**О профилактике ОКИ**

Термин «кишечные инфекции» обозначает большую группу инфекционных заболеваний, протекающих с поражением желудочно-кишечного тракта и диареей (поносом) в качестве основного симптома. Кроме того, проявлениями кишечной инфекции могут быть боли в животе, тошнота, рвота. Острые кишечные инфекции (ОКИ) по своей распространенности уступают только острым респираторным (простудным) заболеваниям. Обычно пик заболеваемости ОКИ приходится на лето.

Причиной возникновения ОКИ могут быть: бактерии, вирусы, простейшие.

Пути заражения – самые разные. Это и «грязные руки», недостаточно промытые овощи, фрукты, несвежие или недостаточно термически обработанные продукты, и купание (с попаданием в рот воды) в водоемах (особенно естественных водоемах, на берегу которых пасется скот), а ротавирус и другие вирусы передаются так называемым «воздушно-капельным путем», то есть при общении или случайном контакте с больным или носителем.

Меры профилактики ОКИ простые:

- при появлении признаков заболевания ОКИ обратитесь за медицинской помощью к врачу, не направляйте ребенка в детский коллектив;

- тщательно соблюдайте правила личной гигиены и следите за их соблюдением Вашим ребенком, обязательно мойте руки с мылом перед приготовлением и приемом пищи, кормлением ребенка, после каждого посещения туалета,

- продукты питания, употребляемые в пищу, подвергайте термической обработке; предохраняйте от загрязнения пищевые продукты, которые используются без предварительной тепловой обработки: сметана, сыр, хлеб, фрукты, овощи и другие.

- краткосрочное хранение скоропортящихся продуктов в холодильнике;  
- используйте в питьевых целях только гарантированно безопасную воду (после кипячения или в фабричной упаковке).

- соблюдайте чистоту в квартире и местах общего пользования.