

с 24 марта по 30 марта – Неделя профилактики инфекционных заболеваний (в честь Всемирного дня борьбы против туберкулеза)



ИНФЕКЦИОННЫЕ БОЛЕЗНИ ЛЮДЕЙ – это заболевания, вызываемые болезнетворными микроорганизмами и передающиеся от зараженного человека (или животного) здоровому. Они представляют собой серьезную угрозу для здоровья населения.



ОСНОВНЫЕ ПУТИ ПЕРЕДАЧИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ:

- воздушно-капельный путь передачи (грипп, простудные заболевания, ветряная оспа, коклюш, туберкулез, дифтерия, корь, краснуха и др.);
- алиментарный (пищевой) путь передачи (все кишечные инфекции, сальмонеллез, дизентерия, вирусный гепатит А);





- половой (контактный) путь передачи (вирусный гепатит В и С, ВИЧ-инфекция, генитальный герпес, сифилис, гонорея, папилломатоз);
- через кровь (наиболее часто – вирусный гепатит В, ВИЧ-инфекция).

ПРОФИЛАКТИКА ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ:

- Прививки являются одним из самых эффективных способов профилактики инфекционных заболеваний. Важно следить за графиком вакцинации и делать прививки вовремя.

- Регулярное мытье рук с мылом, особенно перед едой и после посещения туалета. Использование антисептиков для рук в ситуациях, когда мыло недоступно.





- Избегать контакта с больными людьми и соблюдать дистанцию в период эпидемий. Использовать маски в общественных местах во время вспышек респираторных инфекций.
- Соблюдение санитарных норм при приготовлении и хранении продуктов питания. Тщательная термическая обработка мяса и рыбы.

Правильное питание, физическая активность, достаточный отдых и укрепление иммунитета помогают организму эффективно сопротивляться инфекционным заболеваниям.





**ПОМНИТЕ! КАК И ЛЮБЫЕ ДРУГИЕ БОЛЕЗНИ,
ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ
ПРОЩЕ НЕ ДОПУСТИТЬ, ЧЕМ ПОТОМ ЛЕЧИТЬ!**

С заботой о вашем здоровье ОГБУЗ «Иркутский областной центр
общественного здоровья и медицинской профилактики».

