

ПАМЯТКА

«Об основных инфекционных заболеваниях, представляющих опасность»

ХОЛЕРА.

Холера – опасное инфекционное заболевание, характеризующееся потерей жидкости и солей в организме, рвотой и диареей.

Признаки заболевания: характерно внезапное начало, профузная диарея, рвота, температура тела обычно нормальная или немного понижена, быстро развивается обезвоживание организма.

Профилактика:

- не пейте сырую воду (употребляйте бутилированную, кипячёную воду);
- не употребляйте термически не обработанные морепродукты;
- не используйте сырую воду для проведения гигиенических процедур полости рта;
- фрукты и овощи ошпаривайте кипятком;
- не заглатывайте воду при купании в открытых водоёмах;
- тщательно соблюдайте правила личной гигиены;
- не пейте на улицах разливные напитки;
- не пробуйте фрукты и овощи на рынках;
- при первых симптомах заболевания обращайтесь к врачу.

ЧУМА.

Чума – острая инфекционная болезнь, проявляющаяся сильной интоксикацией, поражением кожи, лимфатических узлов, лёгких и развитием сепсиса.

Признаки заболевания: начинается остро с озноба и резкого повышения температуры тела до 39-40⁰ С, сильных головных болей, иногда рвоты, позже присоединяются покраснение лица и конъюнктив, мышечные боли, на коже может появляться сыпь.

Профилактика:

- избегайте контакта с грызунами и животными;
- в случае появления малейших, даже неясных симптомов болезни, после укусов блохами на территории природного очага чумы, следует немедленно обратиться за помощью к медработнику.

ВИРУСНЫЕ ГЕМОМРАГИЧЕСКИЕ ЛИХОРАДКИ (Марбург, Эбола, Ласса и прочие).

Вирусные геморрагические лихорадки – группа острых заразных особо опасных инфекций.

Признаки заболевания: заболевание всегда начинается с сильной лихорадки с повышением температуры до 40⁰С, головной болью, болью в мышцах, позже появляются кровоизлияния на коже и слизистых оболочках, кровотечения.

Профилактика:

- остерегайтесь укусов mosкитов, комаров, используйте защитные кремы, аэрозоли;
- исключайте контакт с обезьянами, грызунами;
- не фотографируйтесь с экзотическими животными;
- пользуйтесь строго индивидуальными средствами личной гигиены.

ЖЁЛТАЯ ЛИХОРАДКА.

Жёлтая лихорадка – острая опасная природно-очаговая инфекция.

Признаки заболевания: заболевание начинается остро с повышения температуры тела до 39-40⁰ С, через 3-4 дня присоединяется желтуха, носовые кровотечения, кровоточивость дёсен.

Профилактика:

- применяйте средства защиты от комаров;
- наиболее надёжная защита – профилактические прививки, которые делают, как правило, минимум за 10 дней до поездки.

МАЛЯРИЯ.

Малярия - это заболевание, вызываемое кровяными паразитами, которые передаются от больного человека к здоровому через укусы комаров рода *Anopheles*.

Признаки заболевания: лихорадочные приступы с кратковременным ознобом, высокой температурой, головными и мышечными болями, головокружением, тошнотой, рвотой, учащенным сердцебиением, задержкой мочевыделения – повторяются приступы через 1-2 дня, но могут продолжаться и без перепадов температуры.

Профилактика:

- засетчивание окон, установка прикроватных марлевых пологов;
- уничтожение комаров инсектицидными средствами;
- обработка открытых участков тела отпугивающими препаратами – репеллентами;
- прием лекарственных противомаларийных препаратов за неделю перед выездом, весь период пребывания и еще 4-6 недель после возвращения из региона, неблагополучного по малярии;
- после возвращения из поездки в течение 3 лет при каждом обращении за медицинской помощью по поводу повышения температуры, необходимо информировать лечащего врача о пребывании в местах распространения малярии.

Помните! Успех профилактики и лечения самых опасных для здоровья инфекционных болезней зависит от вашей заинтересованности в сохранении своего здоровья и полноты выполнения данных рекомендаций.