

*Основы медицинских
знаний и профилактика
инфекционных заболеваний*

Авторы: Степанова Виктория
Ирина Токаренко

Введение

- **Основы медицинских знаний - учебно-научная дисциплина по изучению причин и проявлений расстройств здоровья при воздействии неблагоприятных факторов внешней и внутренней среды организма человека, умения оказывать доврачебную помощь и осуществлять профилактические мероприятия.**

■ Заботиться о своем здоровье необходимо уже смолоду и смолоду овладеть основами медицинских знаний. Медицина цивилизованного общества - это, прежде всего, медицина здорового человека, соответствующая тезису: "Здорового человека в центр внимания медицины!" В настоящее время санология (наука о здоровье здоровых) делает только первые неуверенные шаги. Практически не изучаются люди, которые годами не болеют, доживают до глубокой старости, сохраняя высокую работоспособность и функциональные возможности. А ведь эти люди находятся в тех же производственных и социально-бытовых условиях, что и большинство населения. В чем секрет их здоровья? Вероятнее всего - в здоровом образе жизни.

- **Здоровый образ жизни - это система общественных и индивидуальных мероприятий и взаимоотношений в обществе, обеспечивающих высокое физическое и духовное здоровье, долголетие, здоровую наследственность, широкие функциональные возможности организма в решении трудовых, социально-бытовых, общественных и индивидуальных возможностей, а также поддерживающих высокую культуру труда, быта и взаимоотношений с обществом и природой.**

КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ ИНФЕКЦИОННОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ

- **Мероприятия, направленные на профилактику инфекционных заболеваний, называются противоэпидемическими.**
- **Противоэпидемические мероприятия - совокупность рекомендаций, обеспечивающих предупреждение инфекционных заболеваний среди отдельных групп населения, снижение заболеваемости и ликвидацию отдельных инфекций.**
- **Описано много методов профилактики инфекционных заболеваний. Из них можно выделить четыре основных:**
- **ограничение контактов;**
- **иммунизация;**
- **химиопрофилактика инфекций: применение лекарственных препаратов для предотвращения заражения и размножения возбудителя;**
- **повышение сопротивляемости человека к инфекционному заболеванию.**

Ограничение контактов

- *Ограничение контакта сводится к изоляции больных и инфицированных лиц. Это реально в условиях дома, семьи, где проводятся в основном режимно-ограничительные мероприятия (см. раздел "Изоляция"). В ряде случаев необходимо наблюдение за контактными лицами (обсервация) и даже введение карантина (см. раздел "Карантин"). В отношении части больных может оказаться необходимой госпитализация.*
- *Каждый человек должен помнить, что при появлении первых признаков инфекционного заболевания необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью. Утаивание инфекционного заболевания наносит вред, иногда непоправимый, не только заболевшему, но и окружающим. Вспышка инфекционного заболевания может вывести из строя родственников и целый коллектив на работе.*
- *Изолированный инфекционный больной перестает быть источником инфекции в коллективе.*
- *Выявление бактерионосителей среди окружающих проводится специальной службой. Уклонение от медицинского обследования должно рассматриваться как грубое нарушение мероприятий по борьбе с заразными заболеваниями.*

Иммунизация

- *Что касается личной профилактики, то самым надежным способом предупреждения инфекционной болезни является своевременная иммунизация. Необходимо повысить специфическую сопротивляемость организма к тем или иным возбудителям, т. е. воздействовать на иммунитет. Воздействие на иммунитет - иммунизация, которая может быть активной и пассивной.*
- *Иммунитет к инфекционным заболеваниям вырабатывается в период естественного выздоровления инфекционного больного или при искусственном введении здоровому человеку вакцины. Цель активной иммунизации состоит в том, чтобы вызвать специфический иммунный ответ на определенный инфекционный агент - введенную вакцину.*
- *Вакцины производятся из убитых или ослабленных микроорганизмов, вызывающих легкие формы заболевания. При снижении иммунитета вакцину можно вводить повторно. Последующее воздействие того же агента приводит к быстрому повышению резистентности с образованием необходимых иммунных клеток.*
- *Пассивная иммунизация - это введение готовых антител (белково-иммуноглобулинов, образующихся в ответ на введение микроорганизмов или их части-антигена), полученных от человека или животного после активной иммунизации. Иммунитет после пассивной иммунизации непродолжительный.*

Химиопрофилактика инфекций

- *С целью предупреждения некоторых заболеваний проводится профилактическое применение антибиотиков или химиопрепаратов.*
- *Примером может служить профилактика реинфекции при ангине, когда больным после курса пенициллина вводят бициллин-5, что предупреждает осложнение ревматизмом. Употребление мефлохина целесообразно при выезде в климатические зоны, где распространена малярия. Эффективной химиопрофилактикой гриппа является применение ремантадина.*
- *Антибиотики неэффективны при профилактическом использовании с целью предупреждения бактериальных осложнений при гриппе, других острых респираторных заболеваниях, вирусных болезнях с высыпаниями на коже (корь, краснуха, ветряная оспа и др.).*

Повышение сопротивляемости организма

- ***Устойчивость организма к различным инфекциям повышает строгое соблюдение правил личной гигиены, рациональное и полноценное питание, витаминизация, применение по показаниям адаптогенов, дозированные физические нагрузки и постоянное закаливание организма.***

Спасибо за внимание.