

Холера – це гостре кишкове інфекційне захворювання, яке представляє особливу небезпеку життю і здоров'ю людей з тієї причини, що може нестримно поширюватися, охоплюючи великі групи людей та маючи без належного лікування велику вірогідність розвитку летальних результатів.

Як проявляється і передається холера



Захворювання викликається бактерією, так званим холерним вібрионом (*V.cholerae*). Виникнення більшості епідемій чітко пов'язані з водним фактором передачі збудника інфекції, однак поширенню хвороби в побутових умовах - сприяє пряме забруднення їжі інфікованими фекаліями. Можливий контактний-побутовий шлях передачі збудника інфекції, наприклад, через забруднені руки.

Інкубаційний період (між попаданням в організм заражених харчових продуктів або води і появою перших клінічних симптомів) у хворого складає від кількох годин до 5 діб, в середньому 1-2 дні. Джерелом інфекції є тільки людина.

У зовнішньому середовищі, зокрема на харчових продуктах, холерні вібріони виживають до 2-5 днів. На овочах, що зростають на відкритому ґрунті, при сонячному світлі вони гинуть через 8 годин. Тривалий термін холерні вібріони виживають у відкритих водоймищах із середньою температурою води +17°C та вище.

Холера вражає як дітей, так і дорослих. Вона характеризується ураженням шлунково-кишкового тракту з виникненням багаторазових проносу та блювання, внаслідок яких розвивається значне зневоднення організму. Хвороба за відсутності своєчасного лікування може за декілька годин призводити до смерті.

У багатьох людей може і не бути ніяких симптомів, хоча впродовж 1-10 днів після інфікування *V. cholerae* в їх фекаліях є присутніми бактерії, які поступаючи назад в довкілля становлять потенційний ризик для інших людей та розповсюдження захворювання.

Де захворювання зустрічається

Розрізняють ендемічне та епідемічне поширення хвороби. Ендемічний по холері район – це територія, в якому підтверджені випадки виявлялися впродовж трьох останніх років і є фактичні дані, що підтверджують місцеву передачу захворювання (тобто, випадки не завезені звідки-небудь ззовні). Спалах або епідемія може виникнути як в ендемічних країнах, так і в тих, де холера не виникає регулярно.

Хвороба має особливо стрімке поширення у країнах з проблемами забезпечення якісною питною водою, низьким рівнем санітарно-гігієнічного благоустрою, медичного обслуговування та гігієнічних знань населення.

За даними Європейського центру профілактики та контролю захворювань зареєстровані спалахи холери з новими випадками у 2021 році в Азії (Бангладеш, Йемен, Індія), Африці (Демократична Республіка Конго, Ефіопія, Мозамбік, Нігерія, Сомалі), а також ендемічними територіями в Америці є Гаїті (останні випадки зареєстровані у 2019 році) та Домініканська Республіка (останні випадки – у 2020 році).

Щороку реєструються завізні випадки холери в країнах Європейського регіону: 2012 рік – 18 випадків, 2013 рік – 9 вип., 2014 рік – 12 вип., 2015 рік – 24 вип., 2016 рік – 23 вип., 2017 рік – 17 вип., 2018 рік – 26 вип. Так в 2012-2018 роках випадки холери реєструвались в Великобританії, Німеччині, Франції, Іспанії, Бельгії, Швеції, Данії, Норвегії, Австрії, Чехії

В Україні, за останні 27 років, найбільша кількість випадків захворювання на холеру реєструвалась в 1994 році (845 випадків) та 1995 році (548 випадків). У 2011 році зареєстрований резонансний спалах холери у Маріуполі, Донецька область (33 хворих, 24 носія холерного вібріону), Дніпропетровській (1994 рік м. Кривий Ріг захворіло 63 особи. Холера в м. Кривий Ріг виникла внаслідок вживання інфікованої морської риби, завезеної з Миколаївської області).

Профілактика

Профілактика холери вимагає дотримання санітарно-гігієнічних заходів, які включають в себе вживання їжі, що пройшла термічну обробку, а також миття рук і вживання чистої води.

Ми рекомендуємо дотримуватися цих пунктів:

1. **Частіше мийте руки водою з милом**, особливо після відвідування туалету та перед тим, як торкатися їжі. Якщо мило та вода недоступні, використовуйте дезінфікаційний засіб для рук на спиртовій основі.
2. **Пийте тільки безпечну воду**: бутильовану воду або воду, яку ви закип'ятили або продезінфікували самостійно. Якщо ви знаходитесь у зараженій місцевості, використовуйте бутильовану або кип'ячену воду навіть для чищення зубів. Гарячі напої, як і напої в банках або пляшках, зазвичай безпечні, але перед тим, як відкрити їх, протирайте їх зовні. Не додавайте лід у напої, якщо ви не зробили його самостійно із безпечної води.
3. **Їжте повністю приготовлену та гарячу їжу**, по можливості уникайте їжу вуличних торговців. Якщо ви купуєте їжу у вуличного торговця, переконайтеся, що вона приготовлена у вашій присутності та подається гарячою.
4. **Уникайте суші, а також сирі чи неправильно приготовленої риби** та морепродуктів будь-якого виду.
5. **Вживайте тільки ті фрукти та овочі, які можна очистити самостійно**, такі як банани, апельсини та авокадо. Тримайтеся подалі від салатів та фруктів, які не можна очистити, такі, як виноград та ягоди.
6. **Дотримуйтесь заходів зберігання продуктів**. Важливим пунктом є правильні заходи зберігання продуктів у місцях, де немає доступу комахам.
7. **Уникайте відвідування місцевості, де зафіксовані спалахи холери**, та спілкування із зараженими людьми. Якщо стався випадок із захворюванням людини на холеру, після його госпіталізації потрібно продезінфікувати місце проживання. Особам, що виїжджають у країни, в яких неблагополучна епідемічна ситуація з холери, необхідно особливо слідкувати за дотриманням цих правил. Якщо протягом п'яти днів після повернення з таких країн у людини виникли прояви шлунково-кишкових розладів, необхідно негайно звернутися до сімейного лікаря. Самолікування може призвести до найтяжчих ускладнень та наслідків для здоров'я людини.