

## Профилактика инфекционных и паразитарных заболеваний

В профилактике инфекционных заболеваний можно также выделить три направления: первичная, вторичная и третичная.

К первичной профилактике можно отнести следующие мероприятия: соблюдение правил личной и общественной гигиены, закаливание, предупредительный и текущий санитарный надзор, пропаганда знаний об инфекционных заболеваниях и способах их профилактики, профилактические прививки, здоровый образ жизни.

Вторичная профилактика – это раннее выявление заболевших и контроль за лицами, бывшими в контакте с больными (следовательно, знание признаков болезни), режимно-ограничительные мероприятия (карантин, обсервация), изоляция больных.

К мероприятиям третичной профилактики следует отнести своевременное, адекватное и эффективное лечение, диспансеризация реконвалесцентов (выздоровевших).

При появлении признаков инфекционного заболевания следует вызвать врача, а не пытаться идти к врачу в поликлинику, поскольку инфекционное заболевание заразно для окружающих. По этой же причине нельзя идти в школу с признаками начинающегося или уже развившегося заболевания.

Чтобы избежать распространения инфекции, необходимо помнить следующее:

1. Заболевшего ребенка нужно оставить дома и вызвать к нему врача на дом.
2. До прихода врача ребенка нужно уложить в постель, дать ему обильное питье в виде не очень сладкого теплого чая, разбавленного морса или минеральной воды.
3. До прихода врача нужно постараться выяснить, были ли в детском коллективе (школе), который посещает ребенок за последний месяц случаи заболевания инфекционными болезнями.
4. Если на теле ребенка появилась сыпь, но его общее состояние не изменено и вы решите показать ребенка врачу, сочтя возможным отвести его в поликлинику, нужно пройти в специальную, предназначенную для больных комнату (бокс). Таким образом, больной не будет соприкасаться со здоровыми детьми, пришедшими в поликлинику. Врач осмотрит ребенка в боксе.
5. Если у вас возникло подозрение на инфекционную сыпь или сыпь появилась у температурающего ребенка, врача необходимо вызвать на дом.
6. К больному ребенку нельзя допускать здоровых детей.
7. Если у ребенка заболевание, которое следует лечить в инфекционной больнице, не отказывайтесь от госпитализации. В противном случае лечение начнется позднее, и опасность осложнений будет выше. Отказываясь от госпитализации, вы также увеличите опасность распространения инфекции.
8. Если врач установил у ребенка инфекционное заболевание и назначил домашнее лечение, необходимо строго соблюдать сроки карантина. Под карантином подразумевается время, в течение которого больной ребенок и

соприкасавшиеся с ним дети (возможно, уже зараженные), должны быть отделены от других детей с тем, чтобы предотвратить дальнейшее распространение заболевания.

Основные меры профилактики инфекционных заболеваний:

1. Вакцинация. После введения в организм антигенного материала, повышается его сопротивляемость к разным возбудителям.
2. Иммунизация. Это универсальная профилактика инфекционных заболеваний. Она помогает укрепить иммунитет и предполагает прием витаминных комплексов, полноценное здоровое питание, соблюдение основных правил гигиены.
3. Изоляция больных.
4. Химиопрофилактика. Такая профилактика инфекционных заболеваний проводится для того, чтобы остановить размножение возбудителей и предупредить рецидив или осложнения болезни.

Профилактика паразитарных заболеваний сводится к соблюдению следующих рекомендаций:

- В первую очередь необходимо соблюдать правила личной гигиены. Это касается мытья рук перед приемом пищи, после каждого похода в туалет, после посещения общественных мест и после контакта с животными.
- Все продукты питания должны проходить соответствующую обработку. Фрукты и овощи, зелень и ягоды нужно промывать проточной водой и по мере необходимости замачивать в дезинфицирующих растворах (например, в содовом растворе).
- Мясо и рыба должны быть обработаны термически.
- Воду следует кипятить.
- Если в доме есть домашние животные, то им необходимо проводить профилактические антипаразитарные курсы. Туалет и место приема пищи питомца должны содержаться в чистоте. Следует мыть руки после каждого контакта с животным.
- В помещении должна проводиться регулярная влажная уборка.
- Во время работы с землей руки должны быть в перчатках.
- При поездках в тропические и субтропические страны следует заранее побеспокоиться о том, чтобы пройти профилактику гельминтозов таблетками, если имеются риски инвазии (назначить препараты должен доктор).

Это основные меры профилактики паразитарных заболеваний, которые позволят максимально оградить себя и близких от возможной инвазии.