

23-29 марта: Неделя профилактики инфекционных заболеваний

Инфекционными заболеваниями называют любые болезни, вызываемые патогенными микроорганизмами - бактериями, вирусами, грибками или паразитами. Их особенность заключается в том, что они способны не только приводить к опасным осложнениям, но и быстро распространяться, заражая большое количество людей.

Причинами возникновения инфекционных заболеваний являются контакт с зараженными людьми, животными или предметами; употребление инфицированных продуктов питания и воды; снижение иммунитета; нарушение гигиены.

Существует несколько основных путей передачи инфекций.

Один из наиболее распространенных путей передачи - **воздушно-капельный**.

При кашле, чихании или разговоре инфицированный человек выделяет в окружающую среду мельчайшие капельки слюны или слизи, содержащие патогены. Эти капли могут оставаться во взвешенном состоянии в воздухе или оседать на различных поверхностях. Вдыхая зараженный воздух, здоровый человек может инфицироваться.

К заболеваниям, передающимся воздушно-капельным путем, относятся грипп, различные острые респираторные вирусные инфекции, аденовирусная инфекция, ветряная оспа, корь, краснуха, эпидемический паротит и бактериальные инфекции - ангина, скарлатина, дифтерия, менингококковая инфекция, туберкулез.

Эффективной профилактикой в этом случае являются меры, направленные на уменьшение концентрации патогенов в воздухе: использование медицинских масок, регулярное проветривание помещений, избегание скопления людей в плохо вентилируемых пространствах и соблюдение карантинных мер при вспышках инфекционных заболеваний.

Самым эффективным способом профилактики воздушно-капельных инфекций является вакцинация.

Другой распространенный путь передачи инфекционных заболеваний - **алиментарный (пищевой)**.

Заражение происходит при употреблении в пищу продуктов, загрязненных патогенными микроорганизмами. Это могут быть продукты, которые не прошли достаточную термическую обработку, хранились неправильно или были контаминированы в процессе приготовления.

К заболеваниям, передающимся алиментарным путем, относятся различные кишечные инфекции, такие как сальмонеллез, дизентерия, а также вирусный гепатит А.

Профилактика здесь сводится к соблюдению строгих правил личной гигиены, тщательного мытья рук перед едой и после посещения туалета, качественного мытья продуктов питания, особенно овощей и фруктов, исключению доступа насекомых к пищевым продуктам. Правильное хранение продуктов также является важнейшим фактором предупреждения пищевых инфекций.

Передача **половым путем** характерна для ряда инфекционных заболеваний, таких как вирусный гепатит В и С, ВИЧ-инфекция, сифилис, гонорея и другие.

Профилактика в этом случае состоит в использовании барьерных методов контрацепции (презервативов), а также на ответственном отношении к половой жизни и своевременном обращении к врачу для обследования и лечения.

Гемоконтактный путь - путь передачи инфекции при контакте с кровью зараженного человека. Наиболее распространенные заболевания, передающиеся таким образом это вирусный гепатит В и С, а также ВИЧ-инфекция.

Инфицирование может произойти при использовании нестерильного медицинского инструментария, переливании инфицированной крови, при употреблении инъекционных наркотиков, а также при проведении процедур, связанных с нарушением кожных

покровов, таких как татуировки или пирсинг, особенно в условиях, не обеспечивающих соблюдение стерильности.

Профилактика включает использование только стерильного медицинского инструментария, отказ от употребления наркотиков и тщательный выбор мест, где выполняются процедуры, связанные с проколами кожи, с обязательным контролем за соблюдением санитарно-гигиенических норм.

Чтобы предотвратить распространение инфекционных болезней, необходимы комплексные меры, включающие как личные действия каждого человека, так и общественные мероприятия.

Регулярные медицинские осмотры и скрининговые обследования также играют важную роль в ранней диагностике и предотвращении распространения инфекционных заболеваний.