

Муниципальное дошкольное общеобразовательное автономное учреждение

«Детский сад №10»

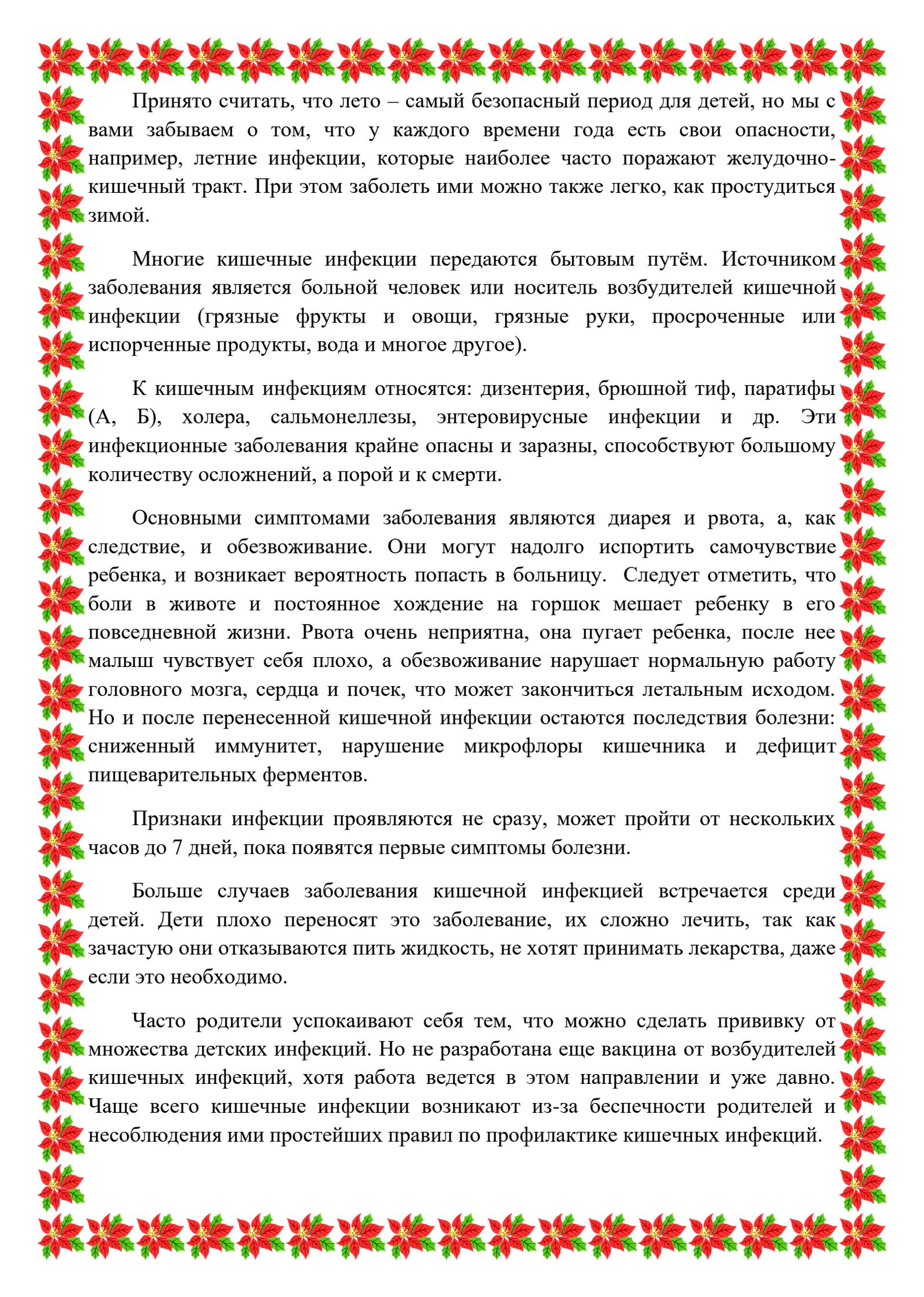
Консультация для родителей
«Профилактика кишечных инфекций у детей
в летний период»



Подготовила:

воспитатель Толмачева Е.В.

Оренбург, 2024г.



Принято считать, что лето – самый безопасный период для детей, но мы с вами забываем о том, что у каждого времени года есть свои опасности, например, летние инфекции, которые наиболее часто поражают желудочно-кишечный тракт. При этом заболеть ими можно также легко, как простудиться зимой.

Многие кишечные инфекции передаются бытовым путём. Источником заболевания является больной человек или носитель возбудителей кишечной инфекции (грязные фрукты и овощи, грязные руки, просроченные или испорченные продукты, вода и многое другое).

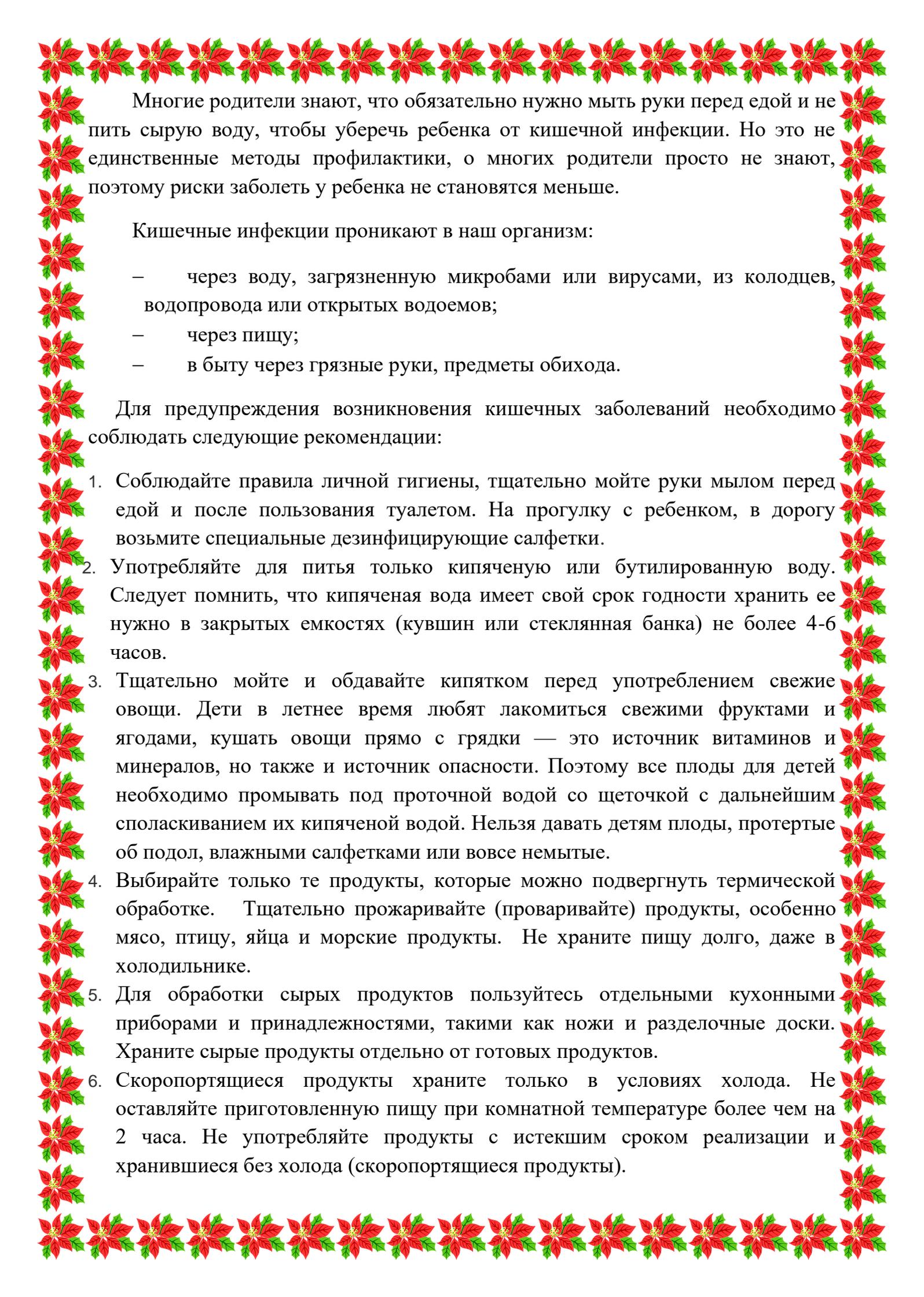
К кишечным инфекциям относятся: дизентерия, брюшной тиф, паратифы (А, Б), холера, сальмонеллезы, энтеровирусные инфекции и др. Эти инфекционные заболевания крайне опасны и заразны, способствуют большому количеству осложнений, а порой и к смерти.

Основными симптомами заболевания являются диарея и рвота, а, как следствие, и обезвоживание. Они могут надолго испортить самочувствие ребенка, и возникает вероятность попасть в больницу. Следует отметить, что боли в животе и постоянное хождение на горшок мешает ребенку в его повседневной жизни. Рвота очень неприятна, она пугает ребенка, после нее малыш чувствует себя плохо, а обезвоживание нарушает нормальную работу головного мозга, сердца и почек, что может закончиться летальным исходом. Но и после перенесенной кишечной инфекции остаются последствия болезни: сниженный иммунитет, нарушение микрофлоры кишечника и дефицит пищеварительных ферментов.

Признаки инфекции проявляются не сразу, может пройти от нескольких часов до 7 дней, пока появятся первые симптомы болезни.

Больше случаев заболевания кишечной инфекцией встречается среди детей. Дети плохо переносят это заболевание, их сложно лечить, так как зачастую они отказываются пить жидкость, не хотят принимать лекарства, даже если это необходимо.

Часто родители успокаивают себя тем, что можно сделать прививку от множества детских инфекций. Но не разработана еще вакцина от возбудителей кишечных инфекций, хотя работа ведется в этом направлении и уже давно. Чаще всего кишечные инфекции возникают из-за беспечности родителей и несоблюдения ими простейших правил по профилактике кишечных инфекций.



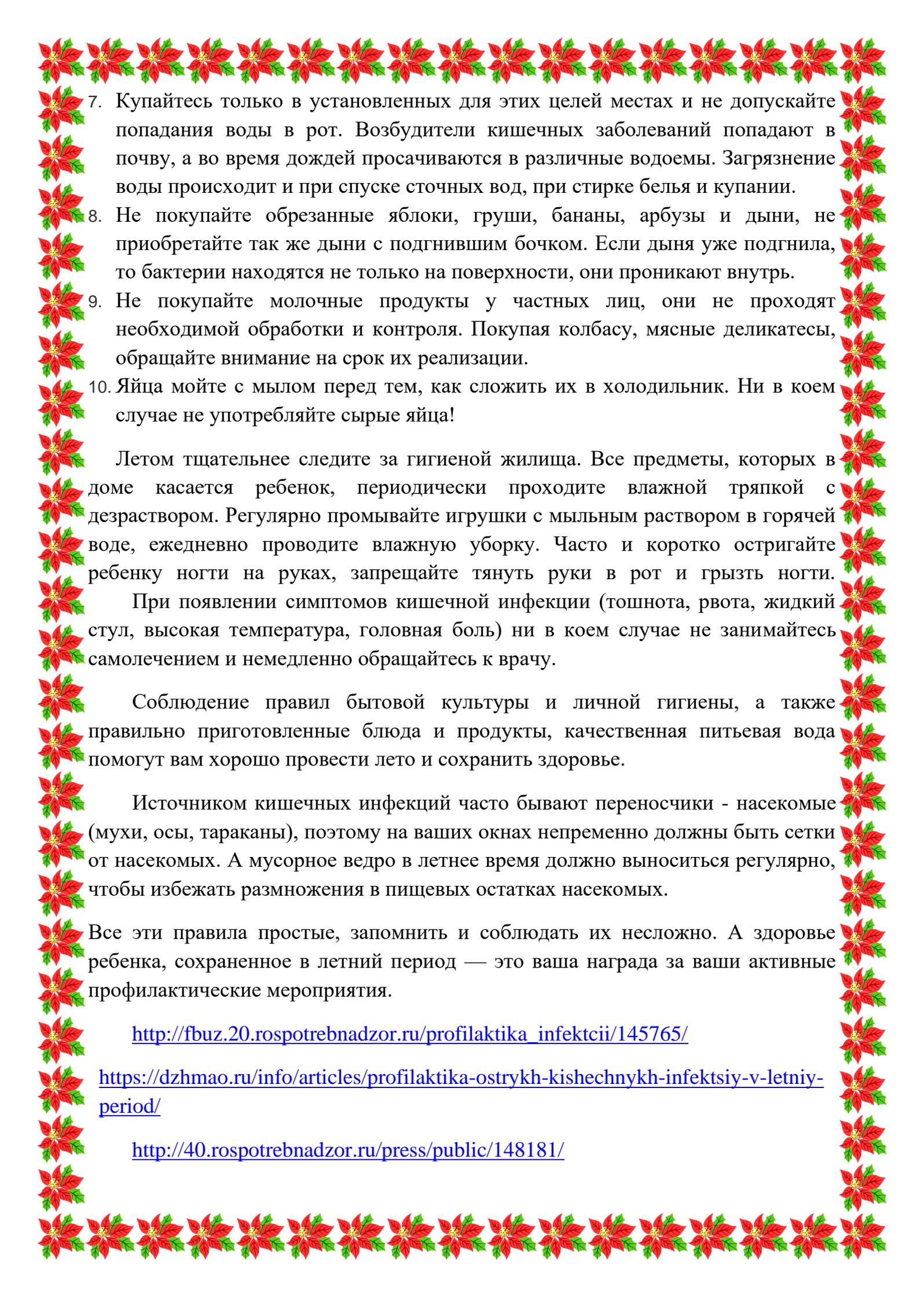
Многие родители знают, что обязательно нужно мыть руки перед едой и не пить сырую воду, чтобы уберечь ребенка от кишечной инфекции. Но это не единственные методы профилактики, о многих родители просто не знают, поэтому риски заболеть у ребенка не становятся меньше.

Кишечные инфекции проникают в наш организм:

- через воду, загрязненную микробами или вирусами, из колодцев, водопровода или открытых водоемов;
- через пищу;
- в быту через грязные руки, предметы обихода.

Для предупреждения возникновения кишечных заболеваний необходимо соблюдать следующие рекомендации:

1. Соблюдайте правила личной гигиены, тщательно мойте руки мылом перед едой и после пользования туалетом. На прогулку с ребенком, в дорогу возьмите специальные дезинфицирующие салфетки.
2. Употребляйте для питья только кипяченую или бутилированную воду. Следует помнить, что кипяченая вода имеет свой срок годности хранить ее нужно в закрытых емкостях (кувшин или стеклянная банка) не более 4-6 часов.
3. Тщательно мойте и обдавайте кипятком перед употреблением свежие овощи. Дети в летнее время любят лакомиться свежими фруктами и ягодами, кушать овощи прямо с грядки — это источник витаминов и минералов, но также и источник опасности. Поэтому все плоды для детей необходимо промывать под проточной водой со щеточкой с дальнейшим споласкиванием их кипяченой водой. Нельзя давать детям плоды, протертые об подол, влажными салфетками или вовсе немытые.
4. Выбирайте только те продукты, которые можно подвергнуть термической обработке. Тщательно прожаривайте (проваривайте) продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты. Не храните пищу долго, даже в холодильнике.
5. Для обработки сырых продуктов пользуйтесь отдельными кухонными приборами и принадлежностями, такими как ножи и разделочные доски. Храните сырые продукты отдельно от готовых продуктов.
6. Скоропортящиеся продукты храните только в условиях холода. Не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более чем на 2 часа. Не употребляйте продукты с истекшим сроком реализации и хранившиеся без холода (скоропортящиеся продукты).

- 
7. Купайтесь только в установленных для этих целей местах и не допускайте попадания воды в рот. Возбудители кишечных заболеваний попадают в почву, а во время дождей просачиваются в различные водоемы. Загрязнение воды происходит и при спуске сточных вод, при стирке белья и купании.
 8. Не покупайте обрезанные яблоки, груши, бананы, арбузы и дыни, не приобретайте так же дыни с подгнившим бочком. Если дыня уже подгнила, то бактерии находятся не только на поверхности, они проникают внутрь.
 9. Не покупайте молочные продукты у частных лиц, они не проходят необходимой обработки и контроля. Покупая колбасу, мясные деликатесы, обращайте внимание на срок их реализации.
 10. Яйца мойте с мылом перед тем, как сложить их в холодильник. Ни в коем случае не употребляйте сырые яйца!

Летом тщательнее следите за гигиеной жилища. Все предметы, которых в доме касается ребенок, периодически проводите влажной тряпкой с дезраствором. Регулярно промывайте игрушки с мыльным раствором в горячей воде, ежедневно проводите влажную уборку. Часто и коротко остригайте ребенку ногти на руках, запрещайте тянуть руки в рот и грызть ногти.

При появлении симптомов кишечной инфекции (тошнота, рвота, жидкий стул, высокая температура, головная боль) ни в коем случае не занимайтесь самолечением и немедленно обращайтесь к врачу.

Соблюдение правил бытовой культуры и личной гигиены, а также правильно приготовленные блюда и продукты, качественная питьевая вода помогут вам хорошо провести лето и сохранить здоровье.

Источником кишечных инфекций часто бывают переносчики - насекомые (мухи, осы, тараканы), поэтому на ваших окнах непременно должны быть сетки от насекомых. А мусорное ведро в летнее время должно выноситься регулярно, чтобы избежать размножения в пищевых остатках насекомых.

Все эти правила простые, запомнить и соблюдать их несложно. А здоровье ребенка, сохраненное в летний период — это ваша награда за ваши активные профилактические мероприятия.

http://fbuz.20.rospotrebnadzor.ru/profilaktika_infekcii/145765/

<https://dzhmao.ru/info/articles/profilaktika-ostrykh-kishechnykh-infektsiy-v-letniy-period/>

<http://40.rospotrebnadzor.ru/press/public/148181/>