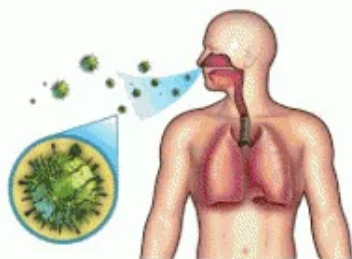


Внебольничная пневмония – это острое воспаление легких, которое возникло вне медицинского учреждения (во внебольничных условиях), либо диагностированное в первые двое суток (48 часов) с момента доставки больного в стационар.

Инфекция передается воздушно-капельным путем (при дыхании, разговоре, кашле, чихании).



Источником инфекции является больной человек или носитель возбудителя.

Вызвать воспаление легочной ткани могут различные инфекционные агенты:

- ✓ бактерии,
- ✓ вирусы,
- ✓ грибы,
- ✓ простейшие.

К основным симптомам пневмонии относятся:

- лихорадка (температура 38-40 °С),
- кашель (выделение мокроты),
- боль в грудной клетке,
- одышка,
- немотивированная слабость,
- утомляемость.

Факторы риска развития пневмонии



Детский возраст

Вредные привычки



Иммунодефицитные состояния

Переохлаждение организма



ОРВИ, грипп



Возраст старше 60 лет



Хронические заболевания



Пневмония относится к тем опасным заболеваниям, которые легче предупредить, чем после заниматься изнурительным лечением.

Неспецифические меры профилактики пневмонии

- здоровый образ жизни, отказ от курения и алкоголя, сбалансированное и рациональное питание.

- соблюдение правил личной гигиены, режимов уборки и проветривания помещений.

- закаливание. Закаливающие процедуры укрепляют иммунную защиту и повышают сопротивляемость организма любым инфекциям.

- укрепление иммунитета.

- необходимо избегать переохлаждений.

- занятия дыхательной гимнастикой, которая направлена на улучшение вентиляции легких.

- излечение хронических очагов инфекции.

- ограничение контакта с больными.

В случае заболевания, не стоит идти на работу или вести ребенка в сад, школу, так как можно заразить людей находящихся в контакте.

Не занимайтесь самолечением!

Вызовите врача на дом или обратитесь за медицинской помощью в медицинское учреждение.



Профилактика острых кишечных инфекций



Острые кишечные инфекции – это группа заболеваний, вызываемая различными патогенными микроорганизмами с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта.

Для всех кишечных инфекций характерно проникновение микроба-возбудителя через рот, его активное размножение в кишечнике, откуда он в последствии попадает во внешнюю среду: в воду на пищу, продукты обихода.

Источником инфекции является больной человек, а также **носители возбудителей заболевания**. Наиболее опасны больные легкими, стертыми и бессимптомными формами, а также бактериовыделители.



Пищевой (при употреблении в пищу недостаточно обработанных, недоброкачественных продуктов, плохо промытых овощей, фруктов, зелени).



Водный (при питье некипяченой воды, купании в открытых водоемах).



Контактно-бытовой (в процессе тесного общения через продукты обихода, игрушки, грязные руки, пользование общими предметами и т.д.).

Пути заражения

Профилактика острых кишечных инфекций

Мойте руки с мылом после возвращения с улицы, перед едой и приготовлением пищи, после посещения туалета.

Тщательно мойте фрукты, овощи под проточной водой и ошпаривайте кипятком. Не пробуйте на рынке немытые фрукты грязными руками. Ни в коем случае не ешьте немытые фрукты и овощи, сорванные с грядки.

Пейте только кипяченную или бутилированную воду.

Приобретайте продукты только в разрешенных для этого местах.

Храните продукты в закрытой посуде, отдельно сырые и готовые.

Для обработки сырых продуктов **пользуйтесь отдельными ножами и разделочными досками.**

Тщательно прожаривайте и проваривайте продукты. Разогревая супы, доводите их до кипения. Не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более 2-х часов. Убирайте все приготовленные и скоропортящиеся блюда в холодильник.

При первых признаках кишечного расстройства, особенно у ребенка, немедленно обращайтесь за медицинской помощью. Самолечение недопустимо и небезопасно.

Мойте и дезинфицируйте все поверхности и кухонные принадлежности, используемые для приготовления пищи.

В местах общественного пользования (ванна, туалет) необходимо регулярно делать уборку с моющими средствами.

Купайтесь в открытых водоемах только в специально отведенных местах.



Профилактика энтеровирусной инфекции



1. Соблюдайте правила личной гигиены.
Мойте руки перед едой, после возвращения с улицы и посещения туалета.



2. Пейте только кипяченую или бутилированную воду.



3. Приобретайте продукты только в санкционированных (разрешенных) местах торговли.



4. Мойте фрукты и овощи водой надлежащего качества.



5. Проводите влажную уборку жилого помещения и проветривайте не реже 2-х раз в день



6. Купайтесь только в официально отведенных для этой цели местах.

