

19 мая — Всемирный день борьбы с воспалительными заболеваниями кишечника.

Ежегодно 19 мая мировая общественность отмечает Всемирный день борьбы с воспалительными заболеваниями кишечника (World IBD Day). В этот день здания и достопримечательности по всему миру подсвечиваются фиолетовым цветом — символом солидарности с людьми, живущими с болезнью Крона и язвенным колитом. Воспалительные заболевания кишечника (IBD) — это хронические состояния, при которых собственная иммунная система атакует желудочно-кишечный тракт, вызывая изнурительные симптомы.

Однако есть и другая категория кишечных «неприятностей» — острые кишечные инфекции (ОКИ). В отличие от хронических воспалительных заболеваний, кишечные инфекции имеют четкую причину (бактерии, вирусы или простейшие) и, как правило, завершаются выздоровлением. Но некоторые из них способны вызывать масштабные эпидемии, уносить тысячи жизней и менять историю.

Топ-5 самых распространенных кишечных инфекций.

Острые кишечные инфекции занимают второе место в мире среди причин смертности детей младше 5 лет, уступая только пневмонии. Ежегодно в мире от 5 до 8 миллионов детей в возрасте до 5 лет погибают от ОКИ, особенно в развивающихся странах. В России заболеваемость кишечными инфекциями держится на уровне 530–600 случаев на 100 тысяч населения, причем наиболее уязвимы дети от 1 до 2 лет.

Вот пятерка самых распространенных возбудителей, с которыми сталкивается каждый практикующий врач-инфекционист.

1. Ротавирусная инфекция — «кишечный грипп».

Ротавирус — абсолютный лидер среди причин тяжелой диареи у детей раннего возраста. Именно ротавирусная инфекция чаще всего приводит к госпитализации и обезвоживанию у малышей. Вирус был открыт лишь в 1973 году с помощью электронной микроскопии — до этого многие случаи тяжелой диареи у детей оставались с загадочным диагнозом «КИНЭ» (кишечная инфекция неустановленной этиологии).

Интересный факт: пик заболеваемости ротавирусом приходится на зимние месяцы, за что в народе его прозвали «кишечным гриппом». Передается он преимущественно через грязные руки, воду и пищу, а также контактно-бытовым путем.

Существует эффективная вакцина, которая во многих странах мира включена в график обязательных, у нас в стране она пока делается по желанию.

2. Норовирусная инфекция — «болезнь зимней рвоты».

Норовирус (первоначально известный как «вирус Норволк» по названию города в США, где произошла первая задокументированная вспышка) — настоящий бич организаций с большим скоплением детей (детские сады, школы, летние лагеря и больницы). Его «суперсила» — невероятная контагиозность: достаточно всего 10–100 вирусных частиц, чтобы вызвать заболевание, в то время как при гриппе инфекционная доза составляет тысячи частиц.

Клиническая картина норовирусной инфекции — это внезапное начало с многократной рвотой, тошнотой и диареей. Заболевание, как правило, длится 1–3 дня, но за это время заболевший успевает заразить всех окружающих.

3. Дизентерия (шигеллез) — «болезнь грязных рук».

Дизентерия, вызываемая бактериями рода *Shigella*, имеет давнюю и мрачную историю. Еще Гиппократ описывал стул с примесью крови и слизи, который он наблюдал

при этой болезни, связывая вспышки с употреблением недоброкачественной воды. Особую опасность представляет вариант Григорьева-Шиги — возбудитель, вызвавший в 1960-х годах пандемию, сформировав мощные гиперпандемические очаги в Центральной Америке, Юго-Восточной Азии и Центральной Африке.

Дизентерия поражает преимущественно толстую кишку, вызывая болезненные позывы к дефекации (тенезмы) и скудный стул с примесью крови и слизи — характерный признак, который врачи называют «ректальным плевком».

4. Сальмонеллез — инфекция от «птицы и яйца».

Сальмонеллез — классический пример пищевой зоонозной инфекции. Основные источники — домашняя птица, яйца, мясо и молочные продукты, не прошедшие достаточную термическую обработку. Интересно, что сальмонелла может существовать внутри яиц еще до того, как скорлупа треснет, поэтому мытье яиц перед варкой не всегда спасает — важна полноценная тепловая обработка.

Симптомы: острое начало с высокой температурой, многократная рвота, диарея, боли в животе. Сальмонеллез опасен генерализацией — переходом инфекции в кровь с развитием сепсиса, особенно у детей, пожилых и иммунокомпрометированных пациентов.

5. Эшерихиоз (кишечная палочка) — безобидный житель, ставший убийцей.

Кишечная палочка (*Escherichia coli*) — обычный обитатель кишечника человека, и большинство ее штаммов абсолютно безвредны. Но некоторые серотипы, особенно энтерогеморрагический *E. coli* O157:H7, способны вызывать тяжелейшие заболевания с грозным осложнением — гемолитико-уремическим синдромом, при котором развивается острая почечная недостаточность.

Всемирный день борьбы с воспалительными заболеваниями кишечника напоминает нам о хрупкости нашего внутреннего микромира и важности мер профилактики:

- Чистая вода и канализация — величайшие достижения цивилизации, сохранившие больше жизней, чем многие лекарства.
- Контроль за пищевыми продуктами на всех этапах — от поля до прилавка — должен быть бдительным.
- Личная гигиена (простое мытье рук) остается самым эффективным барьером против большинства кишечных инфекций.
- Вакцинация против ротавируса — реальный способ защитить детей от тяжелой диареи.