



# Профилактика холеры

Эпидемическая ситуация по заболеваемости холерой в мире остаётся напряжённой.

По данным Всемирной организации здравоохранения за последние 10 лет случаи холеры регистрировались в странах Южной и Юго-Восточной Азии (в том числе Индии, Йемене), Африки (Замбии, Зимбабве, Кении, Малави, Мозамбике, Сомали, Танзании, Уганде, Анголе, ДРК, Конго, Судане), о. Гаити, Доминиканской Республике. Сообщалось о случаях завоза указанного заболевания на территорию Великобритании, Франции, Финляндии, Испании, Дании, Нидерландов, Германии, Швеции, Украины, Италии, Норвегии, Швейцарии, Чехии, России (2010, 2012, 2014 годы), Азербайджана, Таджикистана и Казахстана.

В 2011 году вспышка холеры среди населения была зарегистрирована в г. Мариуполь Донецкой области (Украина) - выделен холерный вибрион 01, биовар Эль-Тор и серовар Огава. По предварительным данным, причиной заболевания людей стало или употребление в пищу зараженной возбудителем рыбы, выловленной в Азовском море, либо попадание в организм морской воды при купании.

В 2021 и 2022 годах несколько стран Африки и Азии сообщили о вспышках холеры. Наиболее крупные из них были зарегистрированы в Афганистане, Бангладеш, Демократической Республике Конго, Эфиопии, Нигерии, Бенине, Камеруне.

Возрастающая активность миграционных процессов, в том числе с гуманитарной и туристической целями, повышает риск завоза и распространения холеры на территории Республики Беларусь.

Холера - опасное инфекционное заболевание, характеризующееся токсическим поражением тонкого кишечника, нарушением водно- электролитного обмена, что приводит к сильнейшему обезвоживанию организма, расстройством функции печени и почек и которое при отсутствии своевременного лечения может привести к смертельному исходу.

Инкубационный период составляет от нескольких часов до 5 дней, чаще 1-2 дня.

Возбудитель холеры - холерный вибрион, хорошо сохраняется при низкой температуре, в пищевых продуктах (молоко и др.) - от нескольких часов до 1 месяца, в испражнениях - до 4-х месяцев, может существовать (до 1 месяца) и размножаться в воде поверхностных водоёмов и иле, чему способствует

загрязнение гидросферы бытовыми и промышленными отходами. В тоже время холерный вибрион чувствителен к воздействию хлорсодержащих дезинфицирующих средств, гибнет в течение 1 минуты при кипячении и в течение нескольких суток под влиянием солнечного света, воздуха и при высушивании.

Холера передаётся 3-мя путями:

- водным (при использовании загрязнённой воды открытых водоёмов или заглывании воды во время купания в водоёме);
- пищевым (при употреблении продуктов, контаминированных холерным вибрионом);
- контактно-бытовым (при контакте с предметами быта больного холерой, при несоблюдении правил личной гигиены).

Источником инфекции является больной холерой человек или транзитный носитель инфекции.

Основные симптомы холеры: дискомфорт в животе, понос в виде рисового отвара (прозрачной жидкости с белыми, рыхлыми хлопьями), частая рвота, головная боль, мучительная жажда, слабость.

С учётом эпидемиологии заболевания, имеющихся данных о источнике инфекции, путях и факторах передачи, а также гражданам, которые посещают эндемичные по холере регионы и страны, в которых регистрируется заболеваемость холерой, рекомендуем выполнять следующие меры профилактики:

- строго соблюдать правила личной гигиены, чаще и тщательно мыть руки с мылом, особенно - перед едой и после посещения туалета;
- использовать кипяченую, бутилированную или воду гарантированного качества;
- не добавлять лёд в напитки, если нет информации о качестве воды, из которой он был приготовлен;
- овощи, фрукты, ягоды тщательно мыть перед употреблением под проточной водопроводной водой и обдавать кипятком;
- использовать только чистую упаковку (полиэтилен, контейнеры для пищевых продуктов и т.п.);
- не приобретать продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;
- соблюдать правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, сырые продукты и готовую пищу следует хранить отдельно;
- тщательно прожаривать или проваривать продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты;
- скоропортящиеся продукты и готовую пищу следует хранить только в холодильнике при температуре 2-6 градусов Цельсия;
- постоянно поддерживать чистоту в жилище и соблюдать правила личной гигиены;
- при купании в реках, водоёмах и море не допускать попадания воды в полость рта;
- по возвращении из зарубежных стран при появлении в течении 5 дней симптомов инфекционного заболевания, в том числе поноса и рвоты, болей в

животе обращаться в организацию здравоохранения (поликлинику) по месту жительства или пребывания, сообщив при этом о факте выезда за границу.

В соответствии с нормативно-директивными документами Министерства здравоохранения Республики Беларусь, ежегодно планово (в летнее время) УЗ «Могилёвский зональный центр гигиены и эпидемиологии» проводит отбор проб воды из открытых водоёмов и сточной воды для исследования на холерный вибрион.

Врач-эпидемиолог

И.А.Качалина