

## Методы профилактики инфекционных заболеваний.

Инфекционные заболевания включают группу недугов, возникающих из-за бактерий, вирусов, паразитов и других микроорганизмов.

Защититься от них поможет эффективная профилактика: вакцинация, гигиена, здоровый образ жизни.

Профилактика инфекционных заболеваний требуется каждому человеку, поскольку на всех сказывается плохая экология, не соответствующее здоровым принципам питание. Из-за ослабленного иммунитета организм подвергается разным недугам, и тогда вирусы, бактерии и прочие микроорганизмы активно развиваются и мутируют.

Стремительное развитие вирусов опасно для каждого человека, ведь тогда появляются эпидемии и пандемии.

Эффективные меры профилактики позволят не допустить этого, но только следовать им нужно регулярно.

Профилактика бывает специфическая и неспецифическая, но смысл обоих видов заключается в выполнении несложных рекомендаций по защите от инфекционных заболеваний.

Как передаются инфекции?

Прежде чем предпринимать какие-то меры по профилактике, необходимо знать, как та или иная инфекция проникает в организм. На основе этого можно выбрать эффективный метод защиты.

Известны следующие способы распространения инфекций:

воздушно-капельный: корь, краснуха, ветряная оспа, грипп, коклюш, ОРВИ;

фекально-оральный: острые кишечные инфекции;

контактно-бытовой: герпес, чесотка, столбняк, микроспория;

трансмиссивный: малярия, болезнь Лайма, энцефалиты.

### СПЕЦИФИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА

Она предполагает применение вакцин, которые позволяют предотвратить заболевание и защитить от осложнений. Вакцины необходимы для снижения заболеваемости. Они эффективны против многих острых и хронических заболеваний.

Специфическая профилактика предполагает вакцинацию людей с рождения и до глубокой старости.

Специфическая профилактика считается одной из самых эффективных.

Вакцинация позволяет защититься в 80-90% случаях, поэтому она важна даже для здоровых детей.

Специфическая профилактика быстро приносит результаты, нужно лишь вовремя делать прививки.