

Fertőzési lánc megszakítása

Hogyan jutnak be?

Ahhoz, hogy a mikrobák fertőzést okozhassanak, be kell jutniuk a szervezetünkbe. A következő módokon, útvonalakon történhet:

- elfogyasztott ételek;
- belélegzett levegőben lebegő aeroszolok vagy cseppek;
- nyílt sebek, hámló bőrfelületek;
- dolgok, amiket a szánkba veszünk.

Kikre veszélyesek a fertőzések?

Bár mindannyian ki vagyunk téve fertőzéseknek, de vannak emberek, akikre nézve különösen kockázatos, ha megfertőződnek:

- gyógyszeres kezelés (pl. kemoterápia) alatt álló emberek;
- nagyon fiatalok/idősek;
- alapbetegséggel élők, pl. HIV/AIDS, cukorbetegség.

Mi lehet a fertőzés forrása?

Lehet ember, állat vagy tárgy, aki/ami a káros mikrobákat hordozza. A fertőzésnek számos különböző forrása lehet:

- fertőzött emberek;
- háziállatok vagy más állatok;
- fertőzött élelmiszerek.

Hogyan terjednek a fertőzések?

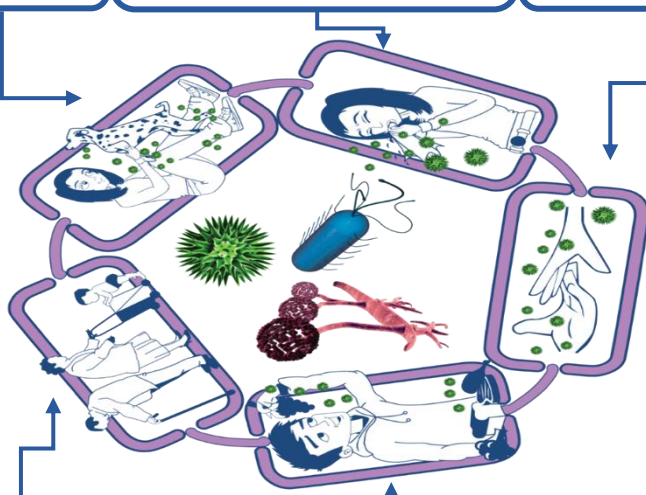
A káros mikrobáknak meg kell találniuk a módját, hogy a fertőzés forrásától eljussanak az emberhez. Ez az alábbi utakon lehetséges:

- közvetlen érintés, kontaktus;
- szexuális érintkezés;
- kéz és a kézzel érintett felületek (pl. ajtókilincsek, billentyűzetek, WC);
- élelmiszer érintkezik tárgyak felületével;
- levegővel.

Hogyan jutnak ki a fertőzött emberből?

A káros mikrobáknak valahogy ki kell jutniuk a fertőzött személyből vagy más fertőző forrásból, hogy másokat is megfertőzhessenek. Lehetséges kiutak:

- tüsszentés, köhögés, nyál;
- testnedvek
- nyers húsból, pl. baromfiból származó nedvek.



SH2 – Fertőzési Lánc megszakítása

Ne engedd bejutni a kórokozókat!

- Kötözd be a vágásokat és a nyílt sebeket vízálló kötéssel.
- Főzd meg az ételt megfelelően!
- Ügyelj arra, hogy csak tiszta vizet igyál!

Állítsd meg a forrásnál!

- Fertőzöttetek elkülönítése
- Elővigyázatosság nyers élelmiszerek feldolgozásakor
- A házi kedvencek tisztán tartása
- Ha van rálehetőség, háziállatok kórokozók elleni kezelése
- Pelenkák és a szennyes ruhák megfelelő kezelése

Akadályozd meg, hogy kikerüljenek a kórokozók a környezetbe!

- Felületekre vagy kezekre
- Köhögéskor, tüsszentéskor
- Széklettel
- Hányással
- Testnedvvel
- Fröccsenés, kenődés

Állítsd meg a terjedést!

- Alapos, rendszeres kézmosás
- Kötözd be a vágásokat és a nyílt sebeket
- Biztonságos szexuális érintkezés

Vigyázz másokra és magadra!

- Mindenki kapja meg a megfelelő védőoltásokat!
- Magas kockázatú személyek esetén:
- Tartsd távol magad a fertőző személyektől!
- Fokozottan ügyelj a tisztaságra!
Fokozottan ügyelj az ételkészítésre!

