

Профилактика

Острых кишечных инфекций



- ☀ Необходимо тщательно мыть руки с мылом перед приготовлением, приемом пищи и после туалета;
- ☀ коротко стричь и содержать в чистоте ногти;
- ☀ воду для питья употреблять кипяченую или бутилированную гарантированного качества;
- ☀ овощи, ягоды, зелень и фрукты, в том числе цитрусовые и бананы употреблять только после мытья их чистой водой и ошпаривания кипятком;
- ☀ не приобретать продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли, отдавать предпочтение фабричной упаковке с четким сроком годности;
- ☀ не употреблять в пищу сырые яйца; разливное молоко употреблять после кипячения; творог, приготовленный из сырого молока или развесной, лучше употреблять только в виде блюд с термической обработкой;
- ☀ тщательно прожаривать и проваривать продукты, особенно мясо, птицу, яйца, рыбу и морские продукты;
- ☀ использовать разные разделочные доски для сырых и готовых продуктов;
- ☀ скоропортящиеся продукты сохранять в холодильниках в пределах допустимых сроков хранения; сырые продукты и готовую пищу хранить отдельно в чистой закрывающейся посуде;
- ☀ хлеб нужно носить из магазина в пакете отдельно от других продуктов;
- ☀ обязательны соблюдение чистоты в жилище, частое проветривание, ежедневное проведение влажной уборки;
- ☀ следует оберегать от мух пищевые продукты, сразу мыть грязную посуду; в целях борьбы с мухами следует защищать оконные проемы сеткой;
- ☀ надо систематически опорожнять и мыть емкости для сбора бытовых отходов;
- ☀ купаться в открытых водоемах в летний период года можно только в специально отведенных местах;
- ☀ на вокзалах, в аэропортах, местах массового отдыха при питье бутилированной, газированной воды пользуйтесь одноразовым стаканчиком или индивидуальным поильником;
- ☀ при пользовании колодцем, брать воду из него только ведром общего пользования, а не личным.

ВАЖНО!

При возникновении признаков кишечной инфекции следует немедленно обратиться за медицинской помощью к врачу, выполнять и соблюдать его назначения и рекомендации. Никакого самолечения, не принимать самостоятельно никаких лекарств, особенно антибиотиков!

Несвоевременное обращение за медицинской помощью может отрицательно сказаться на здоровье и привести к заражению окружающих.