

Что такое холера?



Холера является диарейным заболеванием, развивающимся в результате инфицирования кишечника. Холерой могут заболеть и взрослые, и дети.

В большинстве случаев инфекция либо только вызывает легкую диарею, либо не имеет каких-либо симптомов проявления. Однако в 5-10 % случаев через 6 часов – 5 дней после попадания в организм бактерии у пациентов развивается тяжелая водянистая диарея и рвота. В этих случаях потеря больших количеств жидкости может быстро привести к тяжелому обезвоживанию организма.

Где происходят вспышки холеры?

Случаи заболеваний холерой регистрируются ежегодно в странах Азии и Юго-Восточной Азии: в Индии, Иране, Китае, Малайзии, Вьетнаме, Сингапуре, Доминиканской Республике и Филиппинах.

В странах Европы, США, Австралии и Океании регистрируются завозные случаи холеры.

В Африке больные холерой регистрируются ежегодно в Бенине, Бурунди, Гане, Демократической республике Конго, Камеруне, Либерии, Малави, Мозамбике, Нигере, Нигерии, Танзании. Того, Уганде.

Как передается холера?

- ➡ При питье воды или употреблении в пищу продуктов, зараженных бактериями. Чаще

все источники инфекций пищевого происхождения являются сырые или не прошедшие достаточную тепловую обработку морепродукты, свежие фрукты и овощи, а также другие продукты, зараженные во время их приготовления или хранения.

- ➡ 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.

Можно ли предотвратить холеру?

Соблюдая некоторые основные меры предосторожности, лица, совершающие поездки, также могут защитить себя от холеры соблюдая несколько простых правил надлежащей гигиены и безопасного приготовления пищи:

✓ Главное внимание необходимо уделять пищевым продуктам и воде, включая лед, и при этом соблюдать простое правило: **если продукт нельзя вскипятить, сварить/пожарить и очистить (от кожицы, корки и т.п.), то его нельзя употреблять в пищу.**

✓ Пейте только кипяченую или дезинфицированную хлором, йодом или другими соответствующими средствами питьевую воду. Такие напитки, как горячий чай или кофе, газированная вода, фруктовые соки в бутылках или пакетах и т.д. обычно безопасны для питья.

✓ Не употребляйте лед, если вы не уверены, что он сделан из безопасной воды.

✓ Употребляйте в пищу горячие продукты, прошедшие тщательную тепловую обработку. Приготовленные пищевые продукты, оставленные в течение нескольких часов при комнатной температуре, без дополнительного разогревания могут стать источником инфекции.

✓ Не употребляйте в пищу сырые морепродукты и другие продукты в сыром виде.

Исключение составляют фрукты и овощи, которые вы должны собственноручно очистить (от кожицы, корки и т.п.).

✓ Прежде чем пить непастеризованное молоко, прокипятите его.

✓ Мороженое из непроверенных источников может быть зараженным и привести к заболеванию. В случае сомнений, не ешьте его.

✓ Убедитесь в том, что пищевые продукты, купленные у уличных торговцев, проходят тщательную тепловую обработку в вашем присутствии и не содержат каких-либо составных частей, не прошедших такую обработку.



Соблюдайте гигиену рук!