

Коварные летние недуги.

Лето – прекрасное время года. Но риск заражения в условиях жары значительно выше. Призыв мыть руки становится особенно актуальным. Именно в это время чаще возникают вспышки опасных желудочно-кишечных инфекций: дизентерии, гепатита А, сальмонеллеза и многих других. Врачи даже выделили их в отдельную группу и назвали «болезнями грязных рук».

Бактерии и вирусы, вызывающие эти заболевания, в теплое время года чувствуют себя особенно хорошо. Заразиться можно при употреблении сырой воды, некипяченого молока. Серьезный риск представляют плохо вымытые фрукты, овощи, ягоды.

Одно из наиболее распространенных заболеваний – гепатит А или желтуха, при котором вирус поражает ткани печени. Заражение им происходит через воду и продукты. Обязательно кипятите воду и обдавайте тщательно вымытые фрукты и овощи кипятком.

Возбудители сальмонеллеза, которых насчитывают почти четыреста видов, попадают в организм с любым зараженным продуктом – куриным мясом, яйцом, сосисками, колбасой, промытыми фруктами, овощами, зеленью.

Кишечную палочку можно проглотить вместе с некачественным йогуртом или кефиром. Постараться предотвратить кишечную инфекцию вполне в наших силах. Обязательно кипятите молоко. Продукты покупайте только в магазинах или на организованных рынках, где качество товара не вызывает сомнений. Внимательно смотрите на дату выпуска и допустимый срок хранения продуктов.

Не оставляйте на столе неприкрытыми фрукты, печенье и графин с водой, а лучше уберите их в закрытые кухонные полки.

Ещё одна большая группа заболеваний – гельминтозы. Их возбудители, глисты, способны нанести большой вред организму ребенка. У детей чаще встречается энтеробиоз и аскаридоз. Энтеробиоз – болезнь «грязных рук», переносчиком является только человек. Здоровый человек может получить возбудителя через грязные руки, с пищей, при использовании общего нательного белья, постельных принадлежностей, полотенца. Если в семье болен хотя бы один человек, лечение требуется всем членам семьи, а дому – большая генеральная уборка и стирка. Для профилактики тщательно мойте руки. Ребенок должен иметь отдельную постель и полотенце. На ночь надевайте ребенку трусики с резинкой на бедрах или пижаму, чтобы защитить его руки от загрязнений и предотвратить рассеивание яиц остриц. Коротко подстригайте ему ногти и прививайте ему навыки личной гигиены.

В отличие от остриц, яйца аскарид развиваются в земле. Если ребенок съест промытые овощи или клубнику с грядки, либо отправит в рот испачканные в земле руки, он может заболеть аскаридозом. Эти паразиты способны курсировать по всему организму и доставлять ребенку сильное беспокойство, и вызывать повторное заражение.

На даче вероятность заболевания гельминтозами особенно велика. Ограничьте контакты ребенка с чужими животными. Своим питомцам регулярно давайте противоглистные препараты и делайте прививки.

Приучайте ребенка к личной гигиене: мытью рук после прогулки и игр на земле, перед едой, после туалета. Периодически делайте ребенку анализ на яйца глистов.