблюдайте постельный режим
- Выполняйте все рекомендации лечащего врача
- При кашле или чихании прикрывайте нос и рот платком
- Принимайте лекарства вовремя
- Пейте как можно больше жидкости (горячий чай, клюквенный или брусничные морсы, щелочные минеральные воды)

## КАК СНИЗИТЬ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

- По возможности изолируйте больного в отдельной комнате
- Регулярно проветривайте помещение, где находится больной
- При уходе за больным используйте маску

## КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА

- Наиболее эффективное средство защиты от гриппа – своевременная вакцинация\*
- Полноценно питайтесь, ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь и занимайтесь физкультурой
- Мойте руки
- Промывайте нос
- Регулярно делайте влажную уборку помещений
- Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении
- Используйте маски в общественных местах и в транспорте
- По возможности избегайте мест массового скопления людей
- Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания (кашель, чихание)

- В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе — начинайте приём противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).

*\* Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта. Вакцинация должна проводиться за 2-3 недели до начала роста заболеваемости.*





## ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ ИЛИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?



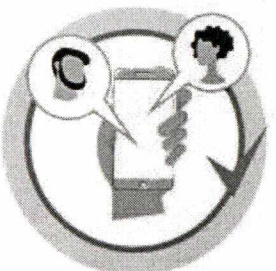
бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
«Сургутская городская клиническая поликлиника № 1»



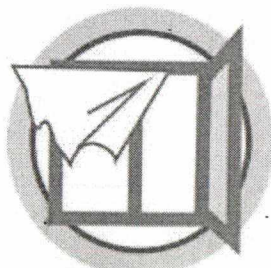
1. Вызовите врача.



2. Выделите больному отдельную комнату. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.



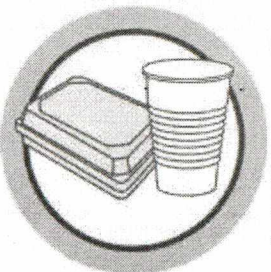
3. Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.



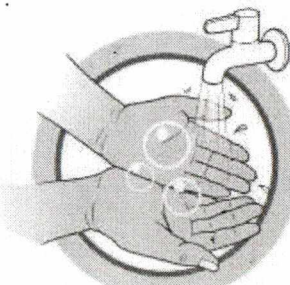
4. Часто проветривайте помещение, лучше всего каждые два часа.



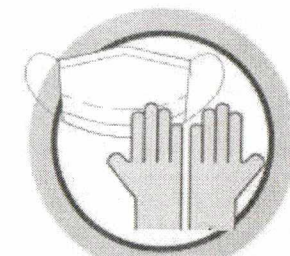
5. Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.



6. Выделите больному отдельную посуду для приема пищи. После использования ее необходимо дезинфицировать. Больной должен питаться отдельно от других членов семьи.



7. Часто мойте руки с мылом, особенно до и после ухода за больным.



8. Ухаживая за больным обязательно используйте маски и перчатки, дезинфицирующие средства.



9. Ухаживать за больным должен только один член семьи.

10. В комнате больного используйте дезинфицирующие средства, протирайте поверхности не реже 2 раз в день.

**НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!**

**ТОЛЬКО ВРАЧ МОЖЕТ ПОСТАВИТЬ ДИАГНОЗ, НАЗНАЧИТЬ ОБСЛЕДОВАНИЕ  
И КОМПЬЮТЕРНУЮ ТОМОГРАФИЮ ЛЕГКИХ!**

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ  
БЛИЗКИХ!**

Подробнее на [www.rospotrebnadzor.ru](http://www.rospotrebnadzor.ru)