

Как защититься от холеры?

- мыть руки после посещения туалета, перед приготовлением и приемом пищи,
- использовать антисептики для обеззараживания рук в случае отсутствия доступа к чистой воде,
- пить только кипяченую или бутилированную воду,
- не использовать для охлаждения напитков лед, приготовленный из воды неизвестного качества,
- тщательно мыть и ошпаривать кипятком фрукты и овощи,
- употреблять морские и речные продукты только после тщательной термической обработки,
- купаться только в разрешенных водоемах, не заглатывать воду при нырянии,
- при наличии показаний проходить вакцинацию против холеры.

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиенического образования населения»
Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

г. Москва, 1-й Смоленский пер., д. 9, стр. 1

e-mail: cgon@cgon.ru
тел.: 8 (499) 241 86 28



Холера



Холера

это особо опасное инфекционное заболевание с фекально-оральным механизмом передачи.

Возбудитель

холерный вибрион (*Vibrio Cholerae*) серогрупп O1 и O139.

Кипячение убивает холерный вибрион за 1 минуту.

Где распространена холера?

Эндемичными территориями по холере в основном являются страны Азии и Африки.

Источник инфекции

Больной человек или здоровый носитель.

Риск заражения холерой выше у людей, посещающих эндемичные по холере страны.

Инкубационный период

от нескольких часов до 5 дней, чаще 2-3 дня.

Пути передачи

Водный

- при питье контаминированной воды, а также при использовании такой воды для хозяйственных нужд (мытьё овощей, фруктов, изготовление льда),
- при купании в зараженном водоеме.

Пищевой

- при употреблении недостаточно термически обработанных продуктов морей и рек (рыба, раки, креветки, устрицы).
- при употреблении плохо помытых овощей, фруктов и зелени, полив которых осуществлялся контаминированной водой.

Контактно-бытовой

- при контакте с больным или вибрионосителем,
- при контакте с предметами, контаминированными возбудителем.

Холера опасна возможностью массового распространения.

Симптомы

- **Диарея**
обильная, водянистая, в виде «рисового отвара».
- **Рвота**
обильная, без предшествующей тошноты.
- **Обезвоживание**
сопровождается бледностью кожного покрова, слабостью голоса, снижением эластичности и тургора кожи, заострением черт лица.

Без лечения заболевание быстро прогрессирует. Необходима госпитализация больного в стационар для оказания качественной медицинской помощи.

Вакцинация

по эпидемическим показаниям проводится лицам, выезжающим в неблагополучные по холере регионы, а также населению в случае осложнения эпидемической ситуации.

