

ПРОФИЛАКТИКА ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ

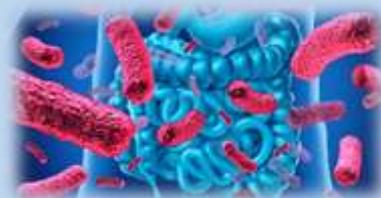


Острые кишечные инфекции (ОКИ) – заболевания, вызываемые различными микроорганизмами, которые проявляются высокой температурой, тошнотой, рвотой, многократным жидким стулом.

Как происходит заражение?

Все кишечные заболевания имеют фекально-оральный механизм передачи, т.е. заразиться можно через пищу, воду, контактно-бытовым путём.

Источник инфекции: больные и бактерионосители.



Чтобы не допустить заболевания, необходимо:

- Строго соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки перед едой, при приготовлении пищи, после прихода с улицы;
- Не покупать продукты питания в неустановленных местах торговли. Требовать удостоверения качества на продаваемую продукцию;
- Соблюдать сроки и правила хранения продуктов;
- Перед употреблением овощи и фрукты тщательно промыть кипячённой водой;
- Не допускать соприкосновения сырых продуктов (мясо, овощи, яйца, морепродукты) и тех, которые не будут подвергаться термической обработке (колбаса, масло, сыр, творог и др.);
- Защищать пищу от насекомых, грызунов, вести борьбу с мухами и тараканами;
- Не купаться в водоёмах, где купание не рекомендуется или запрещено;



ВНИМАНИЕ!

- ✓ Приготовленную пищу можно оставлять при комнатной температуре не более двух часов;
- ✓ Вода может явиться причиной многих инфекционных заболеваний. Не пейте воду из случайных источников, употребляйте только прокипячённую водопроводную или бутилированную воду.



ПОМНИТЕ!

Соблюдение этих простых правил поможет Вам предохранять себя и своих близких от заболеваний острыми кишечными инфекциями.

