

Patient Education

Предотвращение распространения инфекционных заболеваний

You must carefully read the "Consumer Information Use and Disclaimer" below in order to understand and correctly use this information

Об этой теме

Болезни, которые легко распространяются, всегда существовали. Иногда эти болезни могут передаваться от одного человека к другому. Иногда они передаются от животных к людям. В других случаях они передаются микробами в воде, почве, пище или воздухе.

Некоторые заболевания можно предотвращать и контролировать с помощью вакцинации, например краснуху. Для других может отсутствовать вакцина или лекарство. Поэтому важно предотвращать распространение таких заболеваний.

Общее

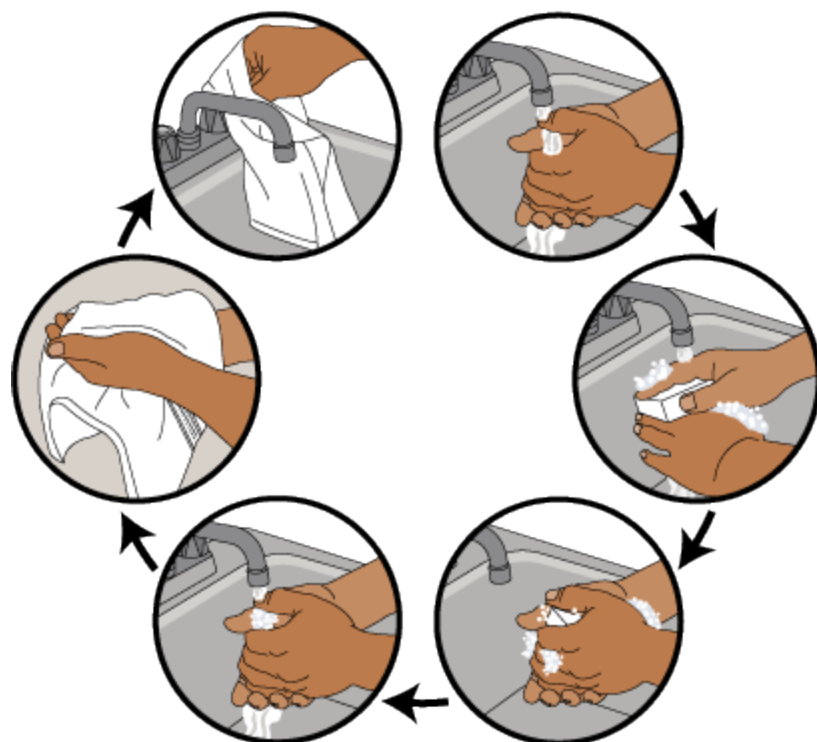
Правительство и персонал медицинских учреждений могут внедрять некоторые меры для разделения и ограничения передвижения людей. Каждая из них играет определенную роль в прекращении или ограничении распространения заболеваний.

- Изоляция
 - Применяется в отношении уже зараженных людей.
 - Может осуществляться дома или на базе лечебного учреждения.
 - Заболевший часто изолируется от других людей.
 - Осуществляя уход за заболевшими, другие люди могут носить перчатки, маску, очки и халат.
 - Некоторые больничные палаты оснащены специальной системой воздушного потока для предотвращения распространения инфекций.
 - Некоторые приспособления могут утилизироваться после использования.
- Карантин
 - Применяется для отделения людей, которые имели контакт с источником инфекции, но еще не заболели, от здоровых людей.
 - Может осуществляться дома или в специально выделенном месте.

- Медицинские работники могут попросить вас измерять температуру тела и сообщать им об имеющихся у вас симптомах.
- Социальное дистанцирование
 - Предполагает ограничение тесных контактов между здоровыми людьми. При этом людям рекомендуют держаться на расстоянии 1,8 метров (6 футов) от окружающих.
 - Может быть прекращено посещение школы и пребывание на рабочих местах или обеспечена возможность обучаться или работать дома.
 - Общественные мероприятия могут быть отменены. В целях защиты населения могут быть закрыты некоторые магазины, рестораны, тренажерные залы, театры и др.
 - Могут использоваться барьеры, отделяющие работников друг от друга.

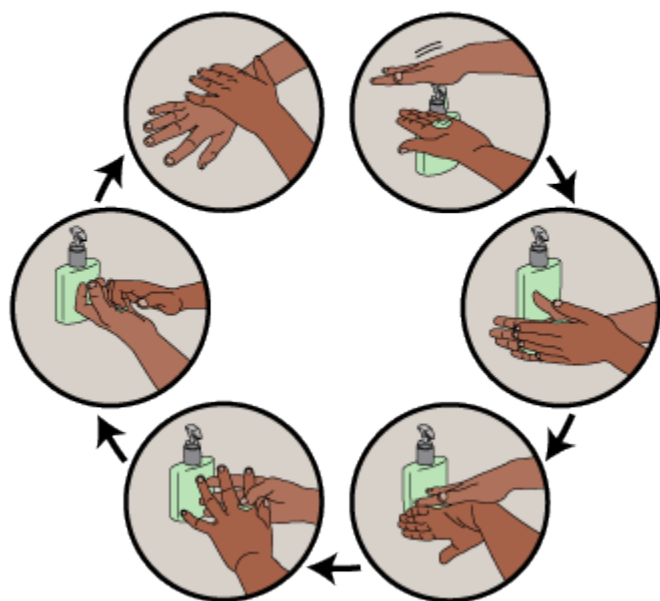
Image Filename

Мытье рук



Тереть
20 секунд

Дезинфекция рук



Забота о здоровье



Что можно сделать для профилактики этого заболевания?

- Часто мойте руки водой с мылом не менее 20 секунд, особенно после кашля или чиханья. При отсутствии возможности вымыть руки водой с мылом пользуйтесь дезинфицирующими средствами с содержанием спирта минимум 60 %. Обрабатывайте руки дезинфицирующим средством не менее 20 секунд.
- Не прикасайтесь руками к носу, глазам и рту. В большинстве случаев возбудитель попадает в организм через эти части тела.
- Не пользуйтесь одним и тем же полотенцем или носовым платком с заболевшим человеком, а также не пробуйте его еду и напитки.
- Избегайте мест скопления людей. Постарайтесь как можно больше времени проводить дома. Если вам потребуется находиться в окружении других людей, часто мойте руки. Старайтесь держаться на расстоянии 1,8 метра (6 футов) от окружающих. Избегайте рукопожатий, объятий и приветствий хлопком ладоней.
- Каждый год проходите вакцинацию против гриппа.

Меры, предотвращающие распространение возбудителей инфекции в доме или других местах:

- В случае болезни оставайтесь дома. По возможности находитесь в отдельной комнате. Часто возбудитель может выделяться в течение нескольких дней до возникновения симптомов, а также в период их проявления.
- Во время кашля или чиханья прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой или платком. Вы также можете кашлять во внутреннюю часть локтевого сгиба. Выбрасывайте бумажные салфетки в мусор, а после соприкосновения с ними мойте руки.

- Поддерживайте чистоту в доме, протирая столы, раковины, водопроводные краны, дверные ручки, телефоны, пульты дистанционного управления и выключатели очистителем с хлоркой или другим дезинфицирующим средством. Мойте посуду в посудомоечной машине или горячей водой с моющим средством. Многие возбудители могут оставаться жизнеспособным на твердых поверхностях в течение 24 часов и дольше.

Полезные советы

Пребывание на карантине может быть сопряжено со стрессом. Мы подготовили несколько рекомендаций, позволяющих немного облегчить восприятие ограничений.

- Перед пребыванием на карантине составьте план действий. Подготовьтесь к тому, что все члены вашей семьи и домашние животные будут находиться дома не менее 2 недель.
- Запаситесь достаточным количеством еды и воды для всех.
- Проверьте, что у вас есть исправный термометр и жаропонижающий препарат, например ацетаминофен или ибупрофен.
- Запаситесь достаточным количеством салфеток, дезинфицирующих средств для рук и чистящих средств.
- Убедитесь, что у вас достаточно рецептурных препаратов, которые могут понадобиться каждому члену семьи на протяжении нескольких недель. При составлении плана учитывайте такие факторы, как работа, обучение в школе или уход за детьми. Вам может потребоваться заниматься обычными делами, такими как работа или обучение, находясь дома.
- Обдумайте способы оставаться на связи с родственниками и друзьями в течение этого периода.
- Найдите надежный источник информации о карантинных ограничениях. Используйте простые понятия, чтобы объяснить происходящее маленьким детям.
- Продумайте, как вы сможете позаботиться о члене семьи, если он заболит. Сможете ли вы отделить его от других членов семьи в вашем доме?
- Обращайтесь за помощью и поддержкой к родственникам и друзьям, если они вам понадобятся в это тяжелое время.

Использование информации потребителей и заявление об ограничении ответственности:

Эта информация не должна рассматриваться в качестве руководства по лечению и не заменяет собой информацию, предоставляемую Вам поставщиком медицинских услуг. Здесь приведены лишь краткие сведения общего характера. Здесь НЕ содержится полной информации о состояниях, заболеваниях, травмах, анализах, процедурах, способах лечения и видах терапии, а также рекомендаций при выписке и указаний относительно образа жизни, которые могут относиться к Вам. Для получения полной информации о состоянии Вашего здоровья и возможных вариантах лечения Вам следует обратиться к поставщику медицинских услуг. Эту информацию не следует использовать, чтобы принять решение относительно приемлемости консультации,

указаний или рекомендаций, поставщика медицинских услуг. Только поставщик медицинских услуг обладает необходимыми знаниями и квалификацией, чтобы надлежащим образом Вас проконсультировать. <https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms>

Last Updated 4/13/22



© 2022 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.