**Профилактика холеры.**

****

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в 2018 году зарегистрировано 394042 больных холерой в 40 странах мира. В Российской Федерации с 2000 по 2018 годы зарегистрировано 14 завозных случая холеры. В Свердловской области существуют риски завоза этого инфекционного заболевания, т.к. имеется прямое авиасообщение с Индией (одной их эндемичной по холере стран).

**Что такое холера?**

 Холера – острая бактериальная инфекционная болезнь, которая сопровождается диарейным синдромом, обезвоживанием, токсикозом. Инкубационный (скрытый) период от момента попадания возбудителя в организм до появления первых симптомов составляет от нескольких часов до 5 дней, чаще 1-2 дня. При легком течении холеры жидкий стул, рвота могут быть однократными, при более тяжелых формах стул частый (до 15 -20 раз в сутки), обильная рвота без предшествующей тошноты, судороги отдельных групп мышц, слабость, неутолимая жажда. Значительная потеря жидкости и солей приводит к падению артериального давления, нарушению функций почек, при отсутствии квалифицированной медицинской помощи возможен летальный исход.

**Как передается холера?**

Человек может заразиться холерой при питье воды или употреблении в пищу продуктов, зараженных бактериями. Также можно инфицироваться холерой контактно-бытовым путем при уходе за больным и при не соблюдении правил профилактики, в том числе обработки и дезинфекции рук.

Основным источником заражения являются бактерии, присутствующие в фекалиях инфицированного человека. Бактерии могут также жить в окружающей среде, а именно в реках с солоноватой водой и прибрежных водах. Поэтому, в районах, где не проводится надлежащая обработка сточных вод и запасов питьевой воды, болезнь может быстро распространяться.

**Профилактика холеры во время путешествий:**

* чаще мойте руки с мылом под проточной водой до, во время и после приготовления еды, до того, как Вы принимаете пищу, после пользования туалетом; а при невозможности мытья - используйте дезинфицирующие препараты на основе спирта;
* употребляйте для еды только ту пищу, в качестве которой Вы уверены;
* употребляйте для питья только гарантированно безопасную воду и напитки (питьевая вода и напитки в фабричной упаковке, кипяченая вода). Нельзя употреблять лед, приготовленный из сырой воды;
* мясо, рыба, морепродукты должны обязательно подвергаться термической обработке;
* желательно не пользоваться услугами местных предприятий общественного питания и не пробовать незнакомые продукты, не покупать еду на рынках и лотках, не пробовать угощения, приготовленные местными жителями;
* в случае необходимости приобретайте продукты в фабричной упаковке в специализированных магазинах;
* овощи и фрукты мойте безопасной водой и обдавайте кипятком;
* при купании в водоемах и бассейнах не допускайте заглатывания воды.

В случае появления симптомов болезни не занимайтесь самолечением и немедленно обращайтесь к врачу!

**Какое существует лечение?**

Основным лечением является быстрое восстановление воды и солей, потерянных во время тяжелой диареи и рвоты. Необходимо пить в больших количествах раствор солей для пероральной регидратации. Пациентам с тяжелым обезвоживанием организма может потребоваться внутривенное вливание раствора. Пакеты солей для пероральной регидратации имеются во многих городских аптеках. ВОЗ рекомендует людям, совершающим поездки, иметь соли для пероральной регидратации в своих аптечках.

Массовое превентивное лечение антибиотиками не останавливает распространение холеры в общинах и, поэтому, не рекомендуется.

**Защищают ли от холеры вакцины?**

 Существует вакцина для профилактики холеры. Однако иммунитет от вакцины является временным и недостаточно прочным. Поэтому, даже если вы сделали прививку, необходимо постоянно следовать правилам гигиены, т.к. вакцина не обеспечит полной защиты от холеры. Уточните у врача о необходимости прививки, если вы едете в отпуск или командировку. Ни одна страна не требует обязательной прививки от холеры как условие для въезда.



**Ирбитский территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Свердловской области Ирбитский Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области»**