

## Информационный бюллетень о симптомах и профилактике Холеры.

**Холера представляет собой особо опасную инфекционную болезнь с диарейным синдромом, фекально-оральным механизмом передачи возбудителя, водным, пищевым и контактными путями распространения.**

Холера может вызывать события, представляющие чрезвычайную ситуацию в области санитарно-эпидемиологического благополучия населения, имеющую международное значение. Входит в перечень болезней, требующих проведения мероприятий по санитарной охране территории Российской Федерации.

Возбудителями холеры являются токсигенные штаммы *Vibrio cholerae* O1 и O139 серогрупп, содержащие гены *ctxAB* и *tcpA-F*, отвечающие за синтез холерного токсина и токсин-корегулируемых пилей адгезии и склонные к эпидемическому распространению (эпидемически значимые штаммы).

Нетоксигенные штаммы холерных вибрионов O1 и O139 серогрупп, у которых отсутствуют гены *ctxAB* и *tcpA-F* или только ген *ctxAB* (*ctxAB*<sup>-</sup> *tcpA-F*<sup>+</sup>), относят к эпидемически незначимым. Они вызывают спорадические (единичные) случаи заболевания или вспышки (при общем источнике инфицирования) заболевания с клиническими проявлениями гастроэнтерита, не склонные к эпидемическому распространению.

Мероприятия по профилактике холеры, направленные на предупреждение возникновения заболеваний холерой среди населения, завоза (заноса) из-за рубежа и распространения на территории Российской Федерации.

**Холера передается** бытовым (грязные руки, предметы, посуда), пищевым и водным путём по фекально-оральному механизму (при употреблении сырой воды, плохо помытых овощей и фруктов, недостаточно термически обработанных блюд, при заглатывании воды во время купания в непредназначенных для этого местах).

Возбудитель обычно проникает в организм с едой или водой, которые были заражены – это основные пути передачи холеры. Чаще всего распространение этой болезни связано с недостаточным уровнем санитарно-эпидемиологических норм, а также с тем, что люди сами не соблюдают элементарные правила гигиены и употребляют в пищу непроверенные продукты, пьют грязную воду.

*Крайне важно соблюдать следующие меры профилактики:*

- употреблять в пищу только ту еду, которая прошла термическую обработку или была хорошо вымыта с мыльным раствором;
- употреблять исключительно чистую воду из тех источников, которые для этого предназначены; употреблять только кипячёную воду;
- регулярно мыть руки с мылом.
- избегать тех стран и регионов, в которых вспышки болезни наблюдаются регулярно;
- употреблять в пищу только ту еду, которая прошла термическую обработку или была хорошо вымыта с мыльным раствором;
- употреблять исключительно чистую воду из тех источников, которые для этого предназначены;
- регулярно мыть руки;
- Нельзя употреблять лёд, приготовленный из сырой воды;
- Не пробовать незнакомые продукты, не покупать еду на рынках и лотках, не пробовать угощения, приготовленные местными жителями;
- хранить продукты в подходящих для этого условиях – вдали от мест, где на них садятся насекомые;
- при купании в водоёмах и бассейнах не допускать попадания воды в рот;
- делать прививку от холеры, рекомендованную ВОЗ, лучше оральную в однократной дозе (эффективность – до 6 месяцев).

**Устойчивость во внешней среде** у холерного вибриона очень высокая:

- в фекалиях он сохраняется до 150 дней;
- в выгребных ямах - до 106 дней;
- в почве - до 60 дней;
- на поверхности фруктов и овощей - до 4 дней;
- кипячение убивает возбудителя мгновенно, при температуре 56°C - погибает через 30 минут. Он также чувствителен к спирту и кислотам;
- к низким температурам и даже замораживанию холерный вибрион устойчив.

**Симптомы холеры – на которые следует обратить особое внимание:**

Инкубационный (скрытый) период - 1–3 дня (в этот период пациент уже болен, но симптомов никаких у него нет).

**Начальные проявления:** Жидкий стул (диарея) в виде «рисового отвара» без характерных болей в животе и зловонного запаха. Объем стула у взрослых может превысить 1 л/час.

**Затем появляются:**

- повышенная температура (37-38°C), которая с развитием болезни может наоборот понизиться (до 34-35°C);
- озноб;
- диарея обильная и водянистая, быстро приводит к обезвоживанию (сухость кожных покровов, слизистой полости рта, глаз, резкая слабость, понижение артериального давления);
- рвота, которая возникает без позывов, внезапно, без предварительной тошноты;
- головные боли с преимущественной локализацией в лобной части.

**Особо опасные инфекции (ООИ)** - условная группа инфекционных заболеваний, представляющих исключительную эпидемическую опасность.

*Сроки инкубационных периодов ООИ:*

- чума - 6 дней;
- холера - 5 дней;
- желтая лихорадка - 6 дней;
- Крымская геморрагическая лихорадка - 14 дней;
- лихорадки Ласса, болезни, вызванные вирусами Эбола, Марбург, - 21 день; - оспа - 22 дня;
- полиомиелит, вызванный диким полиовирусом, - 21 день;
- человеческий грипп, вызванный новым подтипом вируса - 7 дней;
- тяжелый острый респираторный синдром - 10 дней;
- лихорадка Западного Нила - 8 дней;
- лихорадка Денге - 14 дней;
- лихорадка Рифт-Валли - 6 дней;
- менингококковая инфекция - 10 дней.

**С симптомами холеры следует как можно быстрее обратиться к врачу по возможности, к инфекционисту, или вызвать скорую помощь!!!**