

## ХОЛЕРА

ХОЛЕРА относится к числу древнейших болезней человека. В Средние века эпидемии свирепствовали в Азии, а с 18 столетия в следствии расширения торговых контактов, холера завозится в Европу. Всего было зарегистрировано 7 эпидемий холеры.



Холера представляет собой особо опасное инфекционное заболевание, причина которой - бактерия – холерный вибрион (*Vibrio cholerae*). Заболевание проявляется диареей, которая очень быстро может привести к обезвоживанию.

**Холера передается** бытовым (грязные руки, предметы, посуда), пищевым и водным путем по фекально-оральному механизму.

Возбудитель обычно проникает в организм с едой или водой, которые были заражены – это основные пути передачи холеры. Чаще всего распространение этой болезни 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.



**Устойчивость во внешней среде у холерного вибриона высокая:**

- в фекалиях он сохраняется до 150 дней;
- в выгребных ямах - до 106 дней;
- в почве - до 60 дней;
- на поверхности фруктов и овощей - до 4 дней.

-Кипячение убивает возбудителя мгновенно, при температуре 56°C - погибает через 30 минут. Он также чувствителен к спирту и кислотам.

-А вот к низким температурам и даже замораживанию холерный вибрион устойчив.

### Симптомы холеры разнообразны и включают следующие моменты:

Инкубационный (скрытый) период холеры составляет 1–3 дня. В этот период пациент уже болен, но симптомов никаких у него нет.

Затем появляются:

- **повышенная температура** (37-38°C), которая с развитием болезни может наоборот понизиться (до 34-35°C);

- **озноб**;

- обильная и водянистая **диарея**. Цвет стула разный: он может быть желто-зеленым, а может быть коричневым;

- **рвота**. Часто она возникает без позывов, внезапно;

Резкая, безболезненная, водянистая диарея и рвота обычно представляют начальные симптомы. Явная тошнота обычно отсутствует. Объем стула у взрослых может превысить 1 л/час, но обычно намного меньше. Часто испражнения состоят из белого жидкого фекального материала (стул по типу рисового отвара).

- урчание в животе, **метеоризм**, легкие боли;

- ощущение, что живот переполнен большим количеством жидкости;

- ощущение **сухости**. Губы сохнут, постоянно хочется пить, наблюдается серьёзная слабость. В ряде случаев губы могут синеть;

- **понижение** артериального давления, что связано с обезвоженностью организма;

- головные **боли** – причем сама боль локализуется в лобной части.

Важно понимать, что этими симптомами холеры проблема не ограничивается. Если пациенту не оказать своевременную помощь, он



рискует получить осложнения – и с ними картина обстоит куда хуже. Встречающаяся как следствие большая потеря жидкости и электролитов приводит к

интенсивной жажде, олигурии, мышечным спазмам, слабости и явному снижению упругости ткани, запавшим глазам и сморщенной коже на пальцах. Если лечение не проводится, то может последовать сосудистая недостаточность, кома, некроз почек.

С симптомами холеры следует как можно быстрее обратиться к врачу-инфекционисту. Все больные с подозрением на холеру подлежат госпитализации в инфекционный стационар.

### Профилактика холеры заключается в следующем:

- 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 лед, 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;

- делать прививку от холеры, рекомендованную ВОЗ, лучше оральную в однократной дозе (эффективность – до 6 месяцев). В разных странах иммунизация населения проводится централизованно и строго контролируется. Однако она способствует выработке общего иммунитета – для каждого конкретного человека действие вакцины со временем ослабевает, поэтому требуются и другие меры профилактики.

