



## Холера

Холера відноситься до гострих кишкових захворювань. Однак, на відміну від них, холера представляє особливу загрозу для здоров'я багатьох людей. Це захворювання може розповсюдитись до масштабів епідемії.

Прояви холери у деяких людей можуть бути дуже незначними, або їх може взагалі не

бути. Тому заразними бувають люди, які здаються практично здоровими.

У хворих на цю хворобу при формі середньої тяжкості відзначаються такі головні симптоми: багаторазова рясна блювота без нудоти та пронос, що призводить до втрати рідини (зневоднення), та в свою чергу до втрати свідомості, судом.

**Особливу увагу** потрібно обов'язково звертати на регіони, де в останні роки відзначалися епідемії або навіть поодинокі випадки цієї хвороби. Це такі країни, як Ангола, Бенін, Буркіна Фасо, Бурунді, Камерун, Чад, Джибуті, Гана, Гвінея, Кенія, Ліберія, Малаві, Малі, Мавританія, Мозамбік, Нігер, Нігерія, Руанда, Свaziленд, Танзанія, Того, Зімбабве, Уганда, Аргентина, Беліз, Болівія, Бразилія, Чилі, Колумбія, Коста-Ріка, Еквадор, Сальвадор, Гватемала, Гондурас, Мексика, Нікарагуа, Панама, Перу, Венесуела, Афганістан, Бутан, В'єтнам, Китай, Індія, Індонезія, Іран, Ірак, Лаос, Малайзія, Непал, Пакистан, Філіппіни, В 2023 році холера мала місце Африканського регіону, Регіону Східного Середземномор'я, Регіону Америки та Регіон Південно-Східної Азії.

«Оздоровити» території після кишкових захворювань тяжко в короткі терміни, тому небезпека зараження зберігається ще тривалий час після спалахів.

### Яка ж потрібна профілактика?

Рівень гігієни та санітарії деяких країн є дуже низьким, а контроль якості продуктів харчування, води, чистоти об'єктів торгівлі, громадського харчування є ненадійним. А тому мандрівники, які прибули в ці країни, самі мають створювати умови, які б виключили зараження кишковими інфекціями.

Перш за все потрібно стежити за:

- чистотою кухні, посуду, продуктів;
- дотримуватися правил особистої гігієни;
- не пити сиру воду і не вживати її для приготування їжі;
- знищувати мух.

Тим, хто виїжджає в регіони неблагополучні щодо холери, а також людям, які проживають в цих країнах - роблять щеплення проти холери. Після вакцинації видається сертифікат, який дійсний протягом 6 місяців з дня проведення щеплення. Вакцинацію повторюють за необхідності. Однак повного захисту від зараження холерним вібрионом (збудником холери) - щеплення не забезпечує.

Інформацію про країни, які є неблагополучними в плані захворюваності кишковими інфекціями, а також про необхідність проведення необхідних щеплень можна дізнатися в закладах охорони здоров'я - Центрах контролю та профілактики хвороб МОЗ України.

**Профілактичні заходи важливі не тільки заради збереження власного здоров'я, але і для попередження завезення особливо небезпечних хвороб на територію України.**



## ХОЛЕРА

**Холера** — це гостра діарейна інфекція, що виникає при вживанні харчових продуктів або води, заражених бактерією *Vibrio cholerae* O1 або O139. Холера передається фекально-оральним шляхом від людини до людини, частіше при вживанні забрудненої води, овочів, фруктів, при купанні, а також через їжу і при побутових контактах. Без належного лікування може призвести до смерті.

**Інкубаційний період** триває від кількох годин до 5 днів. Хвороба, зазвичай, починається гостро і призводить до різкого зневоднення організму. Джерелом збудника інфекції є людина - хворий або носій вібріонів. Холерний вібріон може зберігати життєздатність у воді протягом тривалого часу, у харчових продуктах при кімнатній температурі протягом 2-5 днів, на поверхні плодів і овочів в умовах сонячного освітлення упродовж 8 годин, при низьких температурах та у морській воді — 2 тижнів і більше, у кишечнику окремих річкових та морських тварин — декількох місяців. Під час кип'ятіння холерний вібріон гине протягом хвилини, є малостійким до висушування, до прямого сонячного опромінення, є надзвичайно чутливим до дії звичайних дезінфектантів.

### **Симптоми холери**

Першими симптомами холери є діарея, блювота, болі у животі.

Характерні симптоми холери:

- частий, до 10 і більше разів на добу, пронос. При цьому людина втрачає багато рідини - до 20 літрів на добу. У результаті втрати рідини відбувається згущення крові і зневоднення організму;
- через втрату з рідиною мікроелементів з'являються м'язові судоми, частіше за все - починаючи з литкових м'язів;
- загострення рис обличчя, очі западають, синіють губи і вушні раковини;
- холодна шкіра (холера - одна з небагатьох інфекцій, що супроводжуються нормальною або навіть зниженою температурою тіла);
- шкіра втрачає пружність, легко збирається в складки і дуже довго розправляється, а шкіра стоп і рук стає зморшкуватою (так звані «руки прачки»);
- задишка, різка слабкість.

При ранній діагностиці і правильному лікуванні холера виліковна. При перших симптомах слід негайно звернутися до лікаря!

### **Профілактика холери**

Щоб уникнути захворювання, дотримуйтеся простих правил:

- не купуйте продукти харчування, зокрема - рибу, у місцях стихійної торгівлі;
- не купайтеся і не ловіть рибу у забруднених водоймах;
- дотримуйтеся особистої гігієни, ретельно мийте руки перед тим, як брати чи готувати їжу, після відвідування туалету;
- використовуйте чисту воду;
- мийте овочі і фрукти перед вживанням;
- ретельно готуйте їжу, проварюйте чи просмажуйте продукти харчування перед вживанням.

Кип'ятіння вбиває холерні вібріони вже через 1 хвилину.

При своєчасно розпочатому лікуванні нетяжка форма холери закінчується повним одужанням. За відсутності ефективної терапії протягом 2-3 днів, в хворого може розвинути кома, можливі летальні наслідки.

## Статистика

Випадки холери в Україні були зареєстровані в 1998, 1999, 2007, 2011 роках. У 1998 році у Донецькій області (2 випадки) та в Криму (1), у 1999 році у Дніпропетровській (2), Донецькій (4) Запорізькій (3) та Одеській (1) областях. У 2007 році у м. Суми (1) та 2011 році у Донецькій області зареєстровано – 33 випадки холери. В інші роки випадки холери не реєструвалися до 2018 року.

## ПРОФІЛАКТИКА ХОЛЕРИ



не купуйте продукти харчування, зокрема - рибу, у місцях стихійної торгівлі



не купайтеся і не ловіть рибу у забруднених водоймах



дотримуйтеся особистої гігієни, ретельно мийте руки перед тим, як брати чи готувати їжу, після відвідування туалету



використовуйте чисту воду



мийте овочі і фрукти перед вживанням



ретельно готуйте їжу, проварюйте чи просмажуйте продукти харчування перед вживанням

Кип'ятіння вбиває холерні вібріони вже через 1 хвилину

# ХОЛЕРА

МІНІСТЕРСТВО  
ОХОРОНИ  
ЗДОРОВ'Я  
УКРАЇНИ

З 1 червня в Україні діє посилений епідеміологічний нагляд



З 1 червня в Україні діє посилений епідемічний нагляд за холерою.

Безперервний епідеміологічний нагляд за холерою триває впродовж року, але з 1 червня до 1 жовтня починається посилений епідемічний сезон спостереження.

“З 1 червня в Україні особливо важкі або складні випадки гострих кишкових інфекцій будуть додатково тестуватися на наявність холери. Центри контролю та профілактики хвороб реалізують комплексні плани реагування та діагностики підозр, працюють оперативні протиепідемічні та дезінфекційні бригади.

Медзаклади для госпіталізації пацієнтів з підозрою на холеру мають незнижувальний запас лікарських засобів — антибіотиків, регідратаційних розчинів, дезінфектантів. Це дозволяє своєчасно виявити підозри на холеру та забезпечити системний контроль за епідситуацією на рівні країни”, — зазначає заступник міністра, головний державний санітарний лікар України [Ігор Кузін](#).

Окрім обстеження хворих з підозрою на холеру, фахівці ЦКПХ проводять дослідження зразків довкілля: моніторинг проб води, стічних вод, прісної та морської води.

Холера — це гостра діарейна інфекція, що передається фекально-оральним механізмом через забруднену воду, їжу та побутові предмети заражених бактерією *Vibrio cholerae* O1 або O139. Хвороба без належного лікування може призвести до зневоднення та смерті.

**Пам'ятайте**, що збудник холери малостійкий до висихання, сонячного світла та дезінфектантів, однак в ґрунті живе до 60 днів, в фекаліях до 150, на поверхні масла до 30 днів, в молоці стерилізованому до 10, а в сириному до 6 днів, на поверхні овочів до 8, а на яблуках – до 7 днів, ягодах – 3-5 днів. При кип'ятінні гине за 1хв.

Щоб уникнути захворювання на холеру, дотримуйтеся простих правил: ✓

- Не купуйте продукти харчування, зокрема рибу, у місцях стихійної торгівлі.
- Не купайтеся та не ловіть рибу у забруднених водоймах.
- Дотримуйтеся особистої гігієни, ретельно мийте руки перед їжею, після відвідування туалету та повернувшись з вулиці.
- Вживайте чисту воду, бажано бутильовану чи кип'ячену.
- Перед вживанням ретельно мийте овочі, фрукти та особливо зелень (салати, кріп, петрушку тощо) чистою водою.
- Ретельно проварюйте чи просмажуйте продукти перед вживанням.

**!** При своєчасно розпочатому лікуванні нетяжка форма холери закінчується повним одужанням. Дотримання профілактичних заходів допоможе захистити себе та своїх близьких від цієї небезпечної інфекції.