

ПРОФИЛАКТИКА ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Нас окружает великое множество микробов, среди них – возбудители различных **острых кишечных инфекций (ОКИ).**



Они становятся опасными, когда попадают в организм с **грязными руками, зараженной пищей или водой.**



Передача инфекции возможна от больного человека или бактерионосителя – при несоблюдении **элементарных правил личной гигиены.**



БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ И РАДОВАТЬСЯ ЖИЗНИ НАМ ПОМОГУТ ЭТИ НЕХИТРЫЕ ПРАВИЛА:

ПРАВИЛО №1



Тщательно моем руки, обязательно с 2-кратным намыливанием:

- по возвращении домой
- перед едой
- перед приготовлением пищи
- после посещения туалета
- после выполнения уборки, грязной работы
- после занятий с домашними животными вытираем руки насухо индивидуальным полотенцем!



ПРАВИЛО №3

Хорошо обрабатываем и обдаем кипятком овощи и фрукты

ПРАВИЛО №4



Поддерживаем чистоту и порядок в жилище и во дворе

ПРАВИЛО №2



Пьем только кипяченую воду

ПРАВИЛО №5



В летний период боремся с мухами – переносчиками заразы

ПОМНИТЕ! ГИГИЕНА – ВАШ НАДЕЖНЫЙ ЗАЩИТНИК!

Где живёт кишечная инфекция?



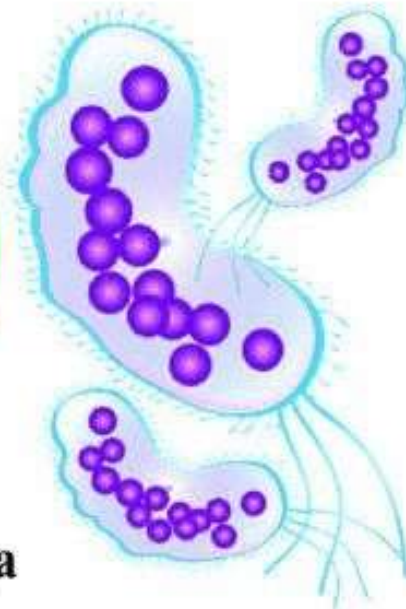
в воде, в том числе
бутилированной



в пищевых продуктах,
чаще - молочных



на грязных руках
и предметах обихода



на невымытых фруктах,
овощах и ягодах



на лапах мух



в водоёмах,
не предназначенных
для купания



ПРОФИЛАКТИКА КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ



Обращайте внимание на сроки годности продуктов.



Соблюдайте правила личной гигиены, прежде всего следите за чистотой рук.



Мойте фрукты и овощи! Не покупайте арбузы и дыни в разрезанном виде!



Пейте только кипяченую или расфасованную в ёмкости воду.



Приобретайте продукты только в разрешенных для торговли местах.



Купайтесь на официальных пляжах.



Молодые мамы! Кормите детей в соответствии с их возрастом.



Откажитесь от кондитерских изделий с кремом, а также салатов.

При первых признаках кишечного расстройства, особенно у ребенка, важно обратиться к врачу, так как несвоевременное и неправильное лечение может привести к серьезным осложнениям.

Самолечение недопустимо и небезопасно!

