



**ПРОФИЛАКТИКА**



**ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ**



# 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 путем.

## Источники инфекции:

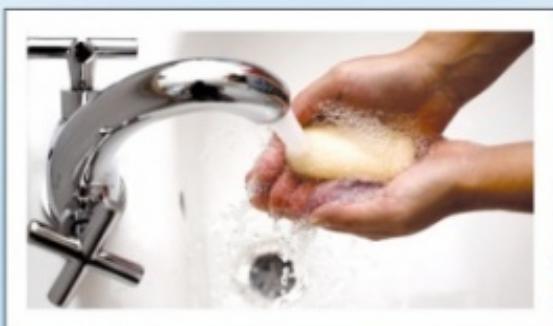
больные и бактерионосители.

## Чтобы не допустить заболевания, необходимо:

- строго соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки перед едой, приготовлением пищи, после прихода с улицы;
- не покупать продукты питания в неустановленных местах торговли. Требовать удостоверение качества на продаваемую продукцию;
- соблюдать сроки и правила хранения продуктов;
- перед употреблением овощи и фрукты тщательно промыть кипяченой водой;
- не допускать соприкосновения сырых продуктов (мясо, овощи, яйца, морепродукты) и тех, которые не будут подвергаться термической обработке (колбаса, масло, сыр, творог). Использовать раздельные кухонные принадлежности (ножи, доски, посуду);
- защищать пищу от насекомых, грызунов, вести борьбу с мухами и тараканами;
- не купаться в водоемах, 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 прокипяченную водопроводную или бутилированную воду.



**Помните!** Соблюдение этих простых правил поможет Вам предохранить себя и своих близких от заболеваний острыми кишечными инфекциями.



# 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