



СЛОВ'ЯНСЬКА МІСЬКА РАДА
відділ з питань цивільного захисту,
мобілізаційної та оборонної роботи та
Слов'янські курси цивільного захисту

ПАМ'ЯТКА
КИШКОВІ ІНФЕКЦІЇ

З настанням літнього періоду зростає небезпека щодо захворюваності на кишкові інфекції.

Зараження здійснюється через забруднені бактеріями чи вірусами або їхніми токсинами продукти харчування (немиті овочі та фрукти, термічно необроблені продукти), через предмети побуту, забруднені руки, при вживанні некип'яченої води, купанні в непроточній водоймі.

Для уникнення кишкових інфекцій дотримуйтеся санітарно-гігієнічних вимог:

- перед приготуванням їжі та перед її вживанням обов'язково мийте руки з милом, а також після відвідування туалетів;
- не допускайте споживання продуктів та напоїв із простроченим терміном зберігання;
- овочі, фрукти мийте проточною водою;
- запобігайте забрудненню харчових продуктів, не забувайте про їх термічну обробку;
- не купуйте продукти харчування сумнівної якості, на стихійних ринках в осіб, які не мають санітарного дозволу на торгівлю;
- зберігайте продукти харчування тільки як зазначено на упаковці та згідно термінів;
- не залишайте приготовлену їжу при кімнатній температурі більше ніж на 2 години;
- не зберігайте разом сирі і готові харчові продукти;
- користуйтеся водою тільки з перевірених джерел, як для пиття так і для приготування їжі, миття посуду;
- **при перших ознаках захворювання** (погіршення самопочуття, слабкість, головний біль, підвищення температури тіла, нудота, біль в животі, пронос, блювота) звертайтеся за медичною допомогою.

Бережіть своє здоров'я і життя!