

Дамская сумка: разбираем содержимое

Бацуков Н.Л.

Здоровье и успех №3 (262), 2018 г., 20-21

Дамская сумочка - неотъемлемая часть любой уважающей себя женщины. Но мало кто из нас задумывается о тех скрытых опасностях, которые могут скрываться в ее недрах. И имя этой опасности - невидимые микробы, способные нанести ущерб здоровью хозяйки.

Попробуем сделать ревизию женской сумочки и предложить способы антибактериальной защиты.

Вещи, которые сами по себе служат источниками распространения микробов в дамской сумочке

- Ручка
- Блокнот
- Резинка для волос
- Ключи
- Антисептик для рук
- Паспорт
- Расческа
- Пилочка для ногтей
- Кошелек

Что может угрожать нашему здоровью?

Эту разнородную на первый взгляд группу вещей объединяет то, что они постоянно контактируют с руками, волосами (резинка для волос, расческа, пилочка для ногтей, бутылочка с антисептиком) и поверхностями окружающих предметов (ручка, блокнот, паспорт, ключи, кошелек). А значит постоянно обсеменяются микробами, а после контакта с другими предметами в сумке (особенно пищевыми продуктами) переносят эти микроорганизмы на них.

Быстрее всего размножаются микробы на расческах, пилочках для ногтей и аксессуарах для волос. Это связано с тем, что при несоблюдении правил гигиенической обработки и хранения этих предметов на них создается оптимальная питательная среда из кожного сала, частичек ногтей, кожи, перхоти. Также постоянным источником патогенной флоры являются деньги, которые проходят через миллионы рук (вот уж где в прямом смысле слова можно сказать - грязные деньги).

Наиболее часто на предметах дамской сумочки будут встречаться кишечная и дизентерийная палочка, энтеровирусы (например, вирусного гепатита), яйца

гельминтов, микроскопические грибки, золотистый стафилококк, стрептококк, энтерококк, протей, клещ демодекс и др.

Что делать, чтобы снизить риск?

Расчески и пилочки необходимо регулярно мыть под проточной водой с мылом или антисептическим гелем и хранить в косметичке, а не в свободном «плавании» (лучше в индивидуальных чехлах, пеналах или полиэтиленовых пакетиках с замком). Ключи и ручки нужно хранить в отдельных наружных кармашках не в соседстве с другими вещами, которые могут контактировать с лицом, глазами (отдельно от мобильного, носовых платков, косметики). После расчета в магазине нелишним будет протереть руки и кошелек бактерицидными влажными салфетками.

Кроме того, микробы могут проникать с наружной поверхности внутрь сумки, особенно, если вы имеете привычку ставить ее на пол или скамейку на остановке. Поэтому сумку регулярно нужно протирать антисептиком (особенно дно сумки), вешать на вешалку или специальный магнитный крючок.

Красный уровень опасности: пищевые продукты

- Яблоко, жвачка - риск развития пищевых отравлений, кишечных инфекций, гельминтозов.

Что может угрожать нашему здоровью?

Если продукты для экспресс-перекуса, которые лежат в нашей сумочке, перед употреблением тщательно не промыть под проточной водой, то они могут представлять опасность возникновения пищевых отравлений и, даже, кишечных инфекций. Еще эти заболевания называют «болезнями грязных рук», так как возбудители инфекций с невымытых рук больного или бактерионосителя могут попадать на продукты и различные предметы, что приводит к распространению инфекции. В результате употребления в сыром виде загрязненных плодов и ягод могут возникать дизентерия, брюшной тиф, иерсиниозы, геогельминтозы, токсикоинфекции и др. кишечные инфекции.

Возбудители кишечных инфекций устойчивы к различным воздействиям и длительно сохраняются во внешней среде, например на яблоках в сумочке — от 5 дней до 14 недель, и очень хорошо размножаются, особенно в теплый период года. Характерными признаками кишечных инфекций и пищевых отравлений являются повышение температуры до 38 °С и более (обычно через 2-3 дня после употребления продукта), боли в животе, ломота в суставах, слабость, рвота, частый жидкий стул (иногда до 10-12 раз в сутки), в испражнениях может появиться слизь и кровь.

Что делать, чтобы снизить риск?

Яблоки и другие фрукты необходимо хранить в сумочке в одноразовых герметичных полиэтиленовых пакетах. Перед употреблением тщательно

помыть руки, а затем и фрукты под проточной водой и, желательно, с детским мылом (с последующим тщательным ополаскиванием). Жевательную резинку лучше покупать в малых фасовках и хранить изолированно от других предметов в сумке.

Желтый уровень опасности: вещи, контактирующие с кожей и слизистыми

- Прокладка гигиеническая, помада - риск развития молочницы;
- Телефон - риск развития стрептококковой, энтерококковой и стафилококковой кожной инфекции (фурункулеза) и инфекции внутренних органов (при проникновении инфекции через рот);
- Очки в футляре, плеер с наушниками, пудра - риск развития демодекоза;

Что может угрожать нашему здоровью?

Если микроскопические грибы через помаду попадут на слизистую полости рта или через поврежденную упаковку гигиенических прокладок - на слизистую влагалища, то может возникнуть кандидоз или молочница. Инкубационный период молочницы может варьировать от 4-х дней до месяца. При развитии молочницы появляется сильный, иногда изнуряющий зуд, жжение, отечность и раздражение слизистой оболочки. Данные признаки сопровождаются выделениями и творожистым белым налетом.

Клещи демодекс живут в выводных протоках сальных желез и волосяных мешочках человека (на коже лица, преимущественно в области носогубных складок, на подбородке, веках и ушных раковинах) и активно переходят на пуховку пудры, очки, наушники плеера. При закрытии выводных протоков сальных желез или волосяного мешочка, клещи в них начинают усиленно размножаться, вызывая воспалительный процесс и появление угрей и мелких абсцессов.

Учитывая, что мобильный телефон непосредственно контактирует с кожей лица, уха, с кожей и слизистой губ, то наличие на их поверхности стрептококков может спровоцировать развитие кожных инфекций, ангины, а, в дальнейшем, послужить фактором риска развития гломерулонефрита и ревматического поражения сердца, а стафилококки могут вызвать образование фурункулов. Активной жизни и размножению микробов способствует и то, что телефон нагревается при работе. Энтерококки, которые также обильно обсеменяют поверхность мобильного телефона, несмотря на то, что входят в состав нормальной микрофлоры желудочно-кишечного тракта, могут являться возбудителями инфекций мочевыводящих путей, кишечных инфекций, инфекций органов малого таза, раневых инфекций, эндокардита и энтероколита.

Что делать, чтобы снизить риск?

Все, что контактирует с кожей и слизистыми оболочками и что можно обработать антисептическими спреями - нужно обрабатывать ежедневно. Перед использованием косметики руки нужно помыть или обработать бактерицидными салфетками. Косметички стоит регулярно стирать или протирать антисептиком.

Губную помаду и пудру необходимо периодически менять (обычно через 6-12 месяцев), а корпус перед открытием протирать антисептической салфеткой.

Верхнюю и нижнюю часть телефона, которые непосредственно контактируют с кожей, перед началом рабочего дня также необходимо обработать бактерицидным средством (это может быть антисептический гель, раствор мирамистина или 3% перекись водорода).

Дополнительная мера безопасности – регулярное мытьё рук с использованием обычного мыла.