**Сақ болыңыз! Менингит!**

**Тұрғындарға арналған жаднама**

**Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрлігі Қазақстан Республикасының Білім және ғылым министрлігімен бірлесе отырып, ата-аналарға осы кезеңде өте сақ болуға кеңес береді:**

Құрметті ата-аналар! Қазіргі уақытта менингитпен сырқаттанушылықтың маусымдық көтерілуі байқалады. Сіздерден балаларыңыздың денсаулық жағдайына барынша мұқият болуды сұраймыз.

Менингококк инфекциясы — бактериялар тудыратын жіті инфекциялық ауру, ол әртүрлі клиникалық белгілермен – симптомсыз тасымалдаушылық, назофарингиттен (мұрын мен жұтқыншақ сілемейлі қабығының қабынуы) бастап менингококк сепсисіне (қанның жұқтыруы) дейін болады.

Менингит кенеттен басталады: күтпеген жерден қатты бас ауыру, құсу, 6-15 сағаттан кейін бөртпе пайда болады, температура 39-40°С-қа жетеді, адам қалтырайды. Тері бозарады. Жалпы әлсіздік, арқаның және аяқ-қолдың сырқырауы байқалады. Науқас адам шөлдейді, тәбеті нашарлайды. Ауру жеңіл түрде өтуі мүмкін, сондықтан өте қауіпті түрде өтетінін айта кету керек, ол тұмау, баспа, суық тию, тонзиллит және т.б. сияқты «зиянсыз» ауруларға ұқсас болады. Тоңу, ауыру, қатты шаршаудан организмнің қорғаныш күштерінің әлсіреуі сияқты қолайлы жағдай пайда болғанда менингококк бас миының қабығына тез өтеді және қабынуды тудырады.

Инфекцияның көзі науқас адамдар және «дені сау тасымалдаушылар», яғни қандай да бір клиникалық белгілер жоқ, бірақ менингококк тасымалдаушылары болып табылатын адамдар.

**Менингит кезінде қандай әрекет жасау керек.**

**Шұғыл дәрігерге бару!!!**

**Аурудың әдеттегі суық тию сияқты жасырын өтуі мүмкін екендігіне байланысты дәрігерге уақтылы қаралу қажет. Менингитке күдік пайда болған жағдайда пациент инфекциялық аурулар ауруханасына шұғыл емдеуге жатқызылады.**

**Менингиттің алдын алу үшін:**

- Қажет болмаса, адамдар көп жиналатын жерлерге, сауда-ойын-сауық кешендеріне, нашар желдетілетін үй-жайларда өткізілетін мәдени-көпшілік іс-шараларға баруды шектеу;

– Суықтамау және ауа-райына қарай киіну керек.

- Қолды жуыңыздар. Ауру жұқтыруды болдырмау үшін қолды мұқият жуған өте маңызды. Балаларыңызды қолын жиі жууға үйретіңіздер, әсіресе тамақ ішу алдында, қоғамдық орында болғаннан кейін, сондай-ақ жануарларды ұстағаннан кейін;

- Өз денсаулығыңызды бақылаңыздар. Жақсы демалып, жүйелі түрде спортпен айналысып және дұрыс тамақтануды ұстана отырып, өздеріңіздің иммундық жүйелеріңізді сақтаңыздар;

– Науқаспен қарым-қатынаста болған адамдар медицина қызметкерлерінің бақылауымен профилактикалық мақсатта антибиотиктерді қабылдау жөніндегі дәрігердің тағайындауын орындауы керек.

**Құрметті ата-аналар!**

**Балаларыңыздың денсаулығы өз қолдарыңызда!!!**

Ата-аналар, біздің ұсынымдарымызды есте сақтаңыздар, басқа ата-аналармен, өздеріңіздің кәмелеттік жасқа толған балаларыңызбен және достарыңызбен осы ақпаратты бөлісіңіздер! Аурудың алдын алудың оңай екенін біліңіздер!

**Менингит туралы пайдалы сілтемелер:**

**Менингит — это не «голова болит»: главные ошибки, приводящие к болезни:** <https://365info.kz/2018/05/meningit-eto-ne-golova-bolit-glavnye-oshibki-privodyashhie-k-bolezni/>

**Менингит: чем опасен и как защититься?**

<https://tengrinews.kz/article/792/>
**Лайфхак: как уберечься от менингита**

<https://www.caravan.kz/news/lajjfkhak-kak-uberechsya-ot-meningita-446068/>

**Что за болезнь менингит и что нужно делать, чтобы не заболеть?**

<https://informburo.kz/cards/chto-za-bolezn-meningit-i-chto-nuzhno-delat-chtoby-ne-zabolet.html?utm_source=facebook.com&utm_medium=story&utm_campaign=of>

**Как не заразиться менингококком, рассказали в минздраве**

<https://www.nur.kz/1734332-kak-ne-zarazitsa-meningokokkom-rasskazali-v-minzdrave.html>