Ял иткәндә җәйге инфекцияләрдән саклану чаралары

Пычрак куллар, сыйфатсыз су, ризык, башка көнкүреш предметлары – болар барысы да йогышлы авырулар чыганагы. Бигрәк тә җәен эссе һавада кайберләре аеруча котыра. Чит илләргә барганда моны истә тоту кирәк.

Җәйге йогышлы авырулар рейтингында беренче урында – кискен эчәк инфекцияләре. Аларны икенче төрле “пычрак куллар авырулары” дип тә әйтәләр.

Сальмонеллез, дизентерия, иерсиниоз, ризык белән агулану инфекцияләре, ротавирус, энтеровирус, аденовирус, вируслы А гепатиты - шушы авыруларның нигезендә алиментар юл белән йогышлану ята. Ягъни, чиркузгаткыч авызга эләгеп, авыру барлыкка китерә. Җәй өчен шулай ук гельминтозлар авыру төркеме хас. Моңа Аскаридоз, энтербиоз, токсоплазмоз, эхинококкоз һәм башкалар керә. Алар шулай ук алиментар юл аша йога. Гельминтозлар кискен формада узмый. Аскаридоз, лямблиоз авырулары берничә атна, хәтта ай дәвамында гына әкренләп көчәя, башыннан ук сизелми. Эссе климатлы илләрдә сыйфатсыз ризык, кызып бетмәгән ит, ысланып бетмәгән балык, хайванар аша йогышланып була. Симптомнар булса, баланы гельминтозларга тикшерергә кирәк. Җәйге чорга хайваннардан, бөҗәкләрдән күчә торган корчаңгы, тимрәү, урман бете кадалып, талпан энцефалиты кебек авырулар да хас.

Энтеровируслар теләсә нинди орган, системага зыян сала ала. Ашкайнату трактына зарар килүдән тыш, тиредә төрле тимгелләр күрергә мөмкин. Энтеровирус инфекциясенең аерым бер клиник формасы бар. Авыз куышлыгы тышчасы ялкынсына, ангина, ОРЗга охшаган билгеләр...Гадәти авыру кебек узарга, температура, томау, ютәл булырга мөмкин, ә чынлыкта бу энтеровирус инфекция була ала. Авыр формаларының берсе нерв системасын какшата. Энтеровирус инфекциясе йөрәк чире – кардит барлыкка китерә, үлемгә китерүе дә ихтимал. Җәй азагы – көз башында бөер синдромы белән геморрагик бизгәк чире актуаль. Ул ОРЗ кебек башлана, бил сызлый, бәвел кими, кан үзгәрә, тромбоцитлар кими. Мондый авыруларны хастаханәдә дәваларга кирәк.

Профилактика   Кулларны, һичшиксез юарга кирәк. Бигрәк тә балаларның кулларын чиста тоту өчен спрейлар булса да кулланырга. Профилактиканың иң гади алымнары – туклануга игътибар, регидратация уздыру. Организмга кайнаган газсыз су, тозлы сыекчалар, сорбентлар кирәк. Сөт ризыклары кулланмаска, иң оптималь ризык – суда пешерелгән боткалар. Инфекция су аша да йога. Чистамы, юкмы икәнен белми торып, суны эчәргә ярамый. Эссе вакытта җиләк-җимешләрдә, яшелчәләрдә, температура режимын үтәмәсәң, сөт ризыкларында микроблар үрчи, шуңа күрә бу да эчәк инфекцияләре килеп чыгуның мөһим факторы. Ял иткәндә сулыкларда балаларның авызына су эләгә. Балаларның суны йотмавы мөһим. Берничә ел элек Казанда ваба (холера) вспышкасы булган иде. Сәбәбе – балаларның пычрак сулыкларда су эчеп йогышлануы. Күбрәк табигатьтә булу, суга керү, сулыктан соң яланаяк кайнар комда йөрү, кояшта Д витамыны балаларны иммунитетын ныгыта.