

# **Инфекционные заболевания**

## **(Памятка населению)**

## Содержание

1. Возникновение инфекционных заболеваний.
2. Распознавание инфекционных заболеваний.
3. Основы защиты и правила поведения населения.

По данным Всемирной организации здравоохранения, ежегодно на земном шаре переносят инфекционные заболевания свыше 1 млрд. человек. В течение короткого срока могут заразиться большие массы людей. Так, холера Эль-Тор, начавшись в 1960 г. в Индонезии, к 1971 г. охватила все страны мира. Четвертая пандемия (эпидемия, охватывающая группу стран, континентов) гриппа за два года (1968-1970) поразила около 2 млрд. человек всех континентов и унесла около 1,5 млн. жизней. Иногда появляются больные чумой, холерой, бруцеллезом. Все еще высок уровень заболеваемости острой дизентерией, брюшным тифом, дифтерией, вирусным гепатитом, сальмонеллезом, гриппом. Особенно опасно их возникновение на предприятиях, в учебных заведениях, воинских коллективах, где один может заразить всех.

Вот почему очень важно знать признаки инфекционных заболеваний, пути их распространения, способы предупреждения и правила поведения.

### 1. Возникновение инфекционных заболеваний

Ноябрь 1990 г. Таежный город нефтедобытчиков Лангепас (Ханты-Мансийский автономный округ) превратился в огромный лазарет. В больницу с кишечной инфекцией обратилось свыше 2000 человек, более 100 были госпитализированы, из которых 13 находились в очень тяжелом состоянии.

В чем же причина? В том, что водопроводные и канализационные трубы были проложены рядом, в одной траншее. В результате в водопроводную сеть стали проникать фекальные воды.

Другой пример. В кемпинге «Родник», расположенном на окраине Ставрополя, 45 его поселенцев заболели холерой. Сложилась критическая ситуация, ведь в кемпинге за короткое время побывало 733 человека. Их надо было найти, изолировать и вылечить. Носителей холерного вибриона обнаруживали в Барнауле, Перми, Краснодаре и многих других городах. Только чрезвычайные меры предотвратили распространение инфекции. Виной всему оказался родник близ кемпинга. Оползневые явления повредили канализационную сеть, и нечистоты попали в ключевую воду.

Надо помнить, что возбудители инфекционных заболеваний, проникая в организм, находят там благоприятную среду для развития. Быстро размножаясь, они выделяют токсины, которые поражают ткани, что приводит к нарушению нормальных процессов жизнедеятельности организма. Болезнь возникает, как правило, через несколько часов или дней с момента заражения. В этот период, называемый инкубационным, идет размножение микробов и накопление токсических веществ без видимых признаков заболевания.

Различают несколько путей распространения: *контактный*, когда происходит прямое соприкосновение больного со здоровым человеком; *контактно-бытовой*-передача инфекции через предметы домашнего обихода (белье, полотенце, посуда, игрушки), загрязненные выделениями больного; *воздушно-капельный*-при разговоре, чихании; *водный*. Многие возбудители сохраняют жизнеспособность в воде, по крайней мере, несколько дней. В связи с этим передача острой дизентерии, холеры, брюшного тифа может происходить через воду весьма широко. Если не принимать необходимых санитарных мер, то водные эпидемии могут привести к печальным последствиям.

А сколько инфекционных заболеваний передается с пищевыми продуктами?

В Тульской области было выявлено пять случаев заболевания бруцеллезом. В чем же причина? Пренебрежение ветеринарными требованиями и нормами: 65 голов крупного рогатого скота, больного бруцеллезом, совхоз направил на мясокомбинат, от продукции которого заразились люди.

На сегодня ведущее значение приобрел сальмонеллез. Заболеваемость им увеличилась в 25 раз. Это одно из распространенных кишечно-желудочных заболеваний. Разносчиками могут являться различные животные: рогатый скот, свиньи, лошади, крысы, мыши и домашняя птица, особенно утки и гуси. Возможно такое заражение от больного человека или носителя сальмонелл.

Большую опасность для окружающих представляют больные, которые своевременно не обращаются к врачу, так как многие инфекционные болезни протекают легко. Но при этом происходит интенсивное выделение возбудителей во внешнюю среду. Сроки выживания возбудителей различны. Так, на гладких поверхностях целлулоидных игрушек дифтерийная палочка сохраняется меньше по времени, чем на мягких игрушках из шерсти или другой ткани. В готовых блюдах, в мясе, молоке возбудители могут жить долго. В частности, молоко является благоприятной питательной средой для брюшно-тифозной и дизентерийной палочек.

В организме человека на пути проникновения болезнетворных микробов стоят защитные барьеры: кожа, слизистая оболочка желудка, некоторые составные части крови. Сухая, здоровая и чистая кожа выделяет вещества, которые приводят к гибели микробов. Слизь и слюна содержат высокоактивный фермент лизоцим, разрушающий многих возбудителей. Оболочка дыхательных путей также хороший защитник. Надежный барьер на пути микробов - желудок. Он выделяет соляную кислоту и ферменты, которые нейтрализуют большинство возбудителей заразных болезней. Однако, если человек пьет много воды, то кислотность, разбавляясь, снижается. Микробы в таких случаях не гибнут и с пищей проникают в кишечник, а оттуда в кровь.

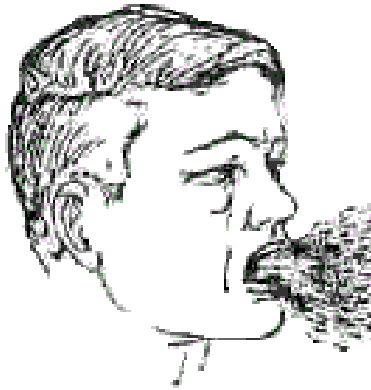
Необходимо отметить, что защитные силы более эффективны в здоровом, закаленном организме. Переохлаждение, несоблюдение личной гигиены, травмы, курение, радиация, прием алкоголя резко снижают его сопротивляемость.

## 2. Распознавание инфекционных заболеваний

Наиболее типичными признаками инфекционного заболевания являются: озноб, жар, повышение температуры. При этом возникает головная боль, боль в мышцах и суставах, недомогание, общая слабость, разбитость, иногда тошнота и рвота, нарушается сон, ухудшается аппетит. При тифе, менингококковой инфекции появляется сыпь. При гриппе и других респираторных заболеваниях - чихание, кашель, першение в горле. Ангина и дифтерия вызывают боли в горле при глотании. При дизентерии - понос. Рвота и понос признаки холеры и сальмонеллеза.

Рассмотрим кратко наиболее часто встречающиеся инфекции, пути их распространения и способы предупреждения.

**Инфекции дыхательных путей** - наиболее многочисленные и самые распространенные заболевания. Ежегодно ими переболевает до 15-20% всего населения, а в период эпидемических вспышек гриппа - до 40%. Возбудители локализуются в верхних дыхательных путях и распространяются воздушно-капельным путем.



Микробы попадают в воздух со слюной и слизью при разговоре, чихании, кашле больного (наибольшая концентрация на расстоянии 2-3м от больного). Крупные капли, содержащие возбудителей, довольно быстро оседают, подсыхают, образуя микроскопические ядрышки. С пылью они вновь поднимаются в воздух и переносятся в другие помещения. При их вдыхании и происходит заражение. При высокой влажности воздуха в помещениях, недостаточном их проветривании и других нарушениях санитарно-гигиенических правил возбудители сохраняются во внешней среде дольше. При стихийном бедствии и крупных катастрофах обычно происходит скапливание людей, нарушаются нормы и правила общежития, что обуславливает массовость заболевания гриппом, дифтерией, ангиной, менингитом.

**Грипп.** Его вирус в течение короткого времени может поразить значительное количество людей. Он устойчив к замораживанию, но быстро погибает при нагревании, высушивании, под действием дезинфицирующих средств, при ультрафиолетовом облучении. Инкубационный период продолжается от 12 ч до 7 суток. Характерные признаки болезни: озноб, повышение температуры, слабость, сильная головная боль, кашель, першение в горле, насморк, саднение за грудиной, осипший голос. При тяжелом течении возможны осложнения: пневмония, воспаление головного мозга и его оболочек.

**Дифтерия** характеризуется воспалительным процессом в глотке и токсическим поражением сердечно-сосудистой и нервной систем. Возбудитель болезни - дифтерийная палочка. Входными воротами инфекции чаще всего являются слизистые оболочки зева, гортани и носа. Передается воздушно-капельным путем. Инкубационный период от 5 до 10 дней. Наиболее характерное проявление болезни - образование пленок в верхних дыхательных путях. Опасность для жизни представляет токсическое поражение ядами дифтерийных палочек организма больного. При их распространении может возникнуть нарушение дыхания.

**Холера, дизентерия, брюшной тиф, сальмонеллез, инфекционный гепатит.** Все эти острые кишечные инфекции занимают второе место после воздушно-капельных. При этой группе заболеваний болезнетворные микроорганизмы проникают внутрь с проглатываемой пищей или водой. Разрушение водопроводных и канализационных сетей, низкая санитарная культура, беспечность и неосмотрительность в использовании открытых водоемов приводят к возникновению эпидемий этими заболеваниями.

**Острая бактериальная дизентерия.** Возбудители - дизентерийные бактерии, которые выделяются с испражнениями больного. Во внешней среде они сохраняются 30-45 дней. Инкубационный период до 7 дней (чаще 2-3 дня). Заболевание сопровождается повышением температуры, ознобом, жаром, общей слабостью, головной болью.

Начинается со схваткообразных болей в животе, с частого жидкого стула, в тяжелых случаях - с примесью слизи и крови. Иногда бывает рвота.

**Брюшной тиф.** Источник инфекции больные или бактерионосители. Палочка брюшного тифа и паратифов выделяется с испражнениями и мочой. В почве и воде они могут сохраняться до четырех месяцев, в испражнениях - до 25 дней, на влажном белье до двух недель. Инкубационный период продолжается от одной до трех недель. Заболевание

развивается постепенно: ухудшается самочувствие, нарушается сон, повышается температура. На 7-8-й день появляется сыпь на коже живота, грудной клетке. Заболевание длится 2-3 недели и может осложниться кишечным кровотечением или прободением кишечника на месте одной из многочисленных образовавшихся при этом язв.

### 3. Основы защиты и правила поведения населения

Инфекционные заболевания возникают при наличии трех основных факторов:

- 1) источника инфекции;
- 2) благоприятных условий для распространения возбудителей;
- 3) восприимчивого к заболеванию человека.

Если исключить из этой цепи хотя бы одно звено, эпидемический процесс прекращается. Следовательно, целью предупреждающих мероприятий является воздействие на источник инфекции, чтобы уменьшить обсеменение внешней среды, локализовать распространение микробов, а также повысить устойчивость населения к заболеваниям.

Поскольку главным источником инфекции является больной человек или бактерионоситель, то необходимо раннее их выявление, немедленная изоляция и госпитализация. При легком течении заболевания люди, как правило, поздно обращаются к врачу или совсем этого не делают. Помочь в скорейшем выявлении таких больных могут подворные обходы.



Для больного необходимо выделить отдельное помещение или отгородить его ширмой от окружающих. Обслуживающему персоналу обязательно носить защитные марлевые маски. Помещение, где находится больной, надо регулярно проветривать.

Важное значение для предупреждения развития инфекционных заболеваний имеет *экстренная и специфическая профилактика*.

*Экстренная профилактика* проводится при возникновении опасности массовых заболеваний, но когда вид возбудителя еще точно не определен. Она заключается в приеме населением антибиотиков, сульфаниламидных и других лекарственных препаратов. Средства экстренной профилактики при своевременном их использовании по предусмотренным заранее схемам позволяют в значительной степени предупредить инфекционные заболевания, а в случае их возникновения облегчить их течение.

Специфическая профилактика - создание искусственного иммунитета (невосприимчивости) путем предохранительных прививок (вакцинации). Против некоторых болезней (натуральная оспа, дифтерия, туберкулез, полиомиелит и др.)

проводится постоянно, а против других - только при появлении опасности их возникновения и распространения.

Повысить устойчивость населения к возбудителям инфекции возможно путем массовой иммунизации предохранительными вакцинами, введением специальных сывороток или гамма-глобулинов.

Вакцины представляют собой убитых или специальными методами ослабленных болезнетворных микробов, при введении которых в организм здоровых людей у них вырабатывается состояние невосприимчивости к заболеванию. Вводятся они разными способами: подкожно, наочно, внутривожно, внутримышечно, через рот (в пищеварительный тракт), путем вдыхания.

Для предупреждения и ослабления инфекционных заболеваний в порядке самопомощи и взаимопомощи рекомендуется использовать средства, содержащиеся в аптечке индивидуальной АИ-2:

- противобактериальное средство №1 (тетрациклина гидрохлорид 0,1г) - 2 пенала без окраски с квадратными корпусами по 5 таблеток в каждом. Принимать содержимое одного пенала (5 таблеток), запивая водой, как средство экстренной профилактики при угрозе заражения бактериальными средствами, а также при ранах и ожогах. Содержимое второго пенала (5 таблеток) принять через 6 часов;
- противобактериальное средство №2 (сульфадиметоксин 0,2г) - 1 удлиненный пенал без окраски, 15 таблеток. Принимают после радиационного облучения при возникновении желудочно-кишечных расстройств: 7 таблеток в один прием в первые сутки, по 4 таблетки в сутки - в последующие 2 суток.

При возникновении очага инфекционного заболевания в целях предотвращения распространения болезней объявляется *карантин или обсервация*.

*Карантин* вводится при возникновении особо опасных болезней (оспы, чумы, холеры и др.). Он может охватывать территорию района, города, группы населенных пунктов.

Карантин представляет собой систему режимных, противоэпидемических и лечебно-профилактических мероприятий, направленных на полную изоляцию эпидемического очага и ликвидацию болезней в нем. Основными режимными мероприятиями при установлении карантина являются: охрана очага инфекционного заболевания, населенных пунктов в нем, инфекционных изоляторов и больниц, контрольно-передаточных пунктов. Запрещение входа и выхода людей, ввода и вывода животных, а также вывоза имущества. Запрещение транзитного проезда транспорта, за исключением железнодорожного и водного. Разобщение населения на мелкие группы и ограничение общения между ними. Организация доставки по квартирам (домам) населению продуктов питания, воды и предметов первой необходимости. Прекращение работы всех учебных заведений, зрелищных учреждений, рынков. Прекращение производственной деятельности предприятий или перевод их на особый режим работы.

Противоэпидемические и лечебно-профилактические мероприятия в условиях карантина включают: использование населением медицинских препаратов, защиту продовольствия и воды, дезинфекцию, дезинсекцию, дератизацию, санитарную обработку, ужесточенное соблюдение правил личной гигиены, активное выявление и госпитализацию инфекционных больных.

*Обсервация* вводится в том случае, если вид возбудителя не является особо опасным. Цель обсервации предупредить распространение инфекционных заболеваний и ликвидировать их. Для этого проводятся по существу те же лечебно-профилактические мероприятия, что и при карантине, но при обсервации менее строгими изоляционно-ограничительными мерами.

Срок карантина и обсервации определяется длительностью максимального инкубационного периода заболевания, исчисляемого с момента изоляции последнего больного и окончания дезинфекции в очаге.

Люди, находящиеся на территории очага инфекционного заболевания, должны для защиты органов дыхания пользоваться ватно-марлевыми повязками. Для кратковременной защиты рекомендуется использовать свернутый в несколько слоев платок или косынку, полотенце или шарф. Не помешают и защитные очки. Целесообразно пользоваться накидками и плащами из синтетических и прорезиненных тканей, пальто, ватниками, резиновой обувью, обувью из кожи или ее заменителей, кожаными или резиновыми перчатками (рукавицами).

Защита продовольствия и воды заключается главным образом в создании условий, исключающих возможность их контакта с зараженной атмосферой. Надежными средствами защиты могут быть все виды плотно закрывающейся тары.

Водой из водопровода и артезианских скважин разрешается пользоваться свободно, но кипятить ее обязательно.

В очаге инфекционного заболевания не обойтись без дезинфекции, дезинсекции и дератизации.

*Дезинфекция* проводится с целью уничтожения или удаления микробов и иных возбудителей с объектов внешней среды, с которыми может соприкоснуться человек. Для дезинфекции применяют растворы хлорной извести и хлорамина, лизол, формалин и др. При отсутствии этих веществ используется горячая вода с мылом или содой.

*Дезинсекция* проводится для уничтожения насекомых и клещей - переносчиков возбудителей инфекционных заболеваний. Способы дезинсекции: *механический* (выколачивание, вытряхивание, стирка); *физический* (проглаживание утюгом, кипячение); *химический* (применение инсектицидов хлорофоса, тиофоса, ДДТ и др.); *комбинированный*. Для защиты от укуса насекомых применяют отпугивающие средства (репелленты), которыми смазываются кожные покровы открытых частей тела.

*Дератизация* проводится для истребления грызунов - переносчиков возбудителей инфекционных заболеваний. Она проводится чаще всего с помощью механических приспособлений и химических препаратов.

Большую роль в предупреждении инфекционных заболеваний играет строгое соблюдение правил личной гигиены:

- мытье рук с мылом после работы и перед едой;
- регулярное обмывание тела в бане, ванне, под душем со сменой нательного и постельного белья;
- систематическая чистка и вытряхивание верхней одежды и постельных принадлежностей;
- поддержание в чистоте жилых и рабочих помещений;
- очистка от грязи, пыли и обтирание обуви перед входом в помещение;
- употребление в пищу только проверенных продуктов питания (особенно - мяса и рыбы), кипяченой воды и молока, промытых проточной кипяченой водой фруктов и овощей.

Успех ликвидации инфекционного очага во многом определяется активными действиями и разумным поведением всего населения. Каждый человек должен строго выполнять установленные режим и правила поведения на работе, на улице и дома, постоянно выполнять противоэпидемические и санитарно-гигиенические нормы.