

Кишечные инфекции

Кишечные инфекции — это целая группа заразных заболеваний, которые в первую очередь повреждают пищеварительный тракт. Их больше 30-ти, самое безобидное из них — пищевое отравление, а самое опасное — холера.

Возбудителями кишечных инфекций могут быть:

- бактерии (сальмонеллез, дизентерия, холера);
- их токсины (ботулизм);
- вирусы (энтеровирус).

От больных и носителей инфекции микробы выделяются во внешнюю среду с испражнениями, рвотными массами, иногда с мочой. Практически все возбудители кишечных инфекций чрезвычайно живучи. Они способны подолгу существовать в почве, воде и даже на различных предметах: ложках, тарелках, дверных ручках, мебели. Кишечные микробы не боятся холода, однако все же предпочитают жить там, где тепло и влажно. Особенно быстро они размножаются в молочных продуктах, мясном фарше, студне, киселе, а также в воде (особенно в летнее время).

В организм здорового человека возбудители кишечной инфекции попадают через рот: вместе с пищей, водой или через грязные руки. Например, дизентерия может начаться, если попить воду из-под крана, некипяченое молоко или поесть сделанную из него простоквашу, творог или сметану. Кишечную палочку можно «съесть» вместе с некачественным кефиром или йогуртом. Стафилококковая инфекция комфортно себя чувствует в испорченных тортах с кремом.

Возбудители сальмонеллеза (а их известно около 400 видов) попадают к человеку через любые зараженные продукты: куриное мясо и яйца, вареную колбасу, сосиски, плохо промытые или вымытые грязной водой овощи и зелень.

Как развивается заболевание?

Из рта микробы попадают в желудок, а затем в кишечник, где начинают усиленно размножаться. Причиной заболевания становятся яды, которые выделяют микроорганизмы, и повреждения пищеварительного тракта, которые они вызывают. Кишечные инфекции могут протекать как:

- острый гастрит (с рвотой);
- энтерит (с диареей);

- гастроэнтерит (и с тем, и с другим);
- колит (с кровью в экскрементах и нарушением стула);
- энтероколит (с поражением всего кишечника).

После попадания микробов в организм заболевание начинается через 6–48 часов.

Кишечными инфекциями люди чаще болеют летом. Это связано с тем, что в жару мы пьем больше жидкости, а значит, желудочный сок, убивающий вредные микробы, разбавляется. Кроме того, летом мы чаще пьем некипяченую воду (из родников и из-под крана).

Все кишечные инфекции опасны тем, что из-за рвоты или поноса происходит обезвоживание организма. Результатом могут стать почечная недостаточность и другие осложнения. Например, со стороны нервной системы (кома, отек мозга), сердца (кардиогенный шок) и печени.

Как распознать кишечные инфекции?

Кишечные инфекции, как и все остальные инфекционные заболевания, всегда случаются неожиданно. В самом начале заболевания человек чувствует слабость, вялость, у него может испортиться аппетит, заболеть голова, повыситься температура. Очень похоже на отравление или даже на банальное ОРЗ. Ничего страшного, думает человек, глотает аспирин или активированный уголь и ждет, когда же ему станет лучше.

Однако лучше не становится. Наоборот, появляются новые проблемы: тошнота и рвота, схваткообразные боли в животе, понос с примесью слизи, гноя (при дизентерии — с примесью крови). Может беспокоить жажда и озноб.

Как диагностируют кишечные инфекции?

Очень важно отличить кишечную инфекцию от других заболеваний со сходными симптомами: небактериального пищевого отравления (например, лекарствами), острого аппендицита, инфаркта миокарда, пневмонии, внематочной беременности и т.д. Для этого при нарастающих признаках необходимо обратиться к гастроэнтерологу — специалисту по заболеваниям пищеварительной системы. Он или сам выяснит причину недуга, или направит пациента на консультацию к инфекционисту.

Чтобы правильно поставить диагноз, врач назначит анализ кала: на выявление возбудителя инфекции и наличие примесей. На 5–7 день болезни проводят иммунологическое исследование на бактерию дизентерии.

Как оказать первую помощь при кишечных инфекциях?

Если самочувствие человека вдруг резко ухудшилось: заболела голова, испортился аппетит, температура повысилась до 38–39 градусов, тут есть над чем задуматься. А если спустя еще несколько часов появились тошнота и рвота, сильно заболел живот, пробил понос и замучил метеоризм, то вполне вероятно, что он подцепил кишечную инфекцию.

Практически все острые кишечные инфекции дают о себе знать очень скоро — через 6–48 часов после попадания болезнетворного микроба в организм человека. При указанных симптомах вспомните, не случилось ли вам недавно есть или пить что-нибудь подозрительное. В этом случае у вас может быть и небактериальное отравление (например, грибами или лекарствами). А вот если вы забыли вымыть руки перед едой, задумчиво грызли ногти или навещали больного приятеля с подобными симптомами — это настоящая инфекционная болезнь.

Если состояние ухудшается на глазах (например, начинаются жалобы на внезапное ухудшение зрения, туман перед глазами или косоглазие — это признаки ботулизма), нужно срочно вызвать «Скорую помощь», а до ее прибытия оказывать пострадавшему первую помощь.

До приезда специалиста можно принять следующие меры:

- Уложите пострадавшего в постель. Поставьте рядом горшок для экскрементов и рвотных масс. Перед сливом в канализацию их желательно обрабатывать хлоркой в течение 2-х часов (1 часть испражнений и 2 части 10% хлорной извести).
- Если у человека озноб, накройте его теплым одеялом и положите в ноги грелку или котла.
- Больному необходимо выделить отдельную посуду и, по возможности, отдельную комнату.
- Детей, стариков и людей с ослабленным иммунитетом желательно временно удалить из квартиры, а всем остальным во избежание распространения инфекции необходимо тщательно соблюдать правила личной гигиены.
- Хорошо бы промыть больному желудок: пусть он выпьет 1–1,5 л воды, а затем вызовет рвоту.
- Постоянно давайте пострадавшему ему теплое питье, например, некрепкий чай с сахаром. Восстановить потерю жидкости и солей при изнуряющих рвоте и поносе поможет раствор «Регидрона» (1 пакетик порошка на 1 литр кипяченой воды).

- Для вывода микробов и токсинов из организма, дайте больному любой энтеросорбент: «Смекту» (1–2 пакетика в день), «Полифепан» (1/2 чайной ложки 3 раза в день), «Микросорб» (1–2 чайной ложки 3 раза в день) и т.п.
- От сильной боли в животе избавит «но-шпа». Правда, перед самым приездом доктора обезболивающие лекарства лучше не принимать, это исказит картину болезни, и специалист может ошибиться в диагнозе.

Лечение кишечных инфекций является комплексным и включает в себя: борьбу с микробными ядами, самими микробами, а также с обезвоживанием организма. Кроме того, больные должны соблюдать правильную диету и с помощью специальных препаратов восстанавливать нормальную микрофлору кишечника. Разрешены: рисовая каша на воде, сладкий чай, тертые яблоки, кисломолочные продукты. Продукты, усиливающие брожение в кишечнике (цельное молоко, черный хлеб, бобовые, свекла, огурцы, капуста) больному противопоказаны. Допустим, эпизод кишечной инфекции быстро завершился. Однако после нормализации состояния все равно рекомендуется посетить инфекциониста. Не исключено, что причина плохого самочувствия — глисты, и пациенту необходима консультация врача-паразитолога.

Как уберечься от кишечных инфекций?

Чтобы избежать острых кишечных инфекций, достаточно соблюдать следующие несложные правила:

- пить воду и молоко только в кипяченом виде,
- мыть овощи и фрукты горячей водой с мылом,
- соблюдать правила и сроки хранения пищевых продуктов,
- мыть руки перед едой,
- не грызть ногти.