

Консультация для родителей

## «БЕРЕГИСЬ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ!»

Для многих из нас лето - это самое долгожданное и любимое время года. И взрослым, и детям нравится резвиться на зеленой мягкой травке, греться под теплыми солнечными лучами, наслаждаться вкусом разных ягод и фруктов.



Но мало кто знает, что именно летом увеличивается количество травм и отравлений, ухудшается здоровье. Такая ситуация приходится на самый разгар жары - июль. Особенно беззащитны маленькие дети. В этот период малыши очень шустрые и любопытные: хотят все взять в руки, погрызть, потрогать или за секунду залезть в опасное место. Особенно привлекательны водоемы, кусты и заросли, ягоды и многое другое.

Во время прогулки родители всегда должны быть начеку и не оставлять ребенка без внимания.





Летом мало кто из родителей удерживается от соблазна угостить ребенка немытыми ягодами из сада, овощами с огорода. Немытая или плохо промытая зелень «со своего огорода» может привести к развитию у ребенка различных кишечных инфекций.

**КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ** - это большая группа заболеваний, которые протекают с более или менее похожими симптомами, но вызываться могут огромным количеством возбудителей: бактериями, вирусами, простейшими микроорганизмами.

**ЛЕТОМ КОЛИЧЕСТВО КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ У ДЕТЕЙ НЕМИНУЕМО РАСТЕТ.**

**ПРИЧИН ЭТОМУ НЕСКОЛЬКО:**

**Во-первых,** летом в пищу употребляется большое количество сырых овощей, фруктов и ягод, на немытой поверхности которых обитает огромное количество микробов, в т. ч. потенциально опасных.



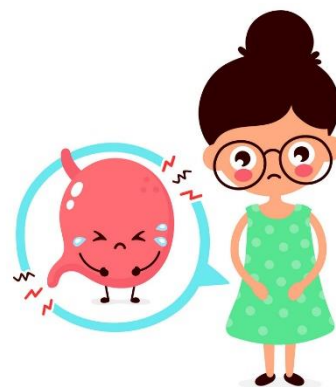
**Во-вторых,** летом дети много времени проводят на улице, и не всегда даже их родители вспоминают, что еда чистыми руками - обязательное правило.



**ТРЕТЬЯ ПРИЧИНА:** летом, попадая в продукты питания (молочные продукты, мясо, рыбу, бульоны), некоторые болезнетворные микроорганизмы размножаются с огромной скоростью и быстро достигают того количества, которое с успехом прорывает защитные барьеры желудочно-кишечного тракта.

От момента внедрения возбудителя в желудочно-кишечный тракт до начала заболевания может пройти от нескольких часов до 7 дней.

Заболевание начинается с повышения температуры тела, недомогания, слабости, вялости. Аппетит резко снижен, быстро присоединяется тошнота, рвота. Стул жидкий, частый с примесями.



Следствием потери жидкости является сухость слизистых оболочек и кожи, черты лица заостряются, ребенок теряет в массе, мало мочится. Выражение лица страдальческое.

Если у вашего ребенка появились вышеперечисленные признаки болезни - **НЕМЕДЛЕННО ВЫЗЫВАЙТЕ ВРАЧА. САМОЛЕЧЕНИЕ НЕДОПУСТИМО.**



### **ПРОФИЛАКТИКА ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.**

Для предотвращения заболевания необходимо знать и соблюдать элементарные правила:

- ❖ не приобретайте продукты в местах, не предназначенных для торговли (на автотрассах) и у лиц, не имеющих разрешение на право торговли;
- ❖ не покупайте плоды нестандартного качества, с признаками порчи; - не приобретайте продукты питания впрок, по возможности ничего длительно не храните, даже в условиях холодильника;
- ❖ тщательно мойте овощи, фрукты, ягоды и зелень! Особенно те, которые могли контактировать с землей, например, клубнику, салат;

❖ используйте для питья бутилированную или кипяченую воду;

❖ соблюдайте сроки скоропортящихся продуктов (молока, кисломолочных продуктов, мяса, колбас, рыбы);

❖ используйте фляжное молоко, молоко, купленное на рынке у частных лиц только после кипячения; - боритесь с мухами, так как они являются механическими переносчиками острых кишечных заболеваний;

❖ если кто-либо из членов семьи в момент болезни находится дома необходимо строго соблюдать правила личной гигиены: для больного выделить отдельную посуду, белье; после использования, которые необходимо кипятить в течение 15 минут. Для уборки мест общего пользования использовать дезинфицирующие средства;

❖ отправляясь в загородную прогулку, на дачу, не берите с собой скоропортящиеся продукты; фрукты и овощи лучше взять с собой уже вымытыми. Нельзя пить воду из ручья, реки и других открытых водоемов. Лучше всего иметь несколько бутылок минеральной воды.

## **ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР РОДИТЕЛЕЙ – ЛУЧШИЙ СПОСОБ ОБУЧЕНИЯ РЕБЕНКА.**

Выполнение этих несложных советов поможет избежать заболевания острой кишечной инфекцией и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших детей!

Также соблюдение этих правил позволит сделать ваш отдых летом ярким и запоминающимся!



**ПОМНИТЕ, ЧТО ОТ ПРИРОДЫ ДЕТИ БЕСПЕЧНЫ И ДОВЕРЧИВЫ. ВНИМАНИЕ У ДЕТЕЙ БЫВАЕТ РАССЕЯНЫМ. ПОЭТОМУ, ЧЕМ ЧАЩЕ ВЫ НАПОМИНАЕТЕ РЕБЕНКУ НЕСЛОЖНЫЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ, ТЕМ БОЛЬШЕ ВЕРОЯТНОСТЬ, ЧТО ОНИ ИХ ЗАПОМНИТ И БУДЕТ ПРИМЕНЯТЬ.**