**Что мы знаем о холере?**

Холера – это инфекционное заболевание, причина которой - бактерия – холерный вибрион (Vibrio cholerae).

Заболевание проявляется диареей, которая очень быстро может привести к обезвоживанию.

Большинство из нас уверены, что холера - это удел стран с низкой санитарной культурой, что в России эпидемии холеры не регистрируются с 1985 года. За последние 10 лет на территории России практически ежегодно отмечаются единичные завозные случаи холеры.

Но не стоит забывать о том, что всегда есть вероятность завоза инфекции, а завезенные единичные заболевания могут служить толчком для эпидемической вспышки.

По данным Всемирной организации здравоохранения ежегодно в мире регистрируется до 150000 случаев холеры более чем в 50 странах.

Холера входит в группу особо опасных инфекций. Инфекции этой группы представляют особую опасность жизни и здоровью людей по той причине, что такие заболевания распространяются стремительно, поражают большие группы людей и имеют большую вероятность развития летальных исходов.

**Как передается холера?**

* с сырой водой, загрязненной возбудителем холеры;
* с пищевыми продуктами;
* при контакте с больными.

**О симптомах**

Основные симптомы холеры – это диарея (зловонный стул «рисовый отвар»), постоянная рвота, цианоз, мучительная жажда, головная боль, слабость, мышечные судороги.

Как защититься от заражения холерой, необходимо знать, в первую очередь гражданам, совершающим туристические поездки в страны, где регистрируется холера.

Вакцинация против холеры проводится в соответствии с календарем по эпидемическим показаниям.

**Категории граждан, подлежащих обязательной вакцинации:**

* лица, выезжающие в неблагополучные по холере страны (регионы);
* население субъектов Российской Федерации в случае осложнения санитарно-эпидемиологической обстановки по холере в сопредельных странах, а также на территории Российской Федерации.

**В целях профилактики заболевания рекомендуется выполнять следующие правила:**

* соблюдать правила личной гигиены (мыть руки после посещения туалета, перед приготовлением и приемом пищи);
* употреблять гарантированно безопасную воду и напитки (кипяченая вода, напитки и вода в производственной упаковке – в бутылке);
* тщательно мыть фрукты и овощи безопасной водой;
* избегать питания в небезопасных местах;
* не добавлять лед в напитки, если нет информации о качестве воды, из которой он приготовлен;
* пить только кипяченое пастеризованное молоко;
* не употреблять в пищу рыбу и морепродукты не прошедшие термическую обработку.

При появлении симптомов, которые позволят заподозрить заболевание холерой (тошнота, рвота, жидкий стул, головная боль), необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью.

Разделы: главная, вакцинопрофилактика,

Материал с сайта Центра гигиенического образования населения

Парусимова