Холера является диарейным заболеванием,

развивающимся в результате инфицирования

кишечника. Холерой могут заболеть и взрослые, и

дети.

В большинстве случаев инфекция либо

только вызывает легкую диарею, либо не имеет

каких

-

либо симптомов проявления. Однако в 5

-

10

% случаев через 6 часов

–

 дней после попадания

5

в организм бактерии у пациентов развивается

тяжелая водянистая диарея и рвота.

В этих

случаях потеря больших количеств жидкости

может быстро привести к тяжелому

обезвоживанию организма.

**Что такое**

**холера?**

***Где происходят вспышки холеры?***

Случаи заболеваний холерой регистрируются ежегодно в странах Азии и ЮгоВосточной Азии: в Индии, Иране, Китае, Малайзии, Вьетнаме, Сингапуре, Доминиканской Республике и Филиппинах.

В странах Европы, США, Австралии и Океании регистрируются завозные случаи холеры.

В Африке больные холерой регистрируются ежегодно в Бенине, Бурунди, Гане, Демократической республике Конго, Камеруне, Либерии, Малави, Мозамбике, Нигере, Нигерии, Танзании. Того, Уганде.

***Как передается холера?***

 При питье воды или употреблении в пищу продуктов, зараженных бактериями.

Чаще всего источниками инфекций пищевого происхождения являются сырые или не прошедшие достаточную тепловую обработку морепродукты, свежие фрукты и овощи, а также другие продукты, зараженные во время их приготовления или хранения.

 Основным источником заражения являются бактерии, присутствующие в фекалиях

инфицированного человека.

 Бактерии могут также жить в окружающей среде, а именно в реках с солоноватой водой и прибрежных водах. Поэтому, в районах, где не проводится надлежащая обработка сточных вод и запасов питьевой воды, болезнь может быстро распространяться.

***Можно ли предотвратить холеру?***

Соблюдая некоторые основные меры предосторожности, лица, совершающие поездки, также могут защитить себя от холеры соблюдая несколько простых правил надлежащей гигиены и безопасного приготовления пищи:

* Главное внимание необходимо уделять пищевым продуктам и воде, включая лед, и при этом соблюдать простое правило: **если продукт нельзя вскипятить, сварить/пожарить и очистить (от кожицы, корки и т.п.), то его нельзя употреблять в пищу.**
* Пейте только кипяченую или дезинфицированную хлором, йодом

или другими соответствующими средствами питьевую воду. Такие напитки, как горячий чай или кофе, газированная вода, фруктовые соки в бутылках или пакетах и т.д. обычно безопасны для питья.

* Не употребляйте лед, если вы не уверены, что он сделан из безопасной воды.
* Употребляйте в пищу горячие продукты, прошедшие тщательную

тепловую обработку. Приготовленные пищевые продукты, оставленные в течение нескольких часов при комнатной температуре, без дополнительного разогревания могут стать источником инфекции.

* Не употребляйте в пищу сырые морепродукты и другие продукты в сыром виде.

Исключение составляют фрукты и овощи, которые вы должны собственноручно очистить (от кожицы, корки и т.п.).

* Прежде чем пить непастеризованное молоко, прокипятите его.
* Мороженое из непроверенных источников может быть зараженным и привести к заболеванию. В случае сомнений, не ешьте его.
* Убедитесь в том, что пищевые продукты, купленные у уличных торговцев, проходят тщательную тепловую обработку в вашем присутствии и не содержат какихлибо составных частей, не прошедших такую обработку.



**Соблюдайте гигиену рук!**