**Профилактика холеры**

По данным  Всемирной организации здравоохранения эпидемиологическая ситуация в мире по заболеваемости холерой остается напряженной. За последние 10 лет случаи холеры регистрировались в странах Южной и Юго-Восточной Азии (в том числе Индии, Йемене), Африки (Замбии, Зимбабве, Кении, Малави, Мозамбике, Сомали, Танзании, Уганде, Анголе, ДРК, Конго, Судане), о. Гаити, Доминиканской  Республике. Сообщалось о случаях завоза указанного заболевания на территорию Великобритании, Франции, Финляндии, Испании, Дании, Нидерландов, Германии, Швеции, Украины, Италии, Норвегии, Швейцарии, Чехии, России, Азербайджана, Таджикистана и Казахстана.

 В 2021 и 2022 годах несколько стран Африки и Азии сообщили о вспышках холеры. Наиболее крупные из них были зарегистрированы в Афганистане, Бангладеш, Демократической Республике Конго, Эфиопии, Нигерии, Бенине, Камеруне.

**Холера** – опасное инфекционное заболевание с характерным поражением тонкого кишечника, нарушением водно-солевого обмена
и сильным обезвоживанием организма.

 Инкубационный (скрытый) период заболевания, от момента инфицирования до появления первых клинических признаков, составляет от нескольких часов до 5 дней, чаще 1-2 суток.

 Заболевание характеризуется сильнейшим обезвоживанием организма, которое при отсутствии своевременного лечения может привести к смертельному исходу. Характерными признаками холеры являются понос и рвота, которые  и приводят к обезвоживанию организма. Лечение больного холерой возможны только в условиях стационара.

 Источник инфекции — больной человек, который  выделяет возбудителя с фекалиями с окружающую среду.

 Холера передается водным, пищевым и контактно-бытовым путями.

**Факторы передачи**:

 загрязненная вода: холерой  можно заразиться, используя загрязненную воду из открытых водоемов для питья, мытья посуды, овощей и фруктов, заглатывая ее во время купания;

 пищевые продукты, загрязненные в процессе приготовления и (или) реализации, морские продукты (особенно моллюски, употребляемые в пищу сырыми или плохо проваренными), фрукты и овощи (низко растущие, поливаемые загрязненной водой). Наиболее опасны для заражения продукты, которые не подвергаются термической обработке;

 предметы обихода, загрязненные выделениями больного;

 грязные руки.

**Чтобы предупредить заражение необходимо соблюдать меры предосторожности:**

 для питья, мытья овощей и фруктов, чистки зубов используйте кипяченую или бутилированную воду, не употребляйте воду для питья и для бытовых целей из случайных источников;

 воздержитесь от использования льда для охлаждения напитков;

 купайтесь в водоемах, разрешенных для организованного отдыха; при купании в водоемах, плавательных бассейнах не глотайте  воду при купании;

 регулярно и тщательно мойте руки  с мылом после возвращения с улицы, перед едой,  после посещения туалета и т.д.

 При появлении симптомов, которые могут свидетельствовать о заболевании холерой (тошнота, рвота, жидкий стул, головная боль, головокружение), необходимо немедленно обратиться за помощью к врачу.

 Самолечение может только усугубить состояние.

Материал подготовил помощник врача- гигиениста Кореличского районного ЦГЭ Воронцова Екатерина Михайловна

Обновлено 07.07.2022