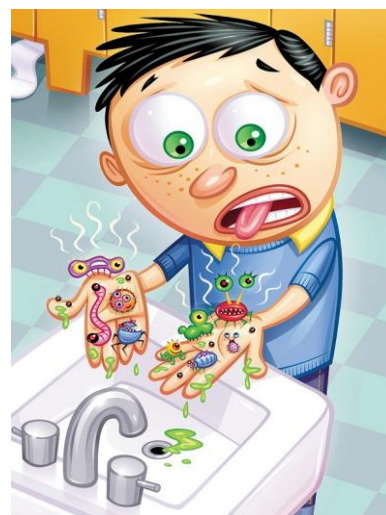


Профилактика инфекционных заболеваний в спортивной школе



Спортивная школа — это не только тренировочный и учебный процесс, но и место скопления большого числа людей. В условиях возникновения инфекции школа может стать одним из очагов заболевания. Это обусловлено тем, что дети, еще не обладая крепким и устойчивым иммунитетом, не всегда в достаточной мере выполняют и требования личной гигиены. Тренерам-преподавателям и родителям необходимо помнить: от того, насколько дети будут приучены следить за собой, зависит их защищенность от возникновения инфекционных заболеваний.

Каждый обучающийся должен соблюдать следующие правила личной гигиены.

1. Ежедневно дома совершать утренний туалет.
2. Тщательно мыть руки перед приемом пищи и после каждого посещения туалета.
3. Не брать в рот посторонние предметы: ручку, карандаш и др.; при чтении книг не слюнявить пальцы.
4. Содержать свое рабочее место в чистоте и порядке.
5. Следить за своим внешним видом, одеждой, а также формой для тренировки она должна быть чистой, свежестиранной.
6. Принимать душ после усиленной тренировки, закаляться.
7. Принимать пищу только в специально отведенных для этого местах (дома, в общеобразовательной школе и др.).
8. Иметь строго индивидуальную сменную обувь для спортивного зала.

Существует также ряд мер профилактики инфекционных и других видов заболеваний, выполнение которых должно контролироваться тренером-преподавателем и администрацией учреждения.

В этих целях:

- регулярно проветриваются помещения общего пользования;
- ежедневно проводится влажная уборка помещений и коридоров учреждения;
- проверяется наличие сменной обуви у обучающихся, особенно в осенний и

весенний периоды;

- проводится противобактериальная обработка туалетов и душевых комнат;
- соблюдается гигиеническая чистота раздевалок;
- осуществляется контроль питьевого режима.

Инфекционные заболевания вызываются болезнетворными микроорганизмами, вирусами, грибами и передаются от зараженного человека или животного здоровому.

Возбудители кишечных инфекций: дизентерии, сальмонеллеза, брюшного тифа и др.— распространяются через воду, пищевые продукты, грязные руки, посуду и т. д.;

возбудители воздушно-капельных инфекций: гриппа, кори, коклюша, дифтерии и др.— попадают от больного к здоровому через воздух при разговоре, кашле, чиханье;

грибковые заболевания кожных покровов передаются, при непосредственном контакте здоровых с больным человеком или животным.

Такие болезни, как возвратный тиф, малярия, энцефалит, бешенство и др., передаются через кровососущих насекомых (вши, комары, клещи, москиты) или при укусе больными животными.

Источниками инфекционных болезней в организованных детских коллективах являются больные или носители инфекции (дети или обслуживающий персонал).

Для предупреждения возникновения инфекционных заболеваний среди детей и подростков необходимы: своевременное выявление больных и носителей инфекции, изоляция их от здоровых и затем лечение; исключение контакта здоровых с загрязненными предметами (посуда, игрушки и другие предметы обихода); строгое соблюдение санитарно-гигиенического и санитарно-противоэпидемического режима в учреждениях и дома. При поступлении детей в учреждение при них обязательно должны быть заключение педиатра о состоянии здоровья ребенка, результаты лабораторных исследований и заключение эпидемиолога об отсутствии в течение двух предшествующих недель контактов с инфекционными больными. При приеме детей в учреждение медицинская сестра или тренер-преподаватель опрашивает родителей о состоянии здоровья детей. При подозрении на заболевание ребенка изолируют до установления причины плохого самочувствия. При выявлении инфекционного заболевания должны быть немедленно приняты меры по предупреждению распространения инфекции. Каждый случай инфекционного заболевания регистрируется в специальном журнале. Тренера-преподаватели ежедневно отмечают в журналах отсутствующих детей и сообщают об этом медицинскому работнику учреждения для выяснения причин отсутствия ребенка. По указанию эпидемиолога проводятся санитарно-противоэпидемические мероприятия, направленные на предупреждение распространения инфекции среди организованных детских коллективов. В зависимости от характера инфекции и способа ее передачи может предусматриваться карантин, дезинфекция, вакцинация и др. или комплекс предупредительных мероприятий. Кроме того, принимаются все меры для контроля за всеми контактными детьми и персоналом, проводятся обследования по выявлению носительства и т.д.

Профилактика дизентерии.

Профилактика дизентерии в учреждении – одна из необходимых мер локализации заболевания. При выявлении больного дизентерией ребенка нужна его немедленная изоляция и обследование лиц, находившихся в непосредственном контакте с ним. Проводится дезинфекция помещений. Переболевшие дизентерией дети посещают занятия только после разрешения врача.

К мерам предотвращения появления и распространения дизентерии в учреждении относят:

- соблюдение чистоты учебных помещений;
- содержание в порядке общественных туалетов;
- уничтожение мух;
- своевременное опорожнение мусорных ящиков;
- строгий контроль за личной гигиеной обучающихся;
- правильную организацию питьевого режима в учреждении;
- ознакомление обучающихся и их родителей с симптомами и опасностью дизентерии.

Профилактика гепатита.

Профилактика вирусного гепатита в учреждении включает следующие мероприятия.

1. В учебный отдел передаются сведения об отсутствии обучающихся на занятиях.
2. Учебное заведение оповещается обо всех случаях заболеваний обучающихся и их семей.
3. Обучающиеся, пропустившие занятия в спортивной школе более трех дней, допускаются к тренировкам только с разрешения врача.
4. Ведется разъяснительная работа с обучающимися и их родителями об опасности, симптомах и мерах профилактики вирусного гепатита.
5. Осуществляется строгий контроль за работниками учреждения.
6. Строго проверяется соблюдение санитарно-гигиенических требований, правил уборки и дезинфекции помещений.

В случае появления в спортивной школе заболевших вирусным гепатитом принимаются дополнительные меры.

1. Проводится активная работа по выявлению заболевших, у которых отсутствуют симптомы заболевания.
2. Обо всех случаях заболевания сообщается в санитарно-эпидемические службы.
3. Проводится дезинфекция всех помещений школы (особенно туалетов).
4. В случае необходимости объявляется карантин.

В предупреждении заболеваемости гепатитом В основную роль играют санитарные меры, направленные на предотвращение инъекционного заражения, в первую очередь – при проведении массовых профилактических прививок. Возбудитель гепатита В устойчив к физическим и химическим факторам, он теряет свою активность только при стерилизации паром под давлением или при кипячении. Также необходим постоянный контроль со стороны тренера-преподавателя и родителей за соблюдением ребенком необходимых норм и правил личной гигиены.

Санитарно-гигиенические и оздоровительные мероприятия предусматривают:

формирование здорового образа жизни у населения, соблюдение распорядка дня, полноценное питание с включением в рацион свежих овощей и фруктов, витаминных препаратов;

проведение закаливающих процедур, физические упражнения, игры, прогулки на свежем воздухе;

оздоровление условий труда и быта и другие.

В любом деле важно начало. Очень значимо, с каким настроением ребенок войдет в учебный год. Задача родителей - помочь детям встретить перемены позитивно и в хорошем здравии.

СОБЛЮДАЙТЕ ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ! УМЕЙТЕ ЗАБОТИТЬСЯ О СВОЁМ ЗДОРОВЬЕ. ПОМНИТЕ! ЗДОРОВЬЕ - БОЛЬШАЯ ЦЕННОСТЬ!

Профилактика инфекционных заболеваний - комплекс мероприятий, направленных на обеспечение высокого уровня здоровья людей, их творческого долголетия, устранения причин заболеваний, улучшение условий труда, быта и отдыха населения, охрану окружающей среды.

