**Информационный бюллетень о симптомах и профилактике острых кишечных инфекций.**

**Острые кишечные инфекции передаются** бытовым (грязные руки, предметы, посуда), пищевым и водным путём по фекально-оральному механизму (при употреблении сырой воды, плохо помытых овощей и фруктов, недостаточно термически обработанных блюд, при заглатывании воды во время купания в непредназначенных для этого местах).

Возбудитель обычно проникает в организм с едой или водой.

Чаще всего распространение ОКИ связано с недостаточным уровнем санитарно-эпидемиологических норм, а также с тем, что люди сами не соблюдают элементарные правила гигиены и употребляют в пищу непроверенные продукты, пьют грязную воду.

Крайне важно соблюдать следующие меры профилактики:

* употреблять в пищу только ту еду, которая прошла термическую обработку или была хорошо вымыта с мыльным раствором;
* употреблять исключительно чистую воду из тех источников, которые для этого предназначены; употреблять только кипячёную воду;
* регулярно мыть руки с мылом;
* избегать тех стран и регионов, в которых вспышки болезни наблюдаются регулярно;
* употреблять в пищу только ту еду, которая прошла термическую обработку или была хорошо вымыта с мыльным раствором;
* употреблять исключительно чистую воду из тех источников, которые для этого предназначены;
* регулярно мыть руки;
* Нельзя употреблять лёд, приготовленный из сырой воды;
* Не пробовать незнакомые продукты, не покупать еду на рынках и лотках, не пробовать угощения, приготовленные местными жителями;
* хранить продукты в подходящих для этого условиях – вдали от мест, где на них садятся насекомые;
* при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот.

**Симптомы острых кишечных инфекций разнообразны и включают в себя:**

Жидкий стул (диарею), преимущественно зловонного характера, желто-коричневого или зеленоватого цвета, боли в животе, рвоту, повышение температуры тела.

**С симптомами острых кишечных инфекций (слабость, вялость, изменение температуры тела, диспепсические расстройства) следует как можно быстрее обратиться к врачу-инфекционисту Глущенко В.В. в СПб ГБУЗ «Городская поликлиника № 76» в ее часы приема по «живой очереди» или по записи, в ее отсутствие к врачу-терапевту по «живой очереди» в БОКС (прилагаем памятку по предварительной записи к врачам поликлиники).**

****

Предварительная запись к врачам СПб ГБУЗ «Городская поликлиника № 76»

 возможнапри наличии имеющейся ранее регистрации данных паспорта, полиса ОМС и СНИЛС пациента в базе данных

СПб ГБУЗ «ГП № 76».

Предварительная запись к врачам СПб ГБУЗ «Городская поликлиника № 76»на первичный прием осуществляется:

**самостоятельно пациентами**:

* Позвонив по единому номеру «122»;
* Единый портал государственных услуг (ЕПГУ): [www.gosuslugi.ru](http://www.gosuslugi.ru/)
* Через официальный портал записи на приём к врачу в Санкт-Петербурге "Здоровье Петербуржца": [www.gorzdrav.spb.ru](https://gorzdrav.spb.ru/)
* Виртуальный контакт центр (ВКЦ) – 246-73-13;
* Через терминал, в часы работы поликлиники. Терминал установлен в холле первого этажа

**Врачами поликлиники непосредственно на приеме через Мед.Инф.Систему поликлиники- «АРМ-ВРАЧ»**

**По четвергам текущей недели Талоны на приемы врачей на следующую неделю выкладываются в сеть Интернет**

**с 13.00 до 17.00,**

Документы необходимые для записи к врачу:

- полис ОМС

- паспорт

- СНИЛС

Администрация