



### **Памятка по неспецифическим мерам профилактики холеры.**

Холера - острое особо опасное инфекционное заболевание. Возбудитель инфекции – холерный вибрион, который сохраняется и размножается в водоемах с пресной и соленой водой и пищевых продуктах.

Основной путь распространения холеры – вода! Из водоемов возбудитель холеры может попасть в организм человека при заглатывании воды во время купания, употреблении для питья некипяченой воды. Холерный вибрион проникает в организм человека также вместе с напитками, соками или пищевыми продуктами. Наиболее опасными из пищевых продуктов являются заливные блюда, салаты, сырые овощи и продукты, молоко, морепродукты, которые не подвергаются тепловой обработке. Кроме того, холерой можно заразиться от больного человека при непосредственном контакте и через загрязненные предметы.

Инкубационный период (от момента заражения до первых признаков заболевания) составляет от нескольких часов до 5 дней.

Характерные признаки холеры: острое начало заболевания, многократный понос и рвота, что приводит к обезвоживанию организма. Температура тела при этом не повышается. Быстрое обезвоживание организма при отсутствии своевременного лечения может привести к смертельному исходу. При появлении первых признаков заболевания необходимо немедленно обратиться к врачу. Пребывание больного в домашних условиях недопустимо.

Основные меры профилактики холеры:

- соблюдение правил личной гигиены (мытьё рук перед едой, приготовлением пищи, после посещения туалета);
- употребление только кипяченной или бутилированной воды;
- тщательное мытьё овощей и фруктов кипяченной или бутилированной водой;
- купание в разрешенных местах водоемов или бассейнах;
- приобретение пищевых продуктов в местах санкционированной торговли.