

Особиста профілактика інфекційних захворювань



Підготували учениці ІІ-в класу
**Євдоченко та Ігнатенко
Катерини**

КСТЄВННН

Інфекційні хвороби («infectio» — зараження) — це група захворювань, які викликаються проникненням в організм хвороботворних (патогенних) мікроорганізмів. Щоб патогенний мікроб, який потрапив в організм, міг викликати інфекційні хвороби, він повинен бути долати опірність людського організму і чинити на нього токсичну дію.



Профілактика інфекційних хвороб не менш важлива, ніж лікування інфекційних захворювань. Велике значення надається вихованню охайності у людей. Звичайне миття рук після відвідин убиральні, виконання брудної роботи, перед їжею вже може вберегти від багатьох кишкових інфекцій. Крім того, джерелом інфекції можуть бути не тільки місця загального користування, але й гроші, поручні у транспорті, поверхня прилавків і багато іншого.



Види профілактики :

Первинна профілактика - система заходів попередження виникнення та впливу факторів ризику розвитку захворювань (вакцинація, раціональний режим праці і відпочинку, раціональне якісне харчування, фізична активність і т.д.

Вторинна профілактика - Найбільш ефективним методом вторинної профілактики є диспансеризація як комплексний метод раннього виявлення захворювань, динамічного спостереження, спрямованого лікування, раціонального послідовного оздоровлення.

Третинна профілактика - має на меті соціальну (формування впевненості у власній соціальній придатності), трудову (можливість відновлення трудових навичок), психологічну (відновлення поведінкової активності) і медичну (відновлення функцій органів і систем організму) реабілітацію.

Як попередити інфекційне захворювання?

- **Обмеження контактів** - Ізольований інфекційний хворий перестає бути джерелом інфекції у колективі.
- **Імунізація** - Імунітет до інфекційних захворювань виробляється в період природного одужання інфекційного хворого або при штучному введенні здоровій людині вакцини.
- **Хіміопротекція інфекцій** - З метою попередження деяких захворювань проводиться профілактичне застосування антибіотиків або хіміопрепаратів
- **Підвищення опірності організму** - Стійкість організму до різних інфекцій підвищує суворе дотримання правил особистої гігієни, раціональне та повноцінне харчування, вітамінізація, застосування за показаннями адаптогенів, дозовані фізичні навантаження і постійне загартовування організму.

Виділяють суспільну та індивідуальну профілактику:

- **Індивідуальна** профілактика передбачає дотримання правил особистої гігієни в побуті і на виробництві, громадська включає систему заходів з охорони здоров'я колективів.

Щоб не допустити поширення хвороботворних мікробів, необхідно дотримуватися щоденних заходів профілактики:

- мити руки;
- дотримуватися чистоти та правил особистої гігієни;
- користуватися особистим бактерицидним рідким(рекомендовано) милом;
- стежити за чистотою приміщень у якому перебуває хворий;
- правильно харчуватися.

Миття рук – це важлива процедура, що часто допомагає попередити поширення інфекції.



1. Терти долонею об долонею.



2. Права долоня по тилній стороні лівої руки і навпаки.



3. Терти внутрішні поверхні пальців руками вгору і вниз.



4. Терти тильною стороною пальців по долоні іншої руки.



5. Терти пальці круговими рухами.



6. По черзі, круговими рухами терти долоню.

Важливо встановити режим ізоляції хворого, а для цього необхідно:

- ізолювати хворого в окремому приміщенні і зачиняти двері, щоб запобігти поширенню хвороботворних мікробів;
- одягти маску, щоб запобігти поширенню мікробів, при чханні, кашлю і т.п.;
- одягти окремий халат, рукавички та при необхідності окуляри, щоб на працівника не потрапили біологічні рідини хворого;
- використовувати щільні мішки для забруднених речей хворого.

Правила безпеки роботи медпрацівника:

- мити руки, як до контакту з пацієнтом, так і після;
- відноситися до речей та біологічних рідин пацієнта, як до можливо інфікованих;
- забороняється повторно використовувати один і той же інструментарій;
- якщо цілісність шкіри пацієнта порушена, слід її обробити і заклеїти лейкопластирем;