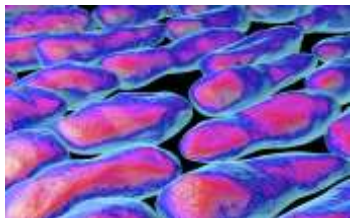


Ботулизм. Что это такое?

Ботулизм — это отравление ботулотоксином, накопившимся в пищевых продуктах; характеризуется поражением нервной системы.

От чего это бывает?



Возбудитель этой инфекции — микроб, относящийся к клостридиям. Постоянное место пребывания клостридий ботулизма — почва и придонный ил водоемов, где они могут сохраняться долгие годы. Все пищевые продукты, загрязненные почвой или содержимым кишечника животных, птиц, рыб могут содержать споры или вегетативные формы возбудителей ботулизма.

Без доступа воздуха (в консервированных продуктах или плотных таких как балык, вяленая рыба) споры клостридий ботулизма прорастают и начинают вырабатывать ботулотоксин — сильнейший из известных ядов. Он в 375 000 раз сильнее яда гремучей змеи.

Причиной ботулизма являются вяленая или копченая рыба, консервированные грибы и овощи домашнего приготовления, так как в домашних условиях невозможно провести термическую обработку необходимую для полного уничтожения клостридий ботулизма. В одной и той же банке ботулотоксин накапливается гнёздами — зараженные участки рассеяны по всему содержимому банки. не все люди, употреблявшие консервированные продукты из одной банки, заболевают. Причем присутствие ботулотоксина в продуктах не изменяет их органолептических свойств — вкуса, запаха.



Поэтому и той же пищевых цвета и

Что происходит?

Болезнь развивается очень быстро — в течение 2-48 часов, в зависимости от дозы токсина попавшего в организм. Первые симптомы: слабость, головная боль, тошнота, рвота, иногда понос, боль в животе. Затем появляются нарушения остроты зрения - туман в глазах, плохое различение близлежащих предметов, двоение в глазах, косоглазие, присоединяется нарушение речи, сухость во рту, нарушение глотания, изменения голоса. Температура нормальная или слегка повышена, сознание сохранено. При первых же симптомах подобного рода необходимо срочно вызвать скорую помощь и направить больного в больницу. Без лечения у больного наступает смерть.

В силу национальной специфики, в России, где домашние заготовки обычно используются в качестве закуски к крепким спиртным напиткам, на начальном этапе симптомы ботулизма можно принять за признаки тяжёлого алкогольного опьянения. Этот фактор значительно усложняет своевременное выявление заболевания.

Как предупредить ботулизм?

- не покупайте в местах несанкционированной торговли, на рынках у неустановленных лиц консервированную продукцию, вяленую и копченую рыбу домашнего приготовления;
- не употребляйте в пищу недоброкачественные пищевые продукты, в том числе консервированные в домашних условиях и имеющие признаки порчи;
 - не экспериментируйте в засолке и вялении рыбы — это очень опасно;
 - своевременно обращайтесь за медицинской помощью, не занимайтесь самолечением и будьте здоровы.



ВНИМАНИЕ - КЛЕЩИ!!!!!!

Предупредить заболевания, передающиеся клещами, Крымскую геморрагическую лихорадку, туляремию, клещевой боррелиоз (болезнь Лайма) и др. возможно, соблюдая несложные меры индивидуальной защиты от клещей:

****при уходе за животными, посещении зараженных клещами участков местности, использовать одежду с манжетами на резинке, брюки заправлять в носки, на нижнюю часть брюк и обувь нанести отпугивающие средства (Дета, Галл, РЭТ, Бибан и др.);***

**** проводить само- и взаимоосмотры, особенно детей, а также животных (собак, кошек) после возвращения с прогулок на природе;***

**** для снятия клещей с домашних животных обращаться к ветеринарным специалистам;***

**** если же Вы решили сами снять клещей с животных, нужно надеть резиновые перчатки, не раздавливать и не бросать на пол снятых клещей, а поместить их в баночку с керосином или мыльным раствором;***

**** не приносить в жилое помещение полевые цветы, пойманных ежей и др. животных, т.к. на них могут быть клещи;***

**** отдых нужно устраивать на открытых местах, без кустарника и сухой травы, причем только после контрольного медленного поглаживания по растительности полотенцем, при обнаружении клещей, выбрать другое место отдыха.***



ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПРИСОСАВШИХСЯ КЛЕЩЕЙ НЕОБХОДИМО НЕМЕДЛЕННО ОБРАТИТЬСЯ В МЕДИЦИНСКОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ.

В случае необходимости самим снимать клещей: нужно осторожно, в медицинских перчатках, чтобы не раздавить и не оторвать хоботок клеща, вращать клеща вправо- влево, вытаскивать его, ранку обработать йодом. Клещей поместить в закрытый флакон и обязательно доставить в зооэпидемиологическое отделение по адресу: ул. 7я Линия, д. 67, каб. 301 тел. 275-74-18 для определения видовой принадлежности и исследования с учетом возможного содержания в нем опасных инфекционных болезней.

В течение 14 дней после укуса клеща необходимо следить за состоянием здоровья ребенка или взрослого, при первых признаках недомогания обращаться в лечебную организацию.

Сделай вклад в здоровое будущее – вакцинируйся!

В 2019 году с 24 по 30 апреля пройдет ежегодная акция: **Европейская неделя иммунизации**, организуемая по инициативе **Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ)**. Она будет проходить под девизом **«Защитимся вместе: вакцины работают!»**, посвящена **Героям вакцинации** – людям, которые вносят огромный вклад в работу по обеспечению защиты жизней людей с помощью вакцинации. **Герои вакцинации** – это и работники здравоохранения, делающие прививки, и родители, приводящие своих детей на вакцинацию, и все люди, которые интересуются этим вопросом и распространяют научно обоснованную информацию для повышения осведомленности других людей.



Иммунизация всемирно признана одной из самых успешных и эффективных мер по предотвращению заболеваний, сохранению жизни и здоровья людей. За прошедшие годы благодаря профилактическим прививкам достигнуты **грандиозные успехи в борьбе с инфекционными заболеваниями: на планете ликвидирована натуральная оспа** – инфекция, от которой в средние века вымирало население городов и целых стран. Был достигнут коллективный иммунитет планетарного масштаба, в связи с проведением вакцинации населения всего Земного шара. В настоящее время проводятся мероприятия по выполнению **Глобальной Программы ВОЗ по ликвидации полиомиелита**, большинство государств на Земле имеют **сертификат Всемирной организации здравоохранения как территорий, свободных от полиомиелита.**

Однако, несмотря на эти успехи в работе по достижению коллективного иммунитета по ряду болезней, включая корь, краснуху, дифтерию, отмечается отставание, и за последние два года в мире произошло несколько вспышек кори, дифтерии и ряда других болезней, предупреждаемых с помощью вакцин. Большинство детей, не охваченных прививками, **проживают в наиболее бедных, неблагополучных и затронутых конфликтами районах.** Участвовавшие в последние годы миграционные процессы среди населения из этих районов дают распространение инфекций по всему миру, в частности, неблагополучная эпидемиологическая ситуация по заболеваемости корью складывается в отдельных странах Европы (Украина, Румыния, Италия, Германия, Франция, Бельгия и т.п.), что не исключает риск завоза данной инфекции на территорию нашей страны.

Количество инфекционных болезней, от которых **можно получить прививку в РФ достигло 12**, это - туберкулез, полиомиелит, вирусный гепатит В, коклюш, столбняк, дифтерия, корь, эпидемический паротит, краснуха, гемофильная инфекция, пневмококковая инфекция и грипп. Все они включены в **Национальный календарь профилактических прививок.** Данные инфекционные заболевания **приводят к серьезным осложнениям и инвалидизации**, могут закончиться смертью заболевшего и при этом либо не имеют специфического лечения, либо лечение их сложное и длительное.

Так например, **заболевание корью** у не привитых может привести к слепоте, энцефалиту, тяжелой диарее, поражению надпочечников, пневмонии; **эпидемический паротит** может осложниться орхитом (заболевание мочеполовой системы у мужчин) с последующим бесплодием у мужчин, панкреатитом; **полиомиелит** приводит к параличам и последующей инвалидизации. **Заболевание краснухой** осложняется энцефалитом, тромбоцитопенической пурпурой. Наиболее грозное осложнение заболевания краснухой – **синдром врожденной краснухи**, который сопровождается врожденными пороками сердца, слепотой, глухотой, микроцефалией (значительное уменьшение размеров черепа). Для детей первых лет жизни, **не привитых против туберкулеза**, инфицирование возбудителем этого заболевания приводит к быстрому развитию генерализованного туберкулеза с высокой смертностью. **Инфицирование вирусом гепатита В** приводит к развитию цирроза и рака печени.



Право на защиту от болезней, которые можно предупредить – это право каждого человека, в том числе ребенка. Государство гарантирует доступность для граждан профилактических прививок,

бесплатное их проведение в организациях государственной и муниципальной систем здравоохранения, обеспечение современного уровня производства вакцин. Все применяемые в Российской Федерации вакцины проходят **обязательный контроль качества в установленном порядке.**

Прививка включает все механизмы защиты, предохраняющие организм от болезнетворного действия микробов и вирусов, организм становится невосприимчивым к болезни, против которой привит. **Широкий охват прививками создает коллективный иммунитет,** который обеспечивает невосприимчивость к инфекционным заболеваниям или легкое течение заболеваний без осложнений.

Вместе с тем, некоторые дети остаются не привитыми в связи с **необоснованными медицинскими отводами** от вакцинации или в связи с **решением родителей, обусловленными религиозными или иными убеждениями.** Не имеет прививок, предусмотренных Национальным календарем, **определенная часть детей из семей беженцев и мигрантов, кочующих групп населения,** что приводит к накоплению среди населения, когорты лиц, восприимчивых к инфекционным болезням, прививки от которых включены в Национальный календарь профилактических прививок.

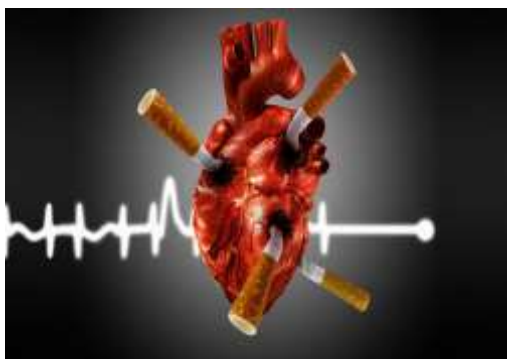
Как только прекращается иммунизация или снижается объем популяционного иммунитета, происходит **активизация длительно не регистрировавшихся или регистрировавшихся на низком (спорадическом) уровне инфекций.** Причины, которые привели к снижению охватов иммунизации, как правило, различны, но результат один – **подъем заболеваемости, перерастающий в ряде случаев в эпидемии.** Примером тому служит **ситуация по заболеваемости корью в странах Европы,** которая по данным ВОЗ, за последние 10 лет достигла **исторического максимума.** На сегодняшний день из-за активной мобильности и миграционных процессов населения в целях создания устойчивого коллективного иммунитета к кори на территории Российской Федерации с **01.04.2019г. по 01.10.2019г. проводятся мероприятия по подчищающей (дополнительной) иммунизации** среди детей и взрослых.

Меры профилактики успешны при обязательном условии: каждый из нас должен осознать свою роль в противостоянии инфекциям. **Помните:** прививая себя и своих детей, Вы будете защищены от инфекционных заболеваний и тяжелых осложнений, связанных с ними. **Отказываясь от вакцинации, Вы рискуете здоровьем и жизнью своей семьи!**

Филиал ФБУЗ «ЦГиЭ в РО»
в г. Ростове-на-Дону.

ПАМЯТКА

Жить или курить - выбирайте сами!



По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) курение табака является одной из самых значительных угроз для здоровья человека, нанося комплексный вред основным системам организма - сердечно-сосудистой, пищеварительной, дыхательной. Приводит к развитию онкологических и других заболеваний.

Главным губительным для организма веществом в табачном дыме является **никотин.** При систематическом поглощении небольших доз именно он формирует привычку, **вызывает психическую и физическую зависимости.** При вдыхании уже через 5-7 минут обнаруживается в мозге и воздействует подобно наркотическому веществу. В легких человека с никотиновой зависимостью оседают и накапливаются смолы, способствующие развитию **заболеваний дыхательной системы.** Регулярное заглывание слюны с продуктами распада никотина способствует развитию **заболеваний полости рта, пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки.** Вызывает такие заболевания как артериальная гипертония, атеросклероз, аритмия, ишемическая болезнь сердца, гингивит, стоматит и т.д.

Подростковое курение особенно опасно, так как отрицательно сказывается на формировании и развитии молодого организма. Пагубная привычка у юных курильщиков приводит к таким последствиям как: **ухудшению остроты зрения, истощению нервных клеток, отрицательному воздействию на кожные покровы**, проявляющиеся появлением угрей, себореи, изменению оттенка кожи, задержке роста, пародонтозу, желтизне зубов, кариесу и т.д.

Помимо **табака**, существенную проблему в современном мире представляют **электронные системы доставки никотина (ЭСДН)** или продуктов, не являющихся никотином - «вейпинг», получивших наибольшую популярность среди подростков и лиц молодого возраста. Согласно информации представленной ЭСДН или **электронные сигареты**, продуцируют аэрозоль путем нагревания раствора, который вдыхает пользователь. Основными компонентами раствора, помимо никотина, являются **пропиленгликоль с глицерином и ароматизаторы**, которые, отнюдь, не безвредны, а при нагревании раствора усиливают отрицательное воздействие. Кроме того, чтобы достигнуть насыщения никотином, пользователи вынуждены совершать глубокие вдохи и удлинять время воздействия, что приводит к усилению негативного влияния на растущий организм.



ВОЗ,



Пассивное курение табака оказывает такое же отрицательное влияние на организм некурящего человека, как и на организм курильщика. Дым от сигарет действует на окружающих на расстоянии до 10 метров. Если табачным дымом дышит ребёнок, он получает гораздо больше опасных веществ, чем взрослый.

Необходимо оградить детей и подростков, беременных женщин и женщин репродуктивного возраста от использования ЭСДН и табачных изделий, т. к. воздействие никотина на плод, а также на организм подростка имеет долгосрочные потенциальные последствия для развития мозга. Курение является одной из наиболее распространенных и массовых в мировом масштабе привычек, наносящих вред, как здоровью отдельного человека, так и обществу в целом. Курить или нет - выбор за тобой!

Филиал ФБУЗ «ЦГ и Э в РО»
в г. Ростове-на-Дону

Памятка

Защитите себя от кишечных инфекций и пищевых отравлений!

Центр гигиены и эпидемиологии в связи с сезонным ростом заболеваемости острыми кишечными инфекциями обращается ко всем гражданам города и призывает усилить меры личной профилактики.

Чтобы не заболеть – строго соблюдайте правила личной гигиены, прививайте навыки личной гигиены детям, ведь не зря говорят – кишечные инфекции – это болезни грязных рук;



- тщательно мойте сырые овощи и фрукты, правильно храните продукты;
- используйте воду гарантированного качества, бутилированную или свежее - кипяченую;



и

- приобретая пищевые продукты, обратите внимание на их качество, сроки годности, правильно соблюдайте условия их хранения.

Кроме того, вяленая рыба, купленная у случайных лиц, консервы домашнего приготовления – могут стать причиной опасного пищевого отравления - ботулизма;

- сбор и употребление в пищу дикорастущих грибов может привести к тяжелому отравлению.

Соблюдение элементарных гигиенических правил питания позволит Вам избежать инфекционных и других заболеваний.

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Ростовской области» и городе Ростове-на-Дону

Как защитить себя и своих близких от заражения острыми кишечными инфекциями.



Скоро долгожданное лето, период овощей, фруктов, ягод, отдыха, туризма, купания в открытых водоемах. **Важно помнить**, что именно в летний период создаются благоприятные условия для жизнедеятельности микробов.

Лето ежегодно является периодом сезонного подъема заболеваемости острыми кишечными инфекциями (ОКИ), к которым также относятся брюшной тиф, паратифы, дизентерия, сальмонеллез, вирусный гепатит А, холера, эшерихиозы, ротавирусная и энтеровирусная инфекции и другие.

Источником кишечных инфекций является больной человек или бактерионоситель. Особенно опасны бактерионосители, а также больные легкой или стертой формами заболевания. **Выделение возбудителя** из организма больного происходит с калом, мочой, рвотными массами. **Проникновение возбудителя** в организм человека происходит, в основном, через рот с зараженной пищей и водой, у маленьких детей – через грязные руки, игрушки. Микробы долго сохраняют свою жизнеспособность: на грязных руках – несколько часов; на белье, игрушках и предметах домашнего обихода – несколько дней.

Возбудители острых кишечных инфекций быстро размножаются на пищевых продуктах. Загрязнение пищевых продуктов происходит во время кулинарной обработки продуктов немытыми руками, при нарушении условий и сроков хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, при транспортировке пищевых продуктов, при их неправильной термической обработке. Кроме того, **мухи, тараканы и грызуны** переносят на своих лапках микробы кишечных инфекций и загрязняют пищевые продукты.

Возбудители кишечных инфекций прекрасно чувствуют себя в воде. В теплый период времени их жизнедеятельность



активизируется и **вода открытых водоемов становится опасной**. При купании и особенно нырянии грязная вода попадает в рот человека, заглатывается, что может привести к заражению.

Восприимчивость к острым кишечным инфекциям высокая. Наиболее восприимчивы дети, особенно раннего возраста – от 1 года до 7ми лет, пожилые люди, лица с ослабленной иммунной системой. **Основными симптомами** острых кишечных заболеваний являются слабость, боль в области живота, тошнота, рвота, повышение температуры, жидкий стул. **Среди ОКИ наиболее тяжело протекают брюшной тиф и холера.**

Заболевание холерой начинается с частого жидкого стула, затем присоединяются мучительные приступы рвоты. Больной теряет в течение 1,5 – 2 суток до 30-40 литров жидкости. Возникает обезвоживание организма, которое без срочного специфического лечения может привести к смерти.

Для защиты себя и своих детей от заражения острыми кишечными инфекциями необходимо выполнять следующие **10 «золотых правил»:**



* **Строго соблюдайте правила личной гигиены и прививайте их детям,** мойте руки перед едой, после посещения туалета, после возвращения с улицы, перед приготовлением пищи, во время ее приготовления.

* Не покупайте продукты в местах несанкционированной торговли, в торговых местах при отсутствии холодильного оборудования.

*Приобретайте и употребляйте доброкачественные продукты. Не используйте продукты с истекшим сроком

годности.

*Не запасайтесь скоропортящимися продуктами и не готовьте пищу впрок; не храните приготовленную пищу при комнатной температуре, после остывания немедленно убирайте ее в холодильник.

* Не допускайте контакта готовых и сырых пищевых продуктов. Используйте разные разделочные доски и ножи для приготовления сырой и вареной пищи.

* Содержите кухню в чистоте, боритесь с мухами, тараканами – переносчиками инфекционных заболеваний.

*Употребляйте только доброкачественную свежеекипяченую или бутилированную воду.

Не используйте воду из рек, прудов, других открытых водоемов для питья, мытья овощей, фруктов, посуды.

*Ягоды, фрукты, овощи, зелень обильно и тщательно промывайте перед едой доброкачественной водой.

*При купании в водоемах, бассейнах не заглатывайте воду.

*При первых признаках заболевания обращайтесь к врачу, не занимайтесь самолечением.



Выполнение этих простых правил поможет избежать заражения острыми кишечными инфекциями и сохранит здоровье Вам и Вашим детям.

Филиал ФБУЗ «ЦГиЭ в РО»
в городе Ростове-на-Дону.

Клещей нужно бояться!!!

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Ростовской области» в г. Ростове-на-Дону предупреждает ростовчан об опасности укуса клещами, переносчиками тяжелых инфекционных заболеваний, при выезде на природу (рощи, лесополосы, садовые участки) в теплое время года – период сезонной активности клещей. Естественными прокормителями клещей являются дикие мелкие млекопитающие (грызуны, птицы, ежи, зайцы и др.) и домашние животные (коровы, козы, овцы, лошади, собаки). Человек не является основным прокормителем клещей, но, вторгаясь в места обитания клещей, подвергается их нападению.



На территории Ростовской области встречается 6 видов иксодовых клещей, питающихся кровью, в том числе и человека. Являясь в природе резервуаром возбудителей природно-очаговых инфекций, клещи способны передавать клещевой боррелиоз (болезнь Лайма), Крымскую геморрагическую лихорадку, туляремию, лихорадку КУ и другие инфекции.



Наиболее опасным заболеванием в нашем регионе является Крымская геморрагическая лихорадка, которая отличается тяжелым течением и высокой смертностью. Заболевание чаще регистрируется у людей, связанных с сельскохозяйственной деятельностью (фермерство).

Клещи или подстерегают добычу на растительности, или активно ее ищут, реагируя на прокормителя с расстояния до 5 м. Нападают клещи на человека при уходе за домашними животными, отдыхе на природе.

Первый пик активности клещей и увеличение их численности отмечается с апреля по июнь, второй - с конца августа до ноября. Суточная активность клещей зависит от температуры воздуха и влажности. В сухое жаркое лето клещи активны утром и вечером, в пасмурные дни пик их активности приходится на середину дня.

При укусе клещ вводит в организм человека слюну, содержащую возбудителя инфекции, не сразу, заражение происходит через 2-3 часа после укуса. В связи с этим обстоятельством, само- и взаимоосмотры на наличие клещей необходимо проводить как можно чаще.



Предупредить заболевания, передающиеся клещами: Крымскую геморрагическую лихорадку, туляремию, клещевой боррелиоз (болезнь Лайма) и др. возможно, соблюдая несложные меры индивидуальной защиты от клещей:

ОТДЫХ НУЖНО УСТРАИВАТЬ НА ОТКРЫТЫХ МЕСТАХ, БЕЗ КУСТАРНИКА И СУХОЙ ТРАВЫ, ПОСЛЕ КОНТРОЛЬНОГО МЕДЛЕННОГО ПОГЛАЖИВАНИЯ ПО РАСТИТЕЛЬНОСТИ ПОЛОТЕНЦЕМ, С ЦЕЛЬЮ ВЫЯВЛЕНИЯ КЛЕЩЕЙ. ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ КЛЕЩЕЙ - ВЫБРАТЬ ДРУГОЕ МЕСТО ДЛЯ ОТДЫХА.

ОТДЫХАЯ НА ПРИРОДЕ, ОБЯЗАТЕЛЬНО ПРИМЕНЯЙТЕ ОТПУГИВАЮЩИЕ НАСЕКОМЫХ И КЛЕЩЕЙ СРЕДСТВА (РЕПЕЛЛЕНТЫ), ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЗАЩИТНУЮ ОДЕЖДУ, ЗАКРЫВАЮЩУЮ ОТКРЫТЫЕ УЧАСТКИ ТЕЛА.

ПРОВОДИТЕ САМО- И ВЗАИМООСМОТРЫ, ОСОБЕННО ДЕТЕЙ, ОСМОТР ЖИВОТНЫХ (СОБАК, КОШЕК) ПОСЛЕ ВОЗВРАЩЕНИЯ С ПРОГУЛОК НА ПРИРОДЕ.

С ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ КЛЕЩЕЙ ЖЕЛАТЕЛЬНО САМОСТОЯТЕЛЬНО НЕ СНИМАТЬ, А ОБРАЩАТЬСЯ К ВЕТЕРИНАРНЫМ СПЕЦИАЛИСТАМ.

ЕСЛИ ЖЕ ВЫ РЕШИЛИ САМИ СНЯТЬ КЛЕЩЕЙ С ЖИВОТНЫХ, НУЖНО НАДЕТЬ РЕЗИНОВЫЕ ПЕРЧАТКИ, НЕ РАЗДАВЛИВАТЬ И НЕ БРОСАТЬ НА ЗЕМЛЮ СНЯТЫХ КЛЕЩЕЙ, А ПОМЕСТИТЬ ИХ В БАНОЧКУ С КЕРОСИНОМ ИЛИ МЫЛЬНЫМ РАСТВОРОМ.

НЕ ПРИНОСИТЬ В ЖИЛОЕ ПОМЕЩЕНИЕ ПОЛЕВЫЕ ЦВЕТЫ, ПОЙМАННЫХ ЕЖЕЙ И ДР. ЖИВОТНЫХ, Т.К. НА НИХ МОГУТ БЫТЬ КЛЕЩИ.

ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПРИСОСАВИВШИХСЯ К ТЕЛУ КЛЕЩЕЙ НЕОБХОДИМО НЕМЕДЛЕННО ОБРАТИТЬСЯ В МЕДИЦИНСКОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ. В СЛУЧАЕ НЕОБХОДИМОСТИ, СНИМАТЬ КЛЕЩЕЙ ТОЛЬКО В МЕДИЦИНСКИХ ПЕРЧАТКАХ И ОЧЕНЬ ОСТОРОЖНО, ЧТОБЫ НЕ РАЗДАВИТЬ И НЕ ОТОРВАТЬ ХОБОТОК КЛЕЩА, ВРАЩАЯ КЛЕЩА ПО ЧАСОВОЙ ИЛИ ПРОТИВ ЧАСОВОЙ СТРЕЛКИ, ВЫТАЩИТЬ ЕГО, РАНКУ ОБРАБОТАТЬ ЙОДОМ. КЛЕЩЕЙ ПОМЕСТИТЬ ВО ФЛАКОН И ОБЯЗАТЕЛЬНО ДОСТАВИТЬ В ЗООЭНТОМОЛОГИЧЕСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ ФБУЗ «ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ» ПО АДРЕСУ: Г.РОСТОВ-НА-ДОНУ, УЛ. 7-Я ЛИНИЯ, Д. 67, КАБИНЕТ

№ 301, ТЕЛ. 275-74-18, ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ВИДОВОЙ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ И ДЛЯ ИССЛЕДОВАНИЯ С УЧЕТОМ ВОЗМОЖНОГО СОДЕРЖАНИЯ В НЕМ ВОЗБУДИТЕЛЕЙ ОПАСНЫХ ИНФЕКЦИОННЫХ БОЛЕЗНЕЙ. В ТЕЧЕНИЕ 14 ДНЕЙ ПОСЛЕ УКУСА КЛЕЩА НЕОБХОДИМО СЛЕДИТЬ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА ИЛИ ВЗРОСЛОГО. ПРИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ НЕДОМОГАНИЯ ОБРАЩАТЬСЯ В ЛЕЧЕБНУЮ ОРГАНИЗАЦИЮ.

Помните! Ваше здоровье в Ваших руках!

Коварство грибов.

Несмотря на неоднократные предупреждения некоторые граждане рискуя здоровьем своим и своих близких продолжают сбор и заготовку дикорастущих грибов.



Чтобы не переживать за жизнь своих близких надо знать: вся территория Ростовской области находится в климатической зоне засушливых степей, для которой характерно малое количество осадков, высокие суточные температуры, большое количество солнечных дней в году. Съедобные дикорастущие грибы выросшие в таких условиях очень часто теряют свои ценные качества и становятся опасными при употреблении их в пищу. Такие грибы не принесут пользы. Можно отравиться даже съедобными дикорастущими грибами, так как съедобные грибы при неблагоприятных экологических условиях могут приобретать токсические свойства.

Вырастая вблизи промышленных предприятий, химических комбинатов, автомобильных трасс грибы накапливают в высоких концентрациях ртуть, свинец, кадмий, другие тяжелые металлы и тогда становятся опасными для здоровья.

Основная причина грибных отравлений - неумение распознавать съедобные и ядовитые грибы при сборе, а также возможные мутации съедобных грибов. В старых грибах наряду с полезными веществами часто имеются продукты разложения белков, пагубно влияющие на организм человека. Даже самый лучший и безусловно съедобный гриб, если он перезрел, начал гнить или долго лежал без обработки, может стать ядовитым. Кроме того, причиной отравления могут быть неправильно заготовленные или испорченные сушеные и консервированные в домашних условиях грибы, а также грибы, приобретенные у случайных лиц в местах несанкционированной торговли.

Помните, экономия семейного бюджета путем сбора и приобретения случайных грибов чревата разорением на лечение и длительное восстановление потерянного здоровья!

Как избежать отравлений грибами?

- * Не проводите сбор и заготовку дикорастущих грибов.
- * Не приобретайте грибы у случайных лиц в местах несанкционированной торговли.

Острые отравления грибами протекают намного тяжелее других пищевых отравлений. Первые симптомы отравления грибами развиваются в течение 3 часов после употребления грибов, появляется головная боль, тошнота, рвота, понос, кишечная колика, потливость, слюнотечение, нарушение зрения, изменение сознания с появлением бреда и галлюцинаций. Если отравившемуся человеку специализированная медицинская помощь

оказывается несвоевременно, может развиваться почечная недостаточность и скорая смерть.

Первая помощь при отравлении грибами.

При всяком, даже легком, отравлении грибами необходимо немедленно обратиться к врачу или доставить пострадавшего в больницу. До прихода врача больному необходимо очистить желудок. Остатки грибов, которые привели к отравлению, нужно передать врачу для исследования, это облегчит последующее лечение.

Своевременно обращайтесь за медицинской помощью, не занимайтесь самолечением и будьте здоровы

Филиал ФБУЗ «ЦГиЭ вРО» в г. Ростове-на-Дону

Курению - НЕТ!

Курение - первопричина многих болезней: рака, сердечно-сосудистых заболеваний, астматических бронхитов, язвы желудка, гипертонической болезни и др. **Курильщик живет на 4-8 лет меньше некурящего.**

В каждом кубическом сантиметре табачного дыма содержится до 6000 частиц сажи, более 2000 различных веществ, среди которых свыше 100 токсических, в том числе и **канцерогенных**.

Не менее опасно "**пассивное курение**" - вдыхание табачного дыма некурящими, ведь они получают те же вредности. Особенно страдают от курения дети. В семьях, где курят родители дети чаще болеют и могут отставать в развитии.

Кроме **ущерба здоровью**, курение наносит **ущерб и семейному бюджету**. Курильщик, выкуривающий до двух пачек сигарет ежедневно, выбрасывает на ветер" от 7 до 15 тысяч рублей в год, на которые можно было бы отдохнуть на море, в горах или отправиться в путешествие.

Табак - сильное наркотическое вещество, вызывающее привыкание и бросить курить совсем не просто. Успех зависит от силы воли, желания быть здоровым и преуспеть в современном обществе.



Федеральным Законом "Об ограничении курения табака" запрещается курение на рабочих местах, в транспорте, в лечебных, учебных, спортивных и зрелищных учреждениях, за исключением специально отведенных "мест для

курения".

Постарайтесь бросить курить! От этого зависит здоровье Вас и Ваших близких. Это верный шаг к долголетию, успеху и благополучию!

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Ростовской области» в г. Ростове-на-Дону
ОШГПА и ГВН

Малярия-болезнь путешественников.

Ежегодно ВОЗ совместно с партнерскими организациями широко освещает тему Всемирного дня борьбы с малярией. **Основными факторами**, способствующими распространению малярии в мире, являются: **интенсивная миграция населения, глобальные изменения климата, резистентность малярийных комаров к инсектицидам и устойчивость малярийных плазмодиев к лекарственным препаратам.**



Почти половина всех случаев заболевания малярией в мире происходит в пяти странах: Нигерии, Демократической Республике Конго, Мозамбике, Индии и Уганде.

Завозные случаи малярии из стран дальнего зарубежья продолжают регистрироваться в регионах России. Завоз происходит как российскими гражданами, так и коренными жителями эндемичных стран. За период с 2014-2018 годы в Ростовской области были зарегистрированы 14 случаев заболевания, из них 8 случаев зарегистрировано в 2018 году. Малярия завозилась на территорию Ростовской области из Афганистана, стран Африки, Индии и Нигерии.

Малярия - острое инфекционное заболевание, вызываемое малярийными плазмодиями, характеризующееся циклическим течением со сменой периодов острых лихорадочных приступов и межприступных состояний, увеличением печени и селезенки, анемией. Существует **4 вида малярии**: тропическая, трехдневная, четырехдневная и овале-малерия. **Наиболее тяжелая - тропическая**, которая способна привести к смерти менее чем за 48 часов после появления первых симптомов.



Малярия - передается от больного исключительно через кровь при **укусах комаров рода Anopheles (Анофелес)**, которые являются **единственными переносчиками возбудителей малярийных заболеваний человека**. Возможны случаи заражения при переливании инфицированной крови и ее препаратов, а также от матери, в крови которой

имеется возбудитель, плоду.

Длительность периода от момента заражения до появления первых клинических симптомов заболевания зависит от формы малярии: при трехдневной составляет 10-14 дней, при овале-малярии - 7-21 день, при тропической - 8-16 дней, при четырехдневной - 25-40 дней. **Возможны рецидивы заболевания до 2 лет и более**, это зависит от вида плазмодия, дозы возбудителя и состояния иммунитета человека.

Основными симптомами малярии у больного являются острое начало, лихорадка, озноб и пот, головная боль, рвота, увеличение печени и селезенки, развитие анемии и желтухи.

Осложнениями малярии могут быть: малярийная кома, инфекционно-токсический шок, острая печеночная недостаточность, отек легких.

Заболевание малярией можно предупредить!!! Защита от укуса комаров и химиопрофилактика являются основными мерами предупреждения заболевания.

В целях максимальной защиты открытых поверхностей тела от укусов комаров рекомендуется в вечернее время носить одежду с длинными рукавами, брюки, длинное платье



светлого цвета. На открытые части тела, следует наносить **репелленты**, выпускаемые в виде кремов, лосьонов, спиртовых растворов, включая - аэрозольные.

Для предупреждения залета комаров в помещение и защиты от их укусов окна и двери должны быть **засетчаты**.

Химиопрофилактика с помощью противомаларийных препаратов (хинин и премахин) может предупредить заражение людей малярией и предотвратить заболевание. Она должна проводиться всем лицам, выезжающим в эндемичные очаги (туристам, бизнесменам, членам экспедиций и т.д.) исключительно по назначению врача - инфекциониста. **Прием противомаларийных препаратов необходимо начать за неделю до выезда в малярийную местность и затем проводить его постоянно, в течение всего времени пребывания в местах возможного заражения малярией и в течение месяца после возвращения из-за рубежа.**



Только выполнение всех мер профилактики - защитит Вас от этого опасного заболевания, даст возможность в полной мере насладиться отдыхом, яркими впечатлениями или успешно завершить деловые переговоры.

Помните! В течение 2 лет при проявлении любого лихорадочного состояния срочно обращайтесь в лечебное учреждение с обязательным информированием врача о времени приезда из неблагополучной по

малярии страны. Это поможет своевременно поставить правильный диагноз и получить эффективное лечение.

Филиал ФБУЗ «ЦГ и Э в РО» в г. Ростове-на-Дону

"Молодежи о курении".

Согласно оценкам ВОЗ, сегодня в мире насчитывается приблизительно 1,1 миллиарда курильщиков, которые составляют одну треть населения мира в возрасте 15 лет и старше.

Ежегодно во всем мире около 5 млн. человек умирают от заболеваний, напрямую связанных с курением.

Сегодня курение считается первопричиной многих болезней (сердечно-сосудистых заболеваний, рака легких и др.) и короткой продолжительности жизни. Продолжительность жизни курильщика на 4-5 лет меньше, чем у некурящих, причем, если человек начал курить в 15 лет, то жизнь сокращается на 8 лет.



Быть здоровым в настоящее время очень современно. Преуспевающие люди высоко ценят свое здоровье и, как правило, не курят.

То, как мы относимся к себе, проявляется в нашем отношении к курению и в других поступках, снижающих уровень нашего здоровья.

Не мешает напомнить, что с курением связан:

- дурной запах изо рта, пятна на пальцах, пожелтение зубов;
- неприятный запах от волос, одежды;
- дыры прожженные в модных джинсах;
- раздражение слизистой оболочки губ, языка, неба, горла;
- сухой кашель, инфекции ротовой полости;
- снижение общей выносливости организма;

- восприимчивость к заболеваниям, включая простудные и вирусные инфекции;
- ухудшение обоняния;
- преждевременное появление морщин.



Отказ от курения – снижение риска для здоровья.

Филиал ФБУЗ "ЦГиЭ в РО»
в г. Ростове-на-Дону

Остерегайтесь пищевых отравлений в праздники

Майские праздники не за горами, и многие из нас уже предвкушают пикник на природе. Однако, как отмечают медицинские работники, **одним из самых популярных последствий празднования является пищевое отравление.** Недостаточно прожаренное мясо, некачественные продукты, плохо вымытые овощи, посуда, грязные руки могут стать **причиной пищевого отравления.** С пищей могут передаваться возбудители острых кишечных инфекций. Также отравление провоцируют продукты с истекшим сроком годности или те, что хранились в неправильных условиях.

Собираясь на дачу или в поездку на природу, перед тем, как приобретать продукт, обратите внимание на то, что написано на этикетке. Проверьте дату производства и срок годности.



Любителям шашлыков не стоит приобретать мясные продукты в неустановленных местах: у остановок транспорта, за территорией рынка, да и просто на улице, потому что контроля за качеством и безопасностью там нет никакого. Такие «продавцы» не несут ответственности по Закону РФ «О защите прав потребителей», так как предпринимателями, как правило, не являются, условий для хранения товара у них нет, ветеринарно – санитарное освидетельствование их продукция не проходила, соответственно и нет документов, подтверждающих их безопасность.

Кроме того, не приобретайте с рук вяленую рыбу домашнего приготовления и домашние консервы - велик риск отравления **ботулотоксином** со смертельным исходом. Основным источником **сальмонеллезной инфекции** являются домашняя и дикая птица, их яйца, рыба, раки и др.



Заболевание, чаще всего, связано с употреблением

мяса птицы, субпродуктов, сырых яиц и приготовленных из них кулинарных изделий и



блюд, **не подвергшихся правильной и достаточной термической обработке**, а также приготовленных в домашних условиях кремов, майонеза, картофельного пюре с добавлением сырых яиц. Источником обсеменения продуктов **стафилококковой инфекцией** могут также явиться сельскохозяйственные (коровы, козы, овцы) больные маститом, дерматитом и другими поражениями кожных покровов вымени, молочные продукты, такие как молоко, творог, сыры, сметана, масло от таких животных будут опасны. **Поэтому важно приобретать продукты в узаконенных местах, где обеспечен ветеринарно – санитарный контроль их качества** – на официальных рынках, торговых центрах и магазинах.

Чаще всего люди готовят свиной и куриный шашлык: мясо должно быть розовым, выглядеть привлекательно, без посторонних запахов. Некоторые в целях экономии времени покупают уже замаринованное мясо. Однако часто для таких заготовок используется уже не свежее мясо. А с помощью чрезмерного добавления перца и лука недобросовестные продавцы стараются скрыть непривлекательный цвет и появившийся «душок».

Для сохранения качества продукта очень важно соблюдать его температурный режим и правила хранения! Конечно, если на даче есть холодильник, то это упрощает проблему безопасности питания. А если нет? Тогда набор продуктов необходимо пересмотреть. Нельзя брать с собой никаких жареных пирожков, беляшей, котлет и сосисок в тесте, чебуреков, срок хранения этих продуктов не более 3-х часов с момента приготовления. Чем выше температура окружающей среды, тем меньше нужно времени для накопления энтеротоксина. Если блюда после приготовления остаются какое-то время при комнатной температуре (особенно салаты заправленные сметаной, майонезом, кремовые кондитерские изделия), то в них создаются условия для размножения стафилококков и выработке токсина. Поэтому категорически не рекомендуется готовить салаты впрок, заправлять их майонезом, сметаной, особенно дома, и везти их потом на природу или дачу.



Такие продукты испортятся уже по дороге на пикник. **Для перевозки скоропортящихся продуктов используйте сумки – холодильники или термопакеты, сохраняющие температуру вложенных в них продуктов из холодильника.**

Также в целях профилактики пищевых отравлений соблюдайте технологию приготовления блюд: тщательно прожаривайте или проваривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца, морепродукты. Тщательно подогревайте готовые блюда – супы кипятите, жаркое прожаривайте не менее 5 минут. Готовьте пищу в таком количестве, чтобы употребить ее в течение 1-2 дней, при условии хранения в холодильнике, соблюдайте сроки хранения при нарушении герметичной упаковки продуктов. Соблюдайте правила личной гигиены, чаще мойте руки с мылом.



При первых признаках пищевого отравления (тошнота, рвота, диарея, периодическая боль и спазмы в животе) срочно обращайтесь за медицинской помощью!

Соблюдение этих несложных правил залог Вашего здоровья и праздничного настроения!

Пищевых отравлений можно избежать!

Пищевые отравления в быту часто связаны с незнанием мер их профилактики, а также легкомысленным отношением к возможным последствиям.

Наиболее тяжелыми пищевыми токсикоинфекциями являются **ботулизм и отравления грибами**, которые в основном возникают от консервов домашнего приготовления. К сожалению, аппетитные грибочки, огурчики, да и вообще любые



«закатанные» в банку овощи, фрукты и особенно овощные салаты, грибы могут стать причиной тяжелого отравления. Ботулизмом можно заболеть и от употребления рыбы вяленой и соленой в домашних условиях. В плотных слоях мышечной ткани рыбы, в домашних консервах без должной обработки, при отсутствии кислорода споры клостридий ботулизма прорастают и начинают вырабатывать **ботулотоксин, который в 375 раз сильнее яда**

гремучей змеи.

Причиной пищевых отравлений в быту могут явиться и другие патогенные и условно-патогенные микроорганизмы. **Стафилококковые пищевые интоксикации** – это острые заболевания, возникающие при употреблении пищевых продуктов, содержащих энтеротоксин стафилококков. Развитие стафилококка происходит, как в продуктах богатых белками (молоко, мясо и продукты их переработки), так и в продуктах с преобладанием углеводов (салаты, винегреты, картофельное пюре, кремовые кондитерские изделия).

Чем выше температура окружающей среды, тем меньше нужно времени для накопления энтеротоксина. Если блюда после приготовления остаются какое-то время при комнатной температуре (особенно салаты, кремовые изделия), то в них создаются условия для размножения стафилококков и выработки токсина. Для стафилококковых интоксикаций характерны короткий инкубационный период (2-3 часа), резкие схваткообразные боли в верхней части живота, понос, рвота.



Источником обсеменения продуктов и готовых блюд стафилококками являются **лица, страдающие гнойничковыми заболеваниями кожных покровов** (пиодермии, панариции), больные ангинами, кариозными поражениями зубов и др. Источником обсеменения могут явиться **животные** (коровы, козы, овцы) **больные маститом, дерматитом** и другими поражениями кожных покровов вымени.

Нередко по типу пищевой токсикоинфекции протекает **сальмонеллез** при массивном обсеменении продукции возбудителем. Основным источником **сальмонеллезной инфекции** являются сельскохозяйственные животные: домашняя и дикая птица, их яйца, рыба, раки и др.

Заболевание чаще всего связано с употреблением мяса птицы, субпродуктов, сырых яиц и приготовленных из них кулинарных изделий и **блюд не подвергшихся правильной термической обработке** (кремов, картофельного пюре, приготовленных с добавлением сырых яиц).

Первые симптомы сальмонеллезной токсикоинфекции появляются через 5-20 часов, остро, с повышением температуры тела до 38-40⁰ С, болей в животе, тошноты, рвоты. Жидкий стул приобретает зеленоватую окраску, может содержать примесь слизи и крови.

Часто встречается **стертая форма заболевания**. При этом симптомы интоксикации отсутствуют, а стул просто жидкий или кашицеобразный. Если

заболевание такой формой не распознано, больной не обращается к врачу и не лечится, то **болезнь может приобрести хроническое течение. Длительное бактерионосительство очень опасно для окружающих, особенно для детей.** Дети заражаются в основном от взрослых и при этом большую роль имеет контактно-бытовой путь заражения, а также инфицированные продукты детского питания.

Чтобы избежать пищевых отравлений необходимо внимательно выполнять следующие требования:

* **Не экспериментируйте в засолке и вялении рыбы, грибов – это очень опасно!**

* **Строго соблюдайте условия и температурный режим хранения,** как сырых продуктов, так и готовых блюд.

* **Не заправляйте майонезом или растительным маслом весь заготовленный салат, добавляйте на стол из холодильника его частями,** старайтесь, чтобы он длительное время не стоял на столе.

* **Не покупайте опасные и особо скоропортящиеся продукты домашнего приготовления у случайных лиц в местах несанкционированной торговли,** в том числе продукты животноводства (мясо, яйца) без ветеринарного освидетельствования.

* **Соблюдайте определенный порядок при приготовлении пищи:** обработку сырых и готовых продуктов проводите различным инвентарем, после каждой операции тщательно мойте посуду, инвентарь и руки;

* **Подвергайте пищевые продукты достаточной термической обработке,** отдавая предпочтение таким способам, как варка, тушение;

* **Своевременно лечите гнойничковые заболевания кожных покровов, конъюнктивиты, ангины, заболевания верхних дыхательных путей, кариозные поражения зубов.**

* **Не занимайтесь самолечением, немедленно обращайтесь за медицинской помощью при появлении признаков пищевого отравления.**

* **Соблюдайте правила личной гигиены, прививайте знания основных правил личной гигиены детям, это поможет защитить здоровье Ваших детей.**



Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Ростовской области» в городе Ростове-на-Дону

Помни! Острые кишечные инфекции наступают!

Кишечные инфекции, в том числе дизентерия, **сальмонеллез**, вирусный гепатит А, брюшной тиф, холера и др. - это заболевания, причинами которых чаще всего бывают инфицированные пищевые продукты, вода и грязные руки.

Предупреждение этих заболеваний зависит от **санитарной культуры и соблюдения самых элементарных правил личной гигиены.**

Напомним их:



- **Правило первое** - тщательно соблюдать чистоту, мыть руки перед приготовлением пищи, перед едой, после туалета;

- **Правило второе** - использовать воду гарантированного качества, желательна очищенную с помощью фильтров, кипятить;



- **Правило** предохранять пищевые продукты, правильно соблюдать сроки и температуру их хранения, обильно промывать проточной водой овощи, ягоды, фрукты перед едой;



для питья дополнительно

третье - от загрязнения продукты,

- **Правило четвертое** - при первых признаках желудочно-кишечного заболевания - обращаться к врачу, не заниматься самолечением.

- **Правило пятое** – сделать прививку против вирусного гепатита А, которая защитит Вас от этого тяжелого заболевания на 15-20 лет.

Чем раньше начато лечение, тем меньше риска для здоровья больного и окружающих.

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
В Ростовской области» в г. Ростове-на-Дону
ОПГПА и ГВН

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О КОРИ?

В городе Ростове-на-Дону по решению Городской комиссии по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия населения в г. Ростове-на-Дону № 2 от 08.02.2019г. отмечено эпидемиологическое неблагополучие по кори и инфекциям, управляемых средствами специфической вакцинопрофилактики. Отмечен рост заболеваемости корью, коклюшем, эпидемическим паротитом. Причинами развития заболеваемости явились непривитые дети и взрослые. Одновременно, в текущем году отмечается рост заболеваемости корью на Украине, в Грузии, что осложняет напряженную эпидемиологическую ситуацию.



Корь – это наиболее заразное из инфекционных заболеваний. Если не болевший корью или не привитый человек общается с больным, то вероятность заражения приближается к 100%. Возбудитель болезни – вирус.

Источник инфекции – больной человек, который выделяет вирус во внешнюю среду при чихании, кашле, разговоре с последних 2 дней инкубационного периода и до 4-го дня после появления сыпи. Внутри помещений мелкие капельки отделяемого слизистых оболочек могут разноситься с потоком воздуха на большие расстояния.

Чаще болеют дети дошкольного возраста, поэтому корь принято относить к «детским» инфекциям. Однако, люди, не болевшие корью и не привитые против нее,

остаются высоко восприимчивыми к ней в течение всей жизни и могут заболеть в любом возрасте.

Как правило, у взрослых это заболевание протекает намного тяжелее, чем у детей.

Инкубационный период длится 9-11 дней. Сначала повышается температура до 38-39°C и более, снижается аппетит, нарушается сон; появляются насморк, чихание, покраснение конъюнктив, слезотечение и светобоязнь, **сухой грубый «лающий» кашель**. Затем на фоне усиления всех симптомов болезни начинает поэтапно распространяться **сыпь** – первые элементы отмечаются за ушами, на лице, потом на шее и верхней части груди, на туловище, руках, ногах.

Корь опасна своими осложнениями, среди которых ларингиты и трахеобронхиты, воспаление лёгких, воспаление среднего уха. Кроме того, как осложнения кори возможны круп, энцефалит, миокардит.

Корь опасна для беременных. При заражении беременной женщины корью на ранних сроках беременности, в 20% случаев происходит самопроизвольный аборт или возникают пороки развития плода.

Профилактические мероприятия.

Единственной эффективной мерой и длительной защитой от кори является **вакцинация**, которая проводится во всех странах мира с использованием живых вакцин, содержащих ослабленный вирус кори. **Национальным календарем профилактических прививок Российской Федерации** предусмотрены, в плановом порядке прививки против кори детям, не болевшим корью, в 12 месяцев и в 6 лет, перед поступлением в школу. Её цель – защита детей, у которых по той или иной причине иммунитет не сформировался.



Лица в возрасте 15-55 лет включительно, не имеющие сведений о прививках против кори и не болевшие корью должны иметь две прививки с интервалом между прививками не менее 3-х месяцев.

Помните! Единственная защита от кори – это вакцинопрофилактика!

Филиал ФБУЗ «ЦГТЭ в РО»
в г. Ростове-на-Дону

Что нужно знать о ботулизме

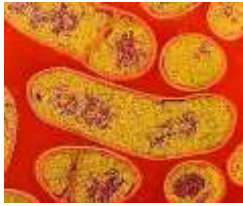
Ботулизм - тяжелое и коварное пищевое отравление. Тяжелое, потому что нередко даже самыми самоотверженными усилиями не удастся спасти пострадавшего. **Коварное**, потому что обычное проявление пищевого отравления - расстройство деятельности кишечника - при ботулизме, как правило, отсутствует.

Начальные симптомы ботулизма, такие как: недомогание, вялость, разбитость, сухость во рту, ощущение жажды, охриплость, появляются чаще всего через 8-12 часов с момента отравления, и не вызывают особой тревоги. Тем более что они нередко возникают после праздничного обильного угощения, когда на стол были выставлены такие закуски, как домашние консервы, рыба. Поэтому первоначальные признаки ботулизма объясняют перееданием или употреблением спиртного. Драгоценное время упущено, необходимые меры не приняты.

К исходу первых суток от начала заболевания могут появиться и более грозные симптомы. Больной обнаруживает, что видит все через сетку, как бы в тумане, предметы дwoятся. Веки опускаются, глотание становится затрудненным, речь невнятной. Сознание же обычно остается ясным, температура нормальной. Если специфическое лечение не проведено вовремя, человек может погибнуть. **Борьба за жизнь должна быть начата при первых же признаках заболевания.** Не обращайтесь к домашним средствам,

немедленно вызовите врача! **Чем раньше будет введена противоботулиническая антитоксическая сыворотка, тем больше надежды на излечение.**

Чтобы поставить надежный заслон заболеванию, надо знать, как попадает яд (токсин) возбудителей ботулизма к человеку, какие условия благоприятствуют токсинообразованию, а какие, наоборот, подавляют этот процесс.



Палочки ботулизма содержатся главным образом в почве в виде спор. Из почвы споры могут попадать на овощи, ягоды, фрукты, грибы, в кишечник животных, из ила - в кишечник рыб.

Теперь представим себе, что может произойти в процессе домашнего консервирования.

Если хозяйка кое-как помыла овощи или фрукты, на их поверхности вместе с мельчайшими частицами земли могли остаться и возбудители ботулизма. Особенно трудно вычистить и промыть грибы. Даже самая тщательная обработка не дает полной гарантии того, что на них не осталось и следа почвы.

Без малейшего для себя вреда споры переносят домашнюю пастеризацию и в герметически укупоренной банке без доступа воздуха прорастают в вегетативные формы, то есть палочки, которые затем размножаются и выделяют смертоносный токсин.



Чаще всего источником отравления становятся такие низкокислотные консервы домашнего приготовления в герметически укупоренных банках, как огурцы, баклажанная икра, фаршированный перец, черемша, абрикосовый компот, многокомпонентный салат (например, "Донской") и особенно грибы.



Немалую опасность представляет соленая и вяленая в домашних условиях рыба. Она бывает поранена, и через поверхностные повреждения в толщу мышц могут попасть возбудители ботулизма. Споры, как мы уже говорили, проникают в кишечник рыб с илом и загрязненной водой, а в процессе потрошения обсеменяют съедобные части рыбы.

Если до засолки рыба хранится хотя бы некоторое время в тепле, споры прорастают и возбудители ботулизма начинают выделять токсин. Он образуется и в первые дни после засолки, пока концентрация соли в толще мышц рыбы недостаточно высокая.

Каковы меры профилактики ботулизма?



Перед консервированием фрукты, ягоды, овощи, зелень **хорошенько промойте** в большом количестве воды, а грибы необходимо тщательно очистить.

Мясо, рыбу, а также грибы и зелень, стелющуюся по земле, например, портулак, молодой укроп, заготавливать впрок методом консервирования с герметической укупоркой нельзя. Зелень и грибы следует мариновать, поскольку кислота, которую полагается по рецептуре добавлять в маринад, препятствует прорастанию спор и образованию токсина.

По этой же причине **во все герметически консервируемые продукты, обладающие низкой кислотностью** (абрикосы, груши, инжир, персики, зеленый горошек, огурцы), добавляйте лимонную кислоту.

Если вы решили солить или вялить рыбу, не забывайте: годится только рыба свежего улова и неповрежденная. Обязательно охладите ее в холодильнике, лишь затем приступайте к обработке. Особенно аккуратно потрошите рыбу, чтобы микробы из кишечника не попали в толщу мышц. **Тузлук (то есть солевой рассол) должен содержать около 10-11 % поваренной соли** для



того, чтобы рыба хорошо просолилась, **он должен полностью покрывать поверхность, для чего сверху кладут гнет.** Весь период засолки рыба должна находиться в как можно более **холодном месте.** Соль очень медленно проникает в рыбье мясо, и где рыба еще не успела

просолиться, там ее предохраняет от порчи холод. Дома можно солить рыбу в холодильнике, в погребе на льду.

Все домашние консервы, соленую и вяленую рыбу и в последующем необходимо хранить только на холоде.

Содержимое герметически укупоренной банки непосредственно перед употреблением рекомендуется прокипятить.

Ни в коем случае нельзя приобретать консервированную продукцию, копченую и вяленую рыбу домашнего изготовления у случайных лиц, а также в местах несанкционированной торговли. Зачастую именно такая продукция вызывает смертельные отравления.

Филиал ФБУЗ "Центр гигиены и эпидемиологии в Ростовской области" в г. Ростове-на-Дону просит всех жителей области прислушаться к нашим советам и желает здоровья!



Филиал ФБУЗ «ЦГиЭ в РО»
в г. Ростове-на-Дону