

## **ХОЛЕРА ( ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ)**

**Холера - это острая желудочно-кишечная инфекция. Холера отличается высокой заразностью и всеобщей восприимчивостью к ней человека. Поэтому она отнесена к категории особо опасных инфекций.**

**Источником инфекции является зараженный или больной человек, который с испражнениями выделяет в окружающую среду огромное количество холерных вибрионов. Эти микроорганизмы могут длительно находиться в воде, в теле обитателей водоемов (рыб, ракообразных, моллюсков), в теплых сырых местах.**

**Холерные вибрионы хорошо переносят низкие температуры и замораживание, могут зимовать в открытых водоемах. В летние месяцы важным фактором распространения инфекции являются мухи, в кишечнике которых возбудители холеры выживают до 5 суток.**

**Кипячение убивает вибрионы.**

**Холерой болеют только люди.**

**Заражение происходит при попадании холерных вибрионов в рот с пищей или водой.**

**Инкубационный период длится от нескольких часов до 5 дней, чаще 1-2 дня.**

**Первые признаки заболевания - частый жидкий стул. Испражнения при холере водянистые, выделяются обильными порциями, быстро теряют каловый вид и запах; нередко содержат хлопья и напоминают рисовый отвар.**

**Температура тела чаще нормальная или понижена. Преобладают признаки обезвоживания организма: сильная жажда, сухость и дряблость кожных покровов и слизистых оболочек, тусклый взгляд, осипший голос, судороги мышц конечностей,**

**Профилактика холеры заключается в следующем:**

- соблюдать меры личной гигиены (мыть руки перед едой и после посещения туалета);
- тщательно мыть фрукты и овощи безопасной водой;
- употреблять только кипяченую воду, напитки в фабричной расфасовке;
- избегать питания с лотков;
- купание в водоемах только в разрешенных для этого местах;
- при купании в водоемах не допускать попадания воды в полость рта.

**Ранее обращение за медицинской помощью позволит своевременно провести эффективное лечение холеры и не допустить неблагоприятного исхода этого опасного инфекционного заболевания.**

# **ВНИМАНИЕ: ХОЛЕРА!**

**Холера** – опасная острая инфекционная болезнь, склонная к эпидемическому распространению. Восприимчив к возбудителю холеры только человек.

Возбудитель её – вибрион, размножается в желудочно-кишечном тракте человека и выделяется во внешнюю среду с испражнениями и рвотными массами от больного или носителя.

Вибрионы могут при этом попадать в воду, на руки, овощи, фрукты и др. пищевые продукты, где сохраняются некоторое время. В желудок и кишечник больного микробы попадают при употреблении не кипячёной воды, не мытых и не ошпаренных кипятком овощей и фруктов, при заглатывании загрязнённой фекалиями воды, при купании в море, речке, прудах, озёрах, а так же через невымытые руки.

Заболевание можно заподозрить в случаях когда, у человека появляется неудержимый водянистый понос, ведущий к обезвоживанию организма и резкой слабости. Время от момента попадания микробы в организм, до появления первых признаков заболевания, обычно не превышает 1 – 5 дней. Очень важно, чтобы все лица у которых появляется хотя бы незначительный водянистый понос, понимали что они могут заразить окружающих их людей и в первую очередь своих близких и родственников.

Поэтому при появлении первых признаков заболевания не допустимо заниматься самолечением, а необходимо обратиться к врачу!!!

Огромное значение в борьбе с холерой и др. желудочно-кишечными заболеваниями имеет знание населением мер личной гигиены, санитарии и соответствующей технологии обработки и хранения пищевых продуктов в жаркое время года.

## **ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ЗАБОЛЕВАНИЯ, НЕОБХОДИМО:**

- соблюдать правила личной гигиены: тщательно мыть руки перед едой, приготовлением пищи и после посещения туалета;
- употреблять только кипячёную воду;
- овощи и фрукты после мытья проточной водой обязательно обдать кипятком;
- купаться только в разрешенных местах.

**НЕ ПОКУПАЙТЕ ПРОДУКТЫ У СЛУЧАЙНЫХ ЛИЦ!!!**

Дагестанская противочумная станция.  
Эпидемиологический отдел.