# Чревни инфекции

**С повишаване на температурите и затопляне на времето се повишава и рискът от възникване на чревни инфекции.**



**Стомашно-чревните инфекции възникват най-често:**

- след консумация на хранителни продукти, заразени с чревни микроби от мухи, хлебарки или гризачи
- контакт със здрави заразоносители
- пиене на вода от нерегламентирани водоизточници
- консумация на месо, яйца или мляко от болни животни и птици, подложени на недостатъчна термична обработка (салмонелози)
- консумация на бързоразвалящи се храни, неправилно съхранявани (извън хладилник) и на такива с изтекъл срок на трайност
- консумация на неизмити добре плодове и зеленчуци.



Тежестта на протичане на заболяванията зависи както от причинителя, така и от възрастта и общото състояние на организма. При кърмачета, малки деца, хронично тежко болни и хора с намален имунитет заболяванията протичат по-тежко и често с развитие на усложнения.

Основният симптом на болестта е диарията - чести изхождания повече от три пъти на денонощие на воднисто-кашави изпражнения. Други симптоми на стомашно-чревните инфекции могат да са: гадене, повръщане, присвиващи болки в корема, отпадналост, повишение на температурата.

Разстройството, причинено от бактериална инфекция, може да протича по-тежко с кървави изхождания, както е при салмонелозата, дизентерията и други, което налага болният да постъпи в здравно заведение за провеждане на лечение. Понякога някои такива пациенти остават заразоносители и предават инфекцията на други хора при контакт с тях или чрез хранителните продукти. Този риск трябва да се отчита при лица, работещи в хранителни заведения, детски заведения, училища и други.

**Какво е необходимо, за да се предпазим от стомашно- чревни инфекции?**

- Да се поддържа висока обществена и лична хигиена, особено от работещите в рискови за здравето обекти - хранителни, детски и здравни заведения
- Да се измиват ръцете със сапун преди приготвяне на храната, преди хранене и след ползване на тоалетна

- Да се спазва строго режима на почистване и дезинфекция в обектите за производство и търговия с храни
- Да се измиват обилно с течаща вода плодовете и зеленчуците, предназначени за консумация в суров вид
- Да се опазват хранителните продукти и приборите за хранене от замърсяване от мухи и гризачи
- Да се подлагат на добра термична обработка и съхраняват при хладилни условия хранителните продукти, особено тези от животински произход (месо, мляко, яйца)
- Да не се допускат мухи и гризачи в домовете, като се замрежват прозорците, затварят плътно съдовете за смет и редовно се извозват отпадъците
- Да се използва вода от регламентирани питейни източници
- Да не се използват замърсени водоеми за спорт, риболов, къпане
- Да не се употребяват консерви с признаци на “бомбаж” и храни с изтекъл срок на трайност.