

Памятка для населения по профилактике острых кишечных инфекций

- кишечные инфекции (ОКИ) - это многочисленная группа острых инфекционных заболеваний, вызываемых различными микроорганизмами, простейшими, бактериями, вирусами с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта.

Чтобы предохранить себя и детей от заболевания ОКИ необходимо придерживаться следующих рекомендаций:

- строго соблюдайте правила личной гигиены, чаще и тщательно мойте руки с мылом после возвращения домой с улицы, перед едой и после посещения туалета;

- для питья используйте кипяченую, бутилированную или воду гарантированного качества;

- овощи, фрукты, ягоды тщательно мойте перед употреблением под проточной водопроводной водой;

- не приобретайте продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;

- в домашних условиях соблюдайте правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, сырые продукты и готовую пищу следует хранить отдельно;

- тщательно прожаривайте или проваривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты; скоропортящиеся продукты храните только в условиях холода;

- не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более чем на 2 часа, не употребляйте продукты с истекшим сроком реализации

Выполнение этих несложных советов поможет избежать заболевания острой кишечной инфекцией.

Помните, что любое заболевание легче предупредить, чем лечить!!!