**Профилактика инфекционных заболеваний – все виды и способы защиты от инфекций**

Профилактика инфекционных заболеваний, как правило, бывает несложной. При этом простые меры предосторожности помогают предотвратить серьезные проблемы, поскольку болезни, вызываемые патогенными микроорганизмами, намного проще предупредить, чем лечить.

**Виды инфекционных заболеваний.**

В медицине классификация инфекционных заболеваний производится по типу возбудителя. Исходя из этого, болезни бывают:

1. **Вирусными.** Эти микроорганизмы могут провоцировать начало серьезных эпидемий. Они же вызывают простудные болезни и иногда даже приводят к развитию опухолей.
2. **Бактериальными**. Некоторые типы бактерий необходимы для корректной работы организма, но есть и опасные виды. Последние вызывают заболевания разной локализации и отличной степени тяжести. Из-за них, к примеру, может потребоваться профилактика менингококковой инфекции.
3. **Хламидийными**. Это бактерии, которые умеют развивать устойчивость к антибактериальным медикаментам. Они провоцируют воспаления органов мочеполовой системы, легких, трахомы.
4. **Микоплазменными**. Данный вид бактерий не имеет клеточных стенок, но все равно может серьезно навредить респираторной или мочеполовой системе.
5. **Риккетсиозными**. Существуют в нескольких формах и вызывают тяжелые патологии.
6. **Спирохетозными**. Очень подвижные спиральные бактерии, которые являются частью здоровой флоры ротовой полости, но способные вызывать сифилис, тиф, лептоспироз.
7. **Микозными**. Этот вид инфекционных болезней вызывают грибки.
8. **Протозийными**. Развивающимися в результате жизнедеятельности одноклеточных паразитов – амеб, лямблий, балантидий.
9. **Гельминтозными**. Такие инфекции появляется из-за глистов, которые, как правило, живут в кишечнике, но могут также поражать легкие, мозг, печень.

Методы профилактики инфекционных заболеваний
Их существует немало. Основные меры профилактики инфекционных заболеваний выглядят так:

1. **Вакцинация**. После введения в организм антигенного материала, повышается его сопротивляемость к разным возбудителям.
2. **Иммунизация**. Это универсальная профилактика инфекционных заболеваний. Она помогает укрепить иммунитет и предполагает прием витаминных комплексов, полноценное здоровое питание, соблюдение основных правил гигиены.
3. **Изоляция больных.**
4. **Химиопрофилактика.** Такая профилактика инфекционных заболеваний проводится для того, чтобы остановить размножение возбудителей и предупредить рецидив или осложнения болезни.

**Специфическая профилактика инфекций**

Суть метода – в искусственном создании иммунитета. Специфические меры профилактики инфекций предполагают воспроизведение естественных процессов, которые запускаются в организме при проникновении в него возбудителя. Они бывают трех видов:

1. **Активная**. Данный тип профилактики заключается во введении вакцин с живыми, но ослабленными или мертвыми патогенными микроорганизмами. Благодаря этому иммунитет начинает вырабатывать антитела. На развитие устойчивости организма может уйти 3 – 4 недели.
2. **Пассивная**. Проводится, как правило, в период эпидемий, когда ждать результатов вакцинации некогда. Заключается пассивная профилактика инфекционных заболеваний во введении в организм уже готовых антител.
3. **Активно-пассивная**. Смесь двух вышеописанных видов превентивных мер. В организм пациента вводится и вакцина, и сыворотка с антителами. Последние живут не очень долго, но нескольких недель хватает для начала формирования иммунитета.

**Неспецифическая профилактика инфекций**

Представляет собой комплекс действий, влияющих на распространение возбудителей. Неспецифическая профилактика инфекционных заболеваний заключается в следующем:

\*регулярном проветривании помещений;

\*мытье рук;

\*избегании мест большого скопления людей;

\*использовании предметов индивидуальной защиты;

\*[закаливании](https://womanadvice.ru/vidy-zakalivaniya);

\*повышении общего иммунитета.

Профилактика сложных инфекционных заболеваний включает и карантин – комплекс мероприятий, направленных на ограничение контакта здоровых людей с больными. Масштабы и сроки его варьируются в зависимости от типа заболевания, его распространенности. Единственное общее правило для всех болезней – снимается карантин только после того, как пройдет максимальный инкубационный период недуга после выздоровления последнего зафиксированного больного.

**Экстренная профилактика инфекций**

Такая превентивная мера представляет собой комплекс медицинских мероприятий, которые осуществляются в отношении зараженных людей. Экстренная профилактика инфекционных заболеваний проводится сразу после проникновения возбудителя в организм с целью предупредить его дальнейшее развитие. Она бывает:

\*общей (неспецифической);

\*специфической.

Последняя проводится после того, как будет установлен тип поразившей организм инфекции и определена его чувствительность к медикаментам. Параллельно со специфическими препаратами пациентам, как правило, выписывают антигистамины и [иммуномодуляторы](https://womanadvice.ru/immunomodulyatory-polza-ili-vred). Для неспецифической экстренной профилактики используются лекарства широкого спектра действия – такие, как:

\*Рифампицин;

\*Тетрациклин;

\*Доксициклин;

\*Сульфатон.

**Основные инфекционные заболевания и их профилактика**В зависимости от путей передачи принято выделять такие группы инфекций:

\*передающиеся фекально-оральным путем;

\*воздушно-капельным;

\*через переносчиков;

\*посредством контакта с зараженной кровью;

\*контактно-бытовым путем.

Основные инфекционные заболевания – их классификация и профилактика – контролируются на государственном уровне. При необходимости в случаях эпидемий населению предоставляются вакцины, обеспечивается охрана и дезинфекция окружающей среды. В особо тяжелых случаях пациентам может быть оказана не только медицинская, но и социальная, трудовая или психологическая помощь.

**Профилактика половых инфекций**

Превентивные меры очень просты. Профилактика [ВИЧ-инфекции](https://womanadvice.ru/vich-infekciya-vse-chto-nuzhno-znat-o-viruse-i-ego-profilaktike) и других болезней, передающихся половым путем, заключается в соблюдении следующих правил:

1. Во время полового акта обязательно следует использовать презервативы.
2. Следует стараться избегать беспорядочных сексуальных контактов и проявлять разборчивость в половой жизни.
3. Оба партнера должны соблюдать нормы интимной гигиены.

Экстренные меры профилактики ВИЧ-инфекции и прочих половых недугов нужно предпринимать сразу после полового акта без презерватива со случайным партнером или при деформации контрацептивного средства. Самые эффективные проверенные средства:

\*Бетадин;

\*Мирамистин;

\*Хлоргексидин.

**Профилактика кишечных инфекций**

Тяжелые последствия болезней можно предотвратить, если вовремя их выявить, но намного проще не допустить недугов. Профилактика острых [кишечных инфекций](https://womanadvice.ru/kishechnaya-infekciya-vse-vidy-i-luchshie-sposoby-lecheniya) заключается в следующем:

1. К выбору продуктов питания нужно подходить тщательно. Не стоит покупать еду в подозрительных местах.
2. Пища должна быть хорошо приготовленной. Нельзя пренебрегать термической обработкой.
3. Следует соблюдать все правила хранения продуктов питания.
4. Горячие блюда желательно есть сразу после приготовления. В противном случае при охлаждении в них начинают активно размножаться микробы.
5. Перед едой обязательно нужно мыть руки.
6. Для приготовления важно использовать только чистую воду.

**Профилактика энтеровирусной инфекции**

Превентивные меры похожи на профилактику кишечных инфекций. Как избежать [ротавирусной инфекции](https://womanadvice.ru/rotavirusnaya-infekciya-simptomy):

1. Пить только очищенную или кипяченую воду.
2. Купаться в одобренных санэпидстанцией местах, но даже здесь не стоит заглатывать воду.
3. Желательно, чтобы у каждого члена семьи и компании был собственный набор посуды.
4. Дома регулярно нужно проводить влажную уборку с применением дезинфектора.
5. Во время эпидемий следует избегать мест большого скопления людей, а при появлении жалоб сразу же обращаться к специалисту.

**Профилактика воздушно-капельных инфекций**
Самая эффективная профилактика вирусных инфекций – вакцинация. Кроме того, защитить себя от патогенных микроорганизмов можно, придерживаясь здорового образа жизни, правильно организовывая свой день, укрепляя иммунитет, избегая контакта с больными людьми и посещения мест большого скопления людей во время эпидемий, соблюдая все основные правила личной гигиены.

**Профилактика внутрибольничных инфекций**

Медицинский персонал обязан четко соблюдать все санитарно-гигиенические и противоэпидемические требования. Профилактика парентеральных инфекций включает в себя применение качественных антисептических средств, обязательную стерилизацию инструментов. Все манипуляции с пациентами должны проводиться в перчатках и масках. Еще как избежать инфекционных заболеваний? Каждый сотрудник больницы в обязательном порядке должен проходить вакцинацию от таких болезней, как дифтерия, гепатит В, грипп и прочих.