

## Профилактика острых кишечных инфекций у детей

**Основной путь заражения кишечными инфекциями через некипяченую воду, недоброкачественные продукты питания и грязные руки.**

Врачи различных специальностей – и педиатры, и эпидемиологи, и инфекционисты постоянно доводят до сведения родителей правила питания детей в разные периоды их развития, начиная от грудного вскармливания, затем детского рациона дошкольных учреждений, заканчивая школьным меню.

Все эти правила основываются на санитарно-противоэпидемических требованиях при изготовлении пищи для ребенка: соответствующие температурные условия хранения различных продуктов (при температуре в холодильнике от 2 до 6 °С), соблюдение правил товарного соседства сырых и готовых продуктов, термическая обработка блюд, соблюдение сроков реализации готовой продукции (не более 2-3 часов) и здоровье лиц, осуществляющих приготовление пищи.

Любое, даже самое незначительное, нарушение этих требований может привести к загрязнению пищи патогенными микроорганизмами, что приводит к возникновению инфекционных заболеваний или пищевых отравлений.

**Детский организм наиболее чувствителен к инфекционным агентам, так как всего нескольких бактериальных тел или вирусных частиц достаточно, чтобы вызвать заболевание. Этому способствуют особенности развития желудочно-кишечного тракта ребенка, его несовершенство.**

Патогенных микроорганизмов, поражающих ЖКТ, очень много: это и эшерихии, и сальмонеллы, и стафилококки, и энтеро-, рото-, норовирусы и пр. Лечение и выздоровление ребенка длительные, заболевание вызывает многие ограничения: приостановление посещения детских коллективов, вынужденное соблюдение диеты, непредвиденные расходы на лечение, испорченный отдых и т.д. Вот к чему может привести легкомысленное отношение к питанию ребенка.

**Не следует давать ребенку продукты, не предназначенные для детского питания: кури-гриль, шаурму, самсу, блюда японской кухни, корейской кухни, изготовленные в предприятиях торговли салаты на развес или расфасованные (возможно микробное загрязнение и высокое содержание консервантов), рыбную и мясную нарезку в вакуумной упаковке. Перечень таких продуктов обширен, все в короткой заметке назвать невозможно. Родители должны быть всегда настороже, когда речь идет о питании детей, внимательно просматривать сроки годности продуктов, отдавать предпочтение фабрично изготовленным продуктам, выбирать натуральные продукты, стараться кормить ребенка термически обработанными блюдами, тщательно мыть овощи, фрукты и ягоды. В целях профилактики заболевания сальмонеллезом не следует при покупке продуктов в магазине складывать мясные изделия и продукты птицеводства в один пакет с другими продуктами, хранить в холодильнике их надо тоже отдельно от других продуктов. Детям не следует готовить глазунью из яиц.**

Иногда медицинским работникам сложно определить причину заболевания сальмонеллезом или его носительство у детей до года жизни, потому что они не употребляют блюда из птицы. В таких случаях находится объяснение: дети ползают по полу, на ручки попадают возбудители инфекционного заболевания, потом руки тянутся в рот. Детям не место на кухне.

Особое внимание необходимо уделять обеспечению безопасного питания и питья при длительных переездах на самолетах, в поездах, на автомобильном транспорте. Позаботьтесь о том, чтобы у ребенка было индивидуальное питье, лучше из отдельной фабричной бутылки и не газированное, соки в индивидуальной упаковке с трубочкой. В продаже имеется большой ассортимент детского питания в герметичной упаковке, одноразовыми порциями.

**Берегите своих детей от отравлений и острых кишечных инфекций.**

