

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ХОЛЕРЕ?



Холера - опасная инфекционная болезнь с выраженным поражением желудочно-кишечного тракта, возбудитель которой холерный вибрион (*Vibrio cholerae*).

Холера может передаваться несколькими путями:

- водным - при использовании загрязненной воды открытых источников или заглатывании воды во время купания в водоеме.
- пищевым - при употреблении продуктов, контаминированных холерным вибрионом
- контактно-бытовым - при контакте с предметами быта больного холерой, при несоблюдении правил личной гигиены, при работе на открытых водоемах, канализационных и водопроводных сооружениях.

С момента заражения до появления первых симптомов может проходить от 2-10 часов до 5 суток.

Основные симптомы холеры – это диарея (зловонный стул по типу «рисового отвара»), постоянная рвота, цианоз, мучительная жажда, головная боль, слабость, мышечные судороги.

Симптомы могут варьировать в зависимости от формы заболевания: легкой, средней или тяжелой.

При появлении симптомов, позволяющих заподозрить холеру, необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью и не заниматься самолечением.

Как защититься от заражения холерой, необходимо знать, в первую очередь гражданам, совершающим туристические поездки в страны, где регистрируется холера.

В нашей стране Роспотребнадзор ведет постоянную работу по недопущению завоза холеры, предпринимаются все необходимые меры предотвращения ее возможного распространения на территории России.

В целях профилактики заболевания холерой рекомендуется выполнять следующие правила:

- соблюдать правила личной гигиены: мыть руки после посещения туалета, перед приготовлением и приемом пищи;
- пить гарантированно безопасную воду и напитки: кипяченую или бутилированную воду;
- тщательно мыть фрукты и овощи;
- проводить тщательную термическую обработку сырых продуктов;
- В поездках уделять внимание безопасности воды и пищевых продуктов: избегать питания в небезопасных местах, не добавлять лед в напитки, если нет информации о качестве воды, из которой он приготовлен;
- Купаться только в разрешенных для этих целей водоемах;
- При купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!