

Международный день объятий. Чем можно и нельзя заразиться при объятиях.

Объятия и рукопожатия – это контактный механизм передачи инфекционных заболеваний. Время контакта не имеет значения, важно наличие возбудителей на коже.

На руках обычного человека живет масса бактерий; они попадают туда после проезда в метрополитене/ любом общественном транспорте, во время похода в магазин, в любое общественное учреждение или просто в туалет. Инфекция, которая попала на ладонь, может легко попасть на слизистую оболочку через прикосновение к лицу, глазам, губам. Через незначительные повреждения на коже рук здоровый человек может заразиться от больного.

Чтобы понимать, какие инфекции объятий (рукопожатиях), а какие – нет, надо представлять себе, какие микроорганизмы могут выжить на руках человека.

Руки относятся к одним из самых населенных участков тела. На ладонях в три раза больше видов бактерий, чем на предплечьях или на локтях. Количество видов бактерий на ладонях соответствует количеству видов обитателей пищевода, рта и толстой кишки, а у некоторых людей руки могут оказаться даже более населенными.

Ряд инфекций, которые можно подхватить от больного человека, просто пожав ему руку:

1. Самый высоки риск заражения ОРВИ и другими респираторными вирусными инфекциями – это объятия/рукопожатия. Так как вирус передается воздушно-капельным путём, здесь вероятность заражения возрастает в зависимости от того, насколько близко вы находитесь от собеседника. Больной человек при простуде трогает глаза, нос, чихает в ладони или закрывает ими рот, и частички слизи остаются на руках. Поэтому при рукопожатии они легко попадают в ладони здоровому человеку, который потом также касается ими лица, глаз, губ и заносит вирус на слизистые оболочки. Напоминаем, что соблюдение простых правил гигиены помогает предупредить заражение.

2. Контагиозный моллюск

Возбудителем этой болезни является близкий родственник вируса оспы, который поражает в основном кожу. Чаще всего контагиозный моллюск поражает детей до 10 лет. Однако и взрослый человек может подхватить инфекцию – в том числе и через рукопожатие. Характерные образования полусферических узелков с углублением в центре у взрослых чаще всего формируются на половых органах. При плохой гигиене вирус может оказаться на ладонях.

3. Герпес

Самой распространенной разновидностью герпетической инфекции является лабиальный герпес, который вызывает образование на губах характерных пузырьков. Возбудителем в данном случае является вирус простого герпеса 1 типа. Существуют и бессимптомные формы заболевания, а также вирус может оказаться на ладони после прикосновения к пораженной области.

4. Чесотка

Это заболевание вызывается чесоточным клещом, который обитает в верхних слоях кожи, делает там ходы и в них откладывает свои яйца. Руки, особенно межпальцевые промежутки – одно из самых частых мест обитания клещей. Прямой контакт с кожей зараженного человека играет ключевую роль в заражении. При быстром рукопожатии риск заражения крайне мал, все-таки для инфицирования чесоточным клещом требуется длительный контакт с кожей больного человека. Однако вероятность такая сохраняется.

5. Кожные грибковые заболевания (дерматомикоз)

Разнообразные грибковые заболевания тоже могут распространяться через рукопожатие. Среди них – руброфития, микроспория (стригуций лишай) и другие инфекции,

вызываемые микроскопическими грибами. В группе повышенного риска – люди со сниженным иммунитетом.

6. Желудочно-кишечные инфекции

Стоит отметить, что возможно заражение кишечными инфекциями, такими как сальмонеллез, дизентерия («Болезнь грязных рук»), брюшной тиф или гепатит А. В данном случае причиной может стать несоблюдение правил личной гигиены после туалета. Рукопожатие с людьми, пренебрегающими правилами личной гигиены, также может спровоцировать заболевание. Чтобы избежать подобного, нужно как можно чаще и тщательнее мыть руки с мылом.

Через рукопожатие нельзя заразиться ВИЧ-инфекцией, возбудитель которой неустойчив во внешней среде, а также гепатитами В и С, поскольку в этом случае вирус должен попасть в кровь.

И, конечно, стоит всегда помнить самое простое и главное правило: регулярно и тщательно мыть руки с мылом, а когда такой возможности нет, то обрабатывать их антисептическими средствами.

ЧИСТЫЕ РУКИ – ЗАЛОГ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ!