



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ
ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И
БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

**УПРАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ
ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ
ЧЕЛОВЕКА ПО ЧУВАШСКОЙ
РЕСПУБЛИКЕ-ЧУВАШИИ**

Территориальный отдел Управления Федеральной
службы по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека по
Чувашской Республике-Чувашии
в городе Новочебоксарск

ул. Строителей, д. 56а, г. Новочебоксарск,
Чувашская Республика, 429960
Тел./факс (8352) 77-06-92
E-mail: ncheb@21.rospotrebnadzor.ru

Главе администрации г. Новочебоксарска
Чувашской Республики
Семенову М.Л.

Главе Моргаушского муниципального округа
Чувашской Республики
Матросову А.Н.

Главе Чебоксарского муниципального округа
Чувашской Республики
Михайлову В.Б.

Руководителям образовательных учреждений
г. Новочебоксарск, Моргаушского и
Чебоксарского муниципальных округов
Чувашской Республики

15.01.2025 21-13-00/23-29-2025

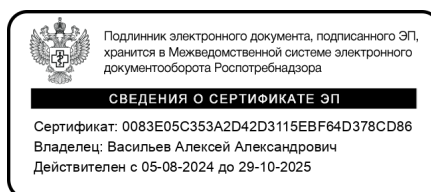
Об информировании граждан

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике в г. Новочебоксарск просит разместить на сайте статьи: «О профилактике ВИЧ-инфекции и парентеральных гепатитов», «О гриппе и мерах его профилактики», «Правила неспецифической защиты от коронавируса, гриппа и ОРВИ», «О рекомендациях по профилактике норовирусной инфекции», «О профилактике ботулизма», «Роспотребнадзор напоминает о профилактике кори», «О профилактике коклюша», «О профилактике сальмонеллеза», «Роспотребнадзор напоминает о правилах профилактики энтеровирусной инфекции», «Роспотребнадзор напоминает о значимости специфической профилактики туберкулеза» «Рекомендации по профилактике пневмонии», «Роспотребнадзор напоминает о профилактике бешенства».

Приложение: на 16 стр. в 1 экз.

Начальник отдела

Ксения Евгеньевна Корнякова
главный специалист - эксперт
8 (8352) 77 41 40



А.А.Васильев



О профилактике ВИЧ-инфекции и парентеральных гепатитов.

ВИЧ-инфекция и вирусные гепатиты В и С представляют собой социальную и медицинскую проблему, так как в большинстве случаев приводят к стойкой утрате трудоспособности, требуют продолжительного лечения и несут угрозу для жизни.

ВИЧ-инфекция представляет собой заболевание, характеризующееся синдромом приобретенного иммунодефицита, способствующего возникновению вторичных инфекций и злокачественных образований в связи с угнетением защитных свойств организма.

Необходимо знать, что от ВИЧ избавиться невозможно, а все меры лечения сводятся к снятию симптомов и затормаживанию размножения вируса в организме.

Вирусные гепатиты В и С (парентеральные) — группа инфекционных заболеваний, характеризующиеся поражением печени. При переходе в хроническую стадию заболевания гепатиты становятся причиной цирроза или рака печени. Гепатит С часто называют «ласковым убийцей», поскольку он маскируется под совершенно другие заболевания или вообще никак не проявляется, но при этом безостановочно разрушает печень.

Существует 3 основных пути передачи ВИЧ-инфекции и вирусных гепатитов В и С:

- половой;
- вертикальный (от матери к плоду при беременности, родах и во время грудного вскармливания);
- парентеральный (при внутривенном употреблении наркотических веществ, через поврежденные слизистые оболочки и кожные покровы при использовании нестерильного инструментария). Это возможно при проведении различных процедур (проколы мочки уха, маникюр, педикюр, бритье, нанесение татуировок, перманентного макияжа и пирсинга) при использовании загрязненных кровью и некачественно обработанных инструментов. Заражение в семейном окружении может произойти через общие для нескольких членов семьи предметы личной гигиены — зубные щетки, маникюрные и бритвенные приборы.

Основные меры профилактики ВИЧ-инфекции и вирусных гепатитов В и С:

- Здоровый образ жизни, знание путей заражения ВИЧ и парентеральными гепатитами, осознание личной ответственности за состояние здоровья;
- Проведение различных процедур, связанных с повреждением кожных покровов и слизистых (прокалывание ушей, нанесение татуировок, перманентного макияжа, пирсингов, эпиляций) в проверенных косметических салонах;
- Отказ от употребления наркотических средств;
- Взаимное уважение и верность половых партнеров, защищенный половой контакт.

Главный специалист – эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.



О гриппе и мерах его профилактики.

Грипп и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) находятся на первом месте по числу ежегодно болеющих людей. Серовариантов других респираторных вирусов очень много, например, у риновирусов их насчитывают более 100, у аденовирусов около 60. Вирус гриппа постоянно меняет свою структуру, и новый, измененный, вариант способен поражать человека вновь. Таким образом, переболевший гриппом имеет хороший иммунитет против конкретного штамма, но этот иммунный барьер не может оградить человека от измененного варианта. Новый штамм легко проникает в организм человека через этот барьер, что приводит вновь к развитию инфекции.

Особенно тяжело переносят грипп дети и пожилые люди, для этих возрастных групп очень опасны осложнения, которые могут развиться во время заболевания. Дети болеют гриппом тяжело в связи с тем, что их иммунная система еще не встречалась с данным вирусом, а для пожилых людей, так же, как и для людей с хроническими заболеваниями, вирус опасен по причине ослабленной иммунной системы.

Кто в группе риска

- дети младше 2-х лет;
- люди старше 60 лет;
- больные хроническими заболеваниями легких (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких и др.);
- больные хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы (врожденные пороки сердца, ишемическая болезнь сердца, сердечная недостаточность);
- больные хроническими заболеваниями печени (цирроз);
- больные с хроническими заболеваниями почек;
- больные с иммунодефицитными состояниями;
- больные с заболеваниями эндокринной системы и нарушениями обмена веществ;
- беременные женщины;
- медицинский персонал;
- работники общественного транспорта, предприятий общественного питания и др.

Грипп очень заразное заболевание. Эта инфекция передается от больного человека здоровому с невидимыми капельками слюны или слизи, которые выделяются во время чихания, кашля и даже во время разговора. Кроме того, вирус гриппа передается через грязные руки, если на них есть засохшие капельки инфицированной биологической жидкости больного человека.

Симптомы гриппа

- высокая температура (38-40°C);
- заложенность носа, редкий сухой кашель, першение в ротоглотке, несильная боль в горле;
- озноб, общее недомогание, головная боль, боли в мышцах (ногах, пояснице), слабость, боли при движении глазных яблок;
- отсутствие аппетита, иногда тошнота и рвота, у детей иногда отмечается также диарея.

Признаки интоксикации продолжаются около 5 дней. Если температура держится дольше, возможно, возникли осложнения.

Осложнения гриппа

- пневмония (вероятность летального исхода 40%);
- энцефалиты, менингиты;
- грипп у беременной женщины может вызвать осложнения беременности, патологии плода;
- обострение хронических заболеваний.

Заболевший человек должен оставаться дома и не создавать угрозу заражения для окружающих. Лечение заболевания проводится под контролем врача, который только после осмотра пациента назначает схему лечения и дает другие рекомендации. Больной гриппом должен соблюдать постельный режим, включить в рацион фрукты и овощи богатые витаминами, рекомендуется обильное питье.

Антибиотики и грипп

Принимать антибиотики в первые дни заболевания гриппом — большая ошибка. Антибактериальные препараты не способны справиться с вирусом, а кроме того, они убивают



нормальную микрофлору и ослабляют иммунитет. Антибиотики назначаются врачом только в случае развития осложнений, вызванных присоединением бактериальной инфекции.

Самым эффективным способом профилактики является вакцинация. Состав вакцины против гриппа меняется ежегодно по рекомендации ВОЗ.

Прежде всего, вакцинироваться рекомендуется тем, кто входит в группу риска. Оптимальное время для вакцинации сентябрь - октябрь.

Кроме того, для профилактики гриппа

- часто и тщательно мойте руки
- избегайте контактов с людьми, у которых есть признаки заболевания
- регулярно проветривайте помещения
- реже посещайте места скопления людей
- рекомендуется использовать маску в местах скопления людей
- избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах
- не трогайте лицо, глаза, нос немытыми руками
- придерживайтесь здорового образа жизни
- в случае появления заболевших в семье обратитесь к врачу.

Почему нужна вакцинация от гриппа

- грипп очень заразен;
- быстро распространяется;
- вызывает серьезные осложнения;
- протекает намного тяжелее других ОРВИ.

Вакцинация детей против гриппа возможна, начиная с 6-месячного возраста. Для надежной защиты от гриппа вакцинацию необходимо проводить ежегодно. Чтобы защитить от гриппа детей в возрасте до 6 месяцев, необходимо провести вакцинацию всех контактирующих с ребенком лиц до начала эпидемии гриппа. Взрослые должны соблюдать основные меры профилактики. В период эпидемии запрещено посещать с младенцем места массового скопления людей, а также не рекомендуется собирать дома гостей. Детей старше 6 месяцев можно прививать от гриппа и, кроме этого, чаще гулять с ребенком на свежем воздухе, воздержаться от посещения мест массового скопления людей.

Применять вакцину против гриппа у беременных необходимо в связи с тем, что они входят в группу риска по развитию тяжелых форм заболевания. Исследования последних лет доказали безопасность вакцинации против гриппа у беременных женщин.

Будьте здоровы!

Главный специалист – эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.



Правила неспецифической защиты от коронавируса, гриппа и ОРВИ.

Вакцинация по прежнему помогает защищаться от гриппа и коронавирусной инфекции. Но не от всех ОРВИ. Соблюдение мер неспецифической профилактики - дополнительный способ защиты от инфекций для вас и ваших близких. В нашей статье мы еще раз напоминаем о том, какими бывают эти меры.

Правило 1. Следите за руками!

Мойте руки правильно!

Гигиена рук - это важный и эффективный способ защиты от распространения ОРВИ, гриппа и коронавирусной инфекции.

Если нет возможности помыть руки с мылом, используйте кожные антисептики.

И не забывайте про гаджеты - их мы постоянно носим в руках, а дезинфицируем не всегда.

Правило 2. Используйте медицинскую маску.

Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при поездках в общественном транспорте, в магазинах, аптеках и торговых центрах, в различных учреждениях и местах скопления людей;
- при уходе за больными;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования любыми инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

Носите маску правильно - так, чтобы она закрывала нос, рот и подбородок.

Правило 3. Соблюдайте дистанцию.

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем, чаще всего при чихании, кашле, разговоре.

Доказано, что дистанцирование людей препятствует передаче вирусов. Поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 метра друг от друга.

Правило 4. Соблюдайте правила респираторного этикета.

Кашлять и чихать тоже нужно правильно!

При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать. При отсутствии салфетки прикрыть рот и нос можно согнутым локтем.

Правило 5. Откажитесь от необязательных поездок и визитов.

На время подъема заболеваемости респираторными инфекциями лучше избегать поездок в переполненном транспорте и многолюдных мест.

Правило 6. Не занимайтесь самолечением.

При появлении признаков ОРВИ, гриппа или коронавирусной инфекции оставайтесь дома. Если симптомы простуды не проходят, а нарастают, обратитесь к врачу и следуйте его рекомендациям.

Кстати, для этого случая разработана специальная памятка. Она подскажет, как вести себя в случае простуды и не пропустить ухудшения состояния.

Используйте ВСЕ меры профилактики, а не одну из них!

Берегите себя и будьте здоровы!

Главный специалист – эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.



О рекомендациях по профилактике норовирусной инфекции.

Роспотребнадзор напоминает, что кишечные инфекции норовирусной этиологии проявляются ярко выраженной симптоматикой (рвота, понос, повышение температуры тела) и характеризуются быстрым течением.

Основным свойством возбудителя – вируса является его высокая контагиозность (заразность). Менее 10 вирусных частиц достаточно, чтобы при попадании в желудочно-кишечный тракт здорового взрослого человека вызвать заболевание. Вирусы могут длительно сохранять инфекционные свойства на различных видах поверхностей. Основной механизм передачи возбудителя – фекально-оральный, реализуемый контактно-бытовым, пищевым и водным путями передачи.

Наиболее часто острые кишечные инфекции вирусной этиологии передаются через грязную посуду, овощные салаты, приготовленные с нарушением обработки овощей, нарезку готовой продукции (сыр, масло и др.), блюда, связанные с «ручным» приготовлением и не подвергающиеся повторной термической обработке (например, овощные пюре).

Причинами возникновения норовирусной инфекции являются:

- нарушения правил обработки овощей и фруктов, мытья посуды, несоблюдение технологии приготовления блюд, требований личной гигиены поварами и кондитерами.
- попадание в организм человека контаминированной (загрязненной вирусом) воды (вода из-под крана, пищевой лед, вода закрытых и открытых водоемов). Источником загрязнения вод открытых водоемов являются сточные воды, которые могут попасть в водоснабжение в связи с аварией, паводками, обильными осадками.

На поверхности плохо промытых фруктов и овощей могут оставаться возбудители инфекционных болезней, в том числе вирусных инфекций.

Роспотребнадзор рекомендует соблюдать простые правила, которые позволят сохранить здоровье:

- Если вы пользуетесь услугами организаций общественного питания (столовые, кафе, рестораны) старайтесь выбирать проверенные учреждения с организованным обеденным залом и кухней с наличием горячих блюд. При этом, в летний период старайтесь избегать употребления многокомпонентных салатов и блюд, которые могут готовиться «вручную», но не подвергаться повторной термической обработке (овощные пюре, блинчики с начинками и т.д.).

- Всегда мойте руки перед едой.

- Старайтесь не употреблять быструю многокомпонентную пищу (типа шаурмы) для употребления «на ходу».

- Употребляйте только бутилированную или кипяченую воду.

- Во время приготовления пищи в домашних условиях, соблюдайте ряд правил: мойте руки перед началом приготовления пищи и после контакта с сырой продукцией, используйте отдельные разделочные доски и ножи – для «сырого» и «готового», как следует промывайте (с обработкой кипятком) зелень, овощи и фрукты, тщательно мойте посуду с последующей сушкой.

- Дома регулярно проводите чистку санитарных узлов с использованием дезинфицирующих средств, влажную уборку помещений.

- Если вы чувствуете себя не здоровым (особенно при наличии расстройства стула, тошноты, боли в животе) не подвергайте риску заболевания своих близких. Ни в коем случае не занимайтесь приготовлением пищи для семьи и гостей и самолечением, пользуйтесь отдельным полотенцем, дезинфицируйте санитарный узел после каждого посещения туалета. Помните, что только врач может назначить адекватное лечение. При появлении симптомов заболевания немедленно обращайтесь за медицинской помощью.

Главный специалист – эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.



О профилактике ботулизма.

При приготовлении домашней консервации необходимо помнить, что именно домашние заготовки чаще всего бывают причиной смертельно опасного заболевания – ботулизма. Возбудители ботулизма живут только при отсутствии доступа кислорода. Именно поэтому ботулизмом часто заболевают после употребления герметически закрытых консервов, солений и копчений домашнего производства, где в толщу продукта не проникает воздух, и создаются благоприятные условия для сохранения возбудителя болезни. При этом внешний вид, вкус и запах продуктов не изменяется, иногда, и совсем не обязательно, может отмечаться вздутие консервных банок. Ботулотоксин «невидимый»: без запаха, без вкуса, без цвета.

Роспотребнадзор напоминает, что ботулизм – тяжелое заболевание, поражающее центральную нервную систему, и при несвоевременном обращении за помощью заканчивается летальным исходом. Причиной смерти при ботулизме чаще всего является дыхательная недостаточность из-за паралича дыхательной мускулатуры. Ботулотоксин является одним из наиболее сильных природных ядов.

Возбудитель ботулизма – грамположительная палочка *Clostridium botulinum*, выделяющая токсин, поражающий нервную систему человека. Бактерия существует в двух формах:

вегетативная – состояние роста, размножения и активной продукции токсина;

споры – состояние покоя бактерии, в которой она остается жизнеспособной, но не жизнедеятельной. В данной форме возбудитель может десятилетиями сохраняться в окружающей среде, переживать замораживание, воздействие солнечного света и даже кипячение в течение длительного времени (однако кипячение способно разрушить токсин, если он образовался уже в консервах). Споры ботулизма широко распространены в природе: их постоянно находят в воде, особенно в придонных слоях, почве, откуда они и попадают в продукты, подвергающиеся консервированию и переработке.

Ботулизм может возникнуть при употреблении в пищу продуктов питания, которые не подвергались достаточной термической обработке, хранились в условиях отсутствия или низкого содержания кислорода, при комнатной температуре. Инкубационный период при ботулизме составляет от нескольких часов до 5 суток. При этом иммунитет после перенесённого заболевания не развивается. Больной человек не опасен для окружающих. Главную угрозу для окружающих представляет оставшийся продукт.

Как обезопасить себя:

1. Не покупайте на рынке и у случайных лиц продукты домашнего консервирования в герметически закрытых банках. Зачастую продукты для продажи готовят, обрабатывают и хранят без соблюдения правил гигиены и температурного режима.

2. Не покупайте у случайных лиц продукты домашнего копчения: крупные окорока, рыбу (особенно опасен толстолобик и другие рыбы, обитающие в придонных слоях воды). Из кишечника рыбы при ее неправильной обработке споры легко проникают в толщу мышц.

3. Не готовьте в домашних условиях консервы в герметически закрытых банках из грибов, мяса, рыбы, моркови, свеклы, портулака и укропа. Эти продукты трудно отмыть от мелких частичек почвы и спор возбудителей ботулизма.

4. Не консервируйте продукты с признаками порчи и гнили.

5. Соблюдайте общепринятую технологию приготовления: не уменьшайте количество соли, уксуса, не сокращайте время тепловой обработки.

6. Не ешьте консервы из вздувшихся, подозрительных банок.

Важно помнить:

1. Храните домашние консервы только в холодильнике или в погребе.

2. Перед употреблением в пищу консервы, приготовленные из опасных продуктов, подвергайте достаточной, в течение 15–20 минут, температурной обработке. Кипячение разрушит токсин, если он образовался в консервах.

3. К ботулиническому токсину особенно чувствительны дети. Им можно давать консервы домашнего приготовления только после предварительной тепловой обработки.

4. Если после употребления домашних консервов или копченой продукции вы почувствовали себя плохо, немедленно обратитесь к врачу и обязательно сообщите, что вы употребляли в пищу консервы.



5. Банку с остатками консервов, оставшуюся рыбу или окорок не выбрасывайте – их необходимо отправить на лабораторное исследование. Это поможет быстрее выявить источник, поставить диагноз и начать правильное лечение.

Будьте осторожны! Ботулизм – смертельно опасное заболевание! Соблюдайте эти простые правила и будьте здоровы.

Главный специалист – эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.

Роспотребнадзор напоминает о профилактике кори.

Роспотребнадзор напоминает, что по данным Всемирной организации здравоохранения в последние годы в ряде стран Африканского и Восточно-Средиземноморского регионов зарегистрированы вспышки кори (Конго, Нигерия, Афганистан, Пакистан, Индия и др.). Осложнение эпидситуации по кори отмечается также в странах ближнего зарубежья (Украина, Таджикистан, Казахстан).

Неблагополучие по кори в различных странах мира создает дополнительные риски осложнения эпидситуации в нашей стране.

В настоящее время эпидемическая ситуация по кори в Российской Федерации контролируемая. Вместе с тем, в некоторых регионах отмечается рост заболеваемости корью, преимущественно за счет не привитых граждан, прибывших из стран ближнего зарубежья с целью осуществления трудовой деятельности.

Корь – высококонтагиозное острое инфекционное вирусное заболевание, которое передается воздушно-капельным путем. Характеризуется высокой температурой (до 40,5 °С), воспалением слизистых оболочек полости рта и верхних дыхательных путей, конъюнктивитом и характерной пятнисто - папулезной сыпью кожных покровов.

При кори возможны осложнения, связанные с работой центральной нервной системы, дыхательной системы и желудочно-кишечного тракта: ларингит, круп (стеноз гортани), бронхит, трахеит, отит, синусит, первичная коревая пневмония, коревой энцефалит, гепатит, лимфаденит и другие.

Наиболее эффективной мерой профилактики кори является иммунизация.

По инициативе Роспотребнадзора во всех субъектах Российской Федерации проводится подчищающая иммунизация – вакцинация не привитых и не болевших корью, а также привитых однократно детей и взрослых, проводится активная работа с населением по усилению приверженности к иммунизации, что позволяет укрепить коллективный иммунитет против кори. Иммунизация против кори позволяет сдерживать распространение инфекции в большинстве регионов страны.

Роспотребнадзор с учетом неблагополучной ситуации по заболеваемости корью в мире, гражданам, планирующим поездки в зарубежные страны, не болевшим корью ранее, не привитым против этой инфекции, рекомендует привиться от кори не менее чем за две недели до поездки. Для проведения прививки против кори необходимо обратиться в медицинские организации по месту жительства.

Помните, что ваше здоровье и здоровье ваших детей в ваших руках!

Главный специалист – эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.



О профилактике коклюша.

Роспотребнадзор напоминает, что для того чтобы сохранить жизнь и здоровье детей очень важно не забывать о рутинной вакцинации и своевременно прививать их от инфекционных заболеваний, в частности от коклюша.

Коклюш — это инфекционное заболевание дыхательных путей, которое вызывается бактериями *Bordetella pertussis*. Несмотря на широкое использование вакцинации, уровень заболеваемости коклюшем высокий и в мире, и в России. Коклюш характеризуется приступами спазматического кашля, интоксикацией и преимущественным поражением дыхательных путей.

Источником инфекции является человек — больной или носитель возбудителя коклюша. Основную эпидемиологическую опасность представляют больные коклюшем лица, выделение возбудителя которыми начинается с последних дней инкубационного периода и достигает максимума в катаральном периоде с момента первых клинических проявлений, а также на первой неделе спазматического кашля. Для маленьких детей чаще всего источником заболевания являются взрослые или старшие дети.

Механизм заражения — воздушно-капельный. Восприимчивость к инфекции высокая. Группу особого риска составляют новорожденные.

Главным признаком классического коклюша являются повторяющиеся приступы спазматического кашля. Обычно на фоне общего удовлетворительного состояния, легкого насморка и небольших подъемов температуры тела появляется сухой кашель. На протяжении двух недель он постепенно усиливается. Первый приступ кашля с репризой — это сигнал перехода коклюша в спазматическую стадию, длящуюся от двух недель до месяца.

Осложнения коклюша наиболее часто наблюдаются у детей младше 1 года, с повышенным риском тяжелого течения у недоношенных младенцев. Чаще всего коклюш вызывает осложнения, связанные с развитием вторичной бактериальной инфекции.

Бактериальная пневмония — наиболее частое осложнение коклюша. Бронхит, плеврит, эмфизема, коллапс легкого, гипоксия. У детей раннего возраста коклюш может способствовать развитию бронхоэктатической болезни. Так же могут быть и другие осложнения: синусит, отит, обезвоживание, судороги, отставание в развитии.

Коклюш у взрослых проходит довольно тяжело и может стать причиной серьезных осложнений, таких как судороги и энцефалопатия. У пациентов в возрасте старше 30 лет в 5-9% случаев возникает пневмония.

Единственной мерой активной профилактики на сегодняшний день является вакцинация. Коклюшная цельноклеточная вакцина (АКДС) впервые создана более 70 лет назад. С ее помощью удалось резко снизить заболеваемость и тяжесть коклюша, тем не менее заболеваемость остается высокой.

В настоящее время корпускулярные (цельноклеточные) вакцины (АКДС, БУБО-КОК), рекомендованы ВОЗ как основное средство профилактики коклюша. Наряду с этим применяют ацеллюлярные (бесклеточные) вакцины.

Прививки детям проводятся с трехмесячного возраста трехкратным введением препарата с интервалом 1,5 мес. В возрасте 18 месяцев проводится однократная ревакцинация.

Помните, что дети, не прошедшие вакцинацию, согласно статистике, болеют намного чаще и тяжелее привитых. Прививка уменьшает риск заражения коклюшем до минимума, и даже если ребенок все-таки заболел, то протекать болезнь будет значительно легче, без осложнений.

Защитите своих детей от коклюшной инфекции с помощью своевременной вакцинации!

Главный специалист — эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике — Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.



О профилактике сальмонеллеза

В связи с регистрацией случаев заболевания сальмонеллезом Роспотребнадзор информирует о способах профилактики этой острой кишечной инфекции.

Сальмонеллез – широко распространенная инфекция, вызываемая различными серологическими вариантами бактерий рода *Salmonella*.

Основными источниками сальмонеллезной инфекции являются сельскохозяйственные животные и птицы. Наиболее эпидемически значимыми источниками возбудителя в настоящее время являются куры, крупный рогатый скот и свиньи. На отдельных территориях, характеризующихся национальными особенностями питания, в качестве источников могут выступать мелкий рогатый скот и лошади. Грызуны, в первую очередь крысы и мыши, также представляют собой природный резервуар сальмонелл.

Доказана роль человека как источника возбудителя инфекции. Наибольшую опасность сальмонеллез представляет для детей раннего возраста, пожилых людей и лиц с ослабленным иммунитетом. Инфицированный человек (особенно бессимптомный носитель) представляет особую опасность в том случае, если он имеет отношение к приготовлению и раздаче пищи, а также продаже пищевых продуктов.

Основным механизмом передачи возбудителя является фекально-оральный, реализуемый преимущественно пищевым (алиментарным) путем. Факторами передачи возбудителя являются пищевые продукты: мясо и мясопродукты, яйца и кремовые изделия, майонез и сухой яичный порошок. Известны заболевания сальмонеллезом, связанные с употреблением сыров, брынзы, копченой рыбы и морепродуктов.

Вода как фактор передачи возбудителя инфекции имеет второстепенное значение. Реальную эпидемическую опасность представляет вода открытых водоемов, загрязненная сточными выбросами (канализационные выбросы, сбросы сточных вод мясокомбинатов и боен, а также объектов птицеводства и животноводства).

Контактный путь чаще реализуется в условиях стационаров, где факторами передачи являются предметы окружающей среды, руки обслуживающего персонала, белье, уборочный инвентарь, лекарственные растворы и другие факторы передачи.

Передача возбудителя возможна пылевым путем при вдыхании воздуха, содержащего контаминированный возбудителем аэрозоль.

Эпидемический процесс при сальмонеллезах проявляется вспышечной и спорадической заболеваемостью.

Инкубационный период колеблется от 2 - 6 часов до 2 - 3 календарных дней. При бытовом пути передачи он может увеличиваться до 4 - 7 календарных дней.

Диагноз устанавливается на основании клинических признаков болезни, результатов лабораторного исследования и эпидемиологического анамнеза.

Основные меры индивидуальной профилактики сальмонеллезной инфекции:

1. Соблюдение правил личной гигиены, тщательное мытье рук с мылом перед едой и после пользования туалетом.

2. Перед употреблением свежие овощи и фрукты необходимо тщательно мыть. Употреблять кипяченую или бутилированную воду.

3. Продукты животноводства, особенно птицеводства, необходимо подвергать термической обработке (мясо КРС, птицу, яйца и морепродукты). Не оставлять приготовленную пищу при комнатной температуре более чем на 2 часа. Исключить длительное хранение приготовленной пищи, даже в условиях холодильника.

4. Детские смеси необходимо готовить на одно кормление. Вскрытые баночки с детским питанием и соком следует использовать в течение первых 2 часов.

5. Скоропортящиеся продукты необходимо хранить только в условиях холодильника. Не употреблять продукты с истекшим сроком реализации и хранившиеся вне холодильников (скоропортящиеся продукты).

6. Для обработки сырых продуктов следует пользоваться отдельными кухонными приборами и принадлежностями, такими как ножи и разделочные доски. Сырые продукты следует хранить отдельно от готовых продуктов.

Следование этим правилам поможет снизить риски заболевания сальмонеллезом.



Главный специалист – эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.



Роспотребнадзор напоминает о правилах профилактики энтеровирусной инфекции.

Ежегодно во многих странах мира, в том числе в России, регистрируются случаи заболевания энтеровирусной инфекцией среди взрослых и детей.

Эта инфекция в том числе представляет опасность для туристов из-за несоблюдения правил личной гигиены, питания в местах с неблагоприятными санитарными условиями, употребления сырой воды, пребывания в местах большой скученности населения, купания в открытых водоемах и местах с необорудованной пляжной зоной.

Высокий риск распространения инфекции наблюдается среди детей при посещении бассейнов и детских игровых комнат.

Ежегодно фиксируются случаи заболевания российских граждан на зарубежных курортах и завоз инфекции на территорию нашей страны с последующим ее распространением.

Энтеровирусная инфекция (ЭВИ) – распространенное инфекционное заболевание, длительное время, сохраняющееся в бассейнах и водоемах, на предметах обихода, продуктах питания (молоко, фрукты, овощи).

Бактерии ЭВИ до 18 дней сохраняются в водопроводной воде, около месяца - в речной, до двух месяцев - в очищенных сточных водах.

Источником инфекции является больной человек или носитель возбудителя ЭВИ. Энтеровирусы поражают детей при попадании небольшой дозы возбудителя с водой или с пищей. Передается водным (сырая вода или приготовленный из нее лёд), контактно-бытовым или воздушно-капельным путём. Инфекция также передаётся через недостаточно обработанные овощи, фрукты, зелень, грязные руки, игрушки и другие объекты внешней среды.

Энтеровирусы способны поражать многие органы и ткани человека - центральную и периферическую нервную системы, сердце, легкие, печень, почки, желудочно-кишечный тракт, кожу, органы зрения. Наиболее тяжело протекает серозный вирусный менингит. Энтеровирусная инфекция также проявляется в виде герпетической ангины, высыпаний на теле и в ротовой области полости, расстройств пищеварения.

Для того чтобы избежать заражения ЭВИ необходимо

- тщательно мыть руки с мылом после посещения туалета, перед едой, после смены подгузника у ребенка,
- мыть фрукты и овощи кипяченой или бутилированной водой,
- пить кипяченую или бутилированную воду промышленного производства,
- избегать контактов с людьми с признаками респираторных инфекций, с сыпью, диареей и температурой,
- купаться только в тех бассейнах, в которых проводится обеззараживание и контроль качества воды на специально оборудованных пляжах.

Родителям необходимо следить за детьми во время купания во избежание заглатывания воды, защищать пищу от мух и других насекомых.

При появлении температуры, кашля, насморка, боли в горле, сыпи, головной боли, жидкого стула следует немедленно обращаться за медицинской помощью.

Главный специалист – эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.



Роспотребнадзор напоминает о значимости специфической профилактики туберкулеза.

Туберкулез – распространенное в мире инфекционное заболевание. Возбудитель туберкулеза (*Mycobacterium tuberculosis*) наиболее часто поражает легкие, наносит урон иммунной системе.

По оценкам ВОЗ, в мире порядка 10 миллионов человек страдают туберкулезом.

Основными мерами, направленными на предупреждение распространения туберкулёза, являются иммунизация детского населения, раннее выявление и лечение больных и инфицированных лиц, проведение противоэпидемических мероприятий в очагах туберкулёзной инфекции.

Туберкулезом может заразиться каждый. На ранних стадиях заболевания клинические проявления практически отсутствуют, что приводит к позднему обращению больных туберкулезом за медицинской помощью, т.е. уже после появления выраженных клинических проявлений (кашля, повышения температуры, утомляемости, снижения веса и т.д.). Такие больные уже являются опасными источниками туберкулёзной инфекции, что приводит к инфицированию лиц, контактирующих с ними по месту проживания или в коллективе.

Кроме того, больные туберкулезом при позднем выявлении заболевания нуждаются в длительном лечении. В некоторых поздно выявленных случаях заболевание заканчивается летально.

В целях раннего выявления заболевания в нашей стране проводятся профилактические обследования населения на туберкулез. Для взрослого населения и предусмотрено флюорографическое обследование легких с кратностью не реже одного - двух раз в год (в зависимости от профессии, состояния здоровья и принадлежности к различным группам риска), а для детей, начиная с 12-ти месячного возраста, – ежегодные иммунологические исследования (проба Манту, Диаскинтест). При высоком риске инфицирования возбудителем туберкулеза кратность обследования увеличивается.

Специфический противотуберкулёзный иммунитет достигается иммунизацией противотуберкулёзными вакцинами (БЦЖ и БЦЖ-М). Новорожденного прививают в первые дни жизни в родильном доме, что обеспечивает иммунитет длительностью 5-7 лет. Повторную прививку против туберкулёза проводят в 7 лет при наличии отрицательной пробы Манту. Иммунизация предупреждает развитие туберкулёзных менингитов у детей раннего возраста, защищает детей от тяжелых форм туберкулеза и снижает риск его развития при инфицировании.

Чтобы противодействовать распространению туберкулеза в обществе важны понимание и ответственность каждого человека.

Берегите здоровье и внесите свой вклад в борьбу с этой инфекцией, своевременно проходите профилактические обследования на туберкулез.

Главный специалист – эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.



Рекомендации по профилактике пневмонии.

Пневмония - воспаление легочной ткани обычно инфекционного происхождения с преимущественным поражением альвеол.

В зависимости от возбудителя выделяют: бактериальную, вирусную, бактериально-вирусную, грибковую.

Пневмония передается воздушно - капельным путем при кашле, чихании.

Источником инфекции является больной человек или носитель.

Заболеть можно в любом возрасте, но более уязвимы дети до пяти лет и пожилые люди.

Среди факторов риска развития пневмонии отмечается наличие у человека бронхиальной астмы, иммунодефицитных состояний, сахарного диабета, различных заболеваний сердечно-сосудистой системы. Так же факторами риска, провоцирующими пневмонию, являются тяжелые условия труда, недостаточное питание, низкий уровень жизни, неблагоприятные бытовые условия.

Обычно воспаление легких развивается как осложнение острых респираторно-вирусных инфекций, поэтому так важно при ОРВИ соблюдать постельный режим и выполнять все назначения врача.

Пневмонию легко перепутать с другими заболеваниями ОРВИ, в том числе с гриппом.

Следует насторожиться, если у вас или у вашего ребенка:

- на 3-5-й день от начала ОРВИ наступает резкое ухудшение самочувствия;
- наблюдается затянувшийся кашель и небольшой (как правило, до 38 °С) подъем температуры, при этом сильная слабость, повышенная потливость и выраженное общее недомогание;

- ощущение колющих болей в боку или спине, которые усиливаются при кашле и вдохе;

- отсутствие эффекта от приема традиционных жаропонижающих средств;

- ощущение нехватки воздуха при дыхании.

При появлении симптомов не занимайтесь самолечением, обратитесь к врачу.

Одним из направлений профилактики пневмонии является иммунизация населения против пневмококковой и гемофильной инфекций, гриппа. Вакцинация против пневмококковой, гемофильной инфекций и гриппа входит в Национальный календарь профилактических прививок.

Кроме того для предотвращения пневмонии следует:

- Вовремя обращаться за медицинской помощью при проявлении признаков инфекционного заболевания, не заниматься самолечением;

- Не посещать организованные коллективы детей и взрослых с признаками инфекционного заболевания;

- Своевременное лечить другие заболевания, способствующие развитию пневмонии (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких);

- Соблюдать гигиену: регулярно мыть руки, пользоваться антисептиком, носить маску в общественных местах, соблюдать дистанцию, избегать контакта с людьми, у которых есть признаки заражения;

- Вести здоровый образ жизни: заниматься физкультурой и спортом, совершать частые прогулки на свежем воздухе, отказаться от вредных привычек;

- Соблюдать здоровое полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов;

- В холодное время года одеваться по погоде, избегать переохлаждений и сквозняков;

- Соблюдать режим труда и отдыха;

- Соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.

Будьте внимательны к своему здоровью! Помните, что пневмонию легче предотвратить, чем потом вылечить.

Главный специалист – эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.



Роспотребнадзор напоминает о профилактике бешенства.

Роспотребнадзор напоминает о заболевании, которое заканчивается летальным исходом. Бешенство – это особо опасное острое вирусное инфекционное заболевание, которое регистрируется в любые сезоны года. Бешенство можно только предотвратить. Средств лечения уже развившегося заболевания не существует.

Заражение человека происходит при укусе, оцарапывании, или при ослюнении больным животным ран, порезов на коже человека или при контакте с предметами, загрязненными инфицированной слюной. Возможно заражение и при попадании брызг инфицированного материала (слюна больного животного) на слизистые оболочки рта, глаз, носовой полости человека.

Ежегодно в Российской Федерации по поводу укусов животных обращается около 400 тысяч человек, из них порядка 250 – 300 тысяч нуждаются в проведении специфического антирабического лечения.

Важно знать, что вирус – возбудитель бешенства, может находиться в слюне больного животного за 10 дней до появления видимых признаков заболевания.

Предотвратить бешенство можно при помощи вакцинации и соблюдении правил поведения при контакте с дикими и безнадзорными животными.

Источником возбудителя бешенства в России чаще всего бывают собаки и кошки, из диких животных – лисицы, летучие мыши, ежи, барсуки, волки, енотовидные собаки. Реже заражение может произойти в результате контакта с больными коровами, овцами, лошадьми, грызунами.

Как предупредить инфицирование

1. Избегайте контактов с дикими животными

Любое животное потенциально опасно, даже, если выглядит спокойным, здоровым, миролюбивым и ласковым! Если Вы встретите в лесу лисицу, барсука – не берите их на руки, не гладьте, не кормите и не приносите домой! Разъясните детям, что недопустимо контактировать с незнакомыми животными, опасность представляет и еж, зашедший на дачный участок, и летучие мыши, обитающие на чердаках домов, и белки, встретившиеся в парке.

2. Соблюдайте правила содержания домашних животных

Зарегистрируйте питомца в ветеринарной станции по борьбе с болезнями животных своего административного округа и ежегодно прививайте его против бешенства. Прививки против бешенства животным проводятся бесплатно.

Выводите собак на прогулки только на коротком поводке, а бойцовых или крупных собак – в наморднике. Оберегайте их от контактов с бездомными животными. Продавать, покупать собак и кошек, перевозить их разрешается только при наличии ветеринарного свидетельства.

При любом заболевании животного, особенно при появлении симптомов бешенства (изменение поведения, обильное слюнотечение, затруднение глотания, судороги), срочно обратитесь в ближайшую ветеринарную станцию, не занимайтесь самолечением.

Если ваше животное укусило человека, сообщите пострадавшему свой адрес и доставьте животное для осмотра и наблюдения ветеринарным врачом. Владелец животного несет полную административную, а при нанесении тяжелых увечий и смерти пострадавшего, уголовную ответственность за нарушение Правил содержания животных.

3. Избегайте контактов с безнадзорными собаками и кошками

Не оставляйте детей без присмотра в местах, где могут находиться бродячие собаки или кошки. Разъясните детям, что опасно гладить, кормить, подпускать к себе незнакомых животных, они могут быть больны.

Что делать, если контакт с животным произошел?

При укусе, оцарапывании, ослюнении человека надо срочно промыть раны и все места, на которые могла попасть слюна животного мыльным раствором в течение 15 минут, затем водопроводной водой, с последующей обработкой раствором перекиси водорода. Обработать края раны 5-процентной настойкой йода. После этого незамедлительно обратиться в травмпункт по месту жительства к врачу-травматологу.

Только своевременно оказанная антирабическая помощь спасает от развития бешенства у человека. Чем раньше будет начат курс антирабических прививок, тем быстрее произойдет



выработка иммунитета, который позволит предотвратить развитие заболевания. Прививки против бешенства проводятся бесплатно, независимо от наличия полиса обязательного медицинского страхования.

Вакцину вводят в мышцу плеча в день обращения, а затем на 3, 7, 14, 30, 90 дни после укуса. Во время лечения не рекомендуется употребление алкоголя.

Соблюдение правил содержания домашних животных, мер предосторожности при контактах с дикими и безнадзорными животными, вовремя сделанная вакцинация уберегут вас от бешенства!

Главный специалист – эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск Корнякова Ксения Евгеньевна.