**Острая кишечная инфекция (ОКИ)** группа инфекционных заболеваний , вызванных различными микроорганизмами (бактерии, вирусы)объединенных сходным характером клинических появлений в виде дисфункции ЖКТ и симптомами внекишечных расстройств.

**К ним относятся:**

1. Дизентерия.
2. Брюшной тиф.
3. Паратифы А и Б, холера.
4. Сальмонеллез.
5. Энтеровирусная инфекция и др.

Источником инфекции является больной человек и носитель возбудителя ОКИ. Болеют как взрослые так и дети(особенно дети от 1 до 7 лет ).

Основной путь передачи фокально – оральный. Факторами передачи могут быть : пища, вода, предметы обихода, игрушки.

**Симптомы заболевания** возникают остро, с повышения температуры тела, рвота, расстройства стула, вздутия и боли в животе. Они могут возникнуть как в первый день после инфицирования так и на седьмой день (столько длится инкубационный период заболевания). Если у вас возникли симптомы ОКИ необходимо немедленно обратится за медицинской помощью!

**Меры профилактики ОКИ**

Соблюдение личной гигиены, тщательно мыть руки мылом перед едой и после посещения общественных транспортов, туалетов (ведь после мытья рук количество микроорганизмов в значительной мере уменьшается).

Не употребляйте для питья воду из открытых источников или продаваемую в разливе на улице. **Кипятите воду!**

Перед употреблением свежих овощей следует их тщательно мыть и обдавать кипятком .

Для питания выбирайте продукты, подвергнутые термической обработке, тщательно прожаривайте (проваривайте) продукты. не храните пищу долго даже в холодильнике.

Не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более чем на 2 часа. Не употребляйте продукты с истекшим сроком реализации и хранившиеся без холода.

Не допускайте контакта между сырыми и готовыми пищевыми продуктами.

Купайтесь только в установленном для этого месте . При купании не допускайте попадание воды в рот.

**Выполнение этих не сложных советов поможет избежать острой кишечной инфекции и схоронит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!!!**