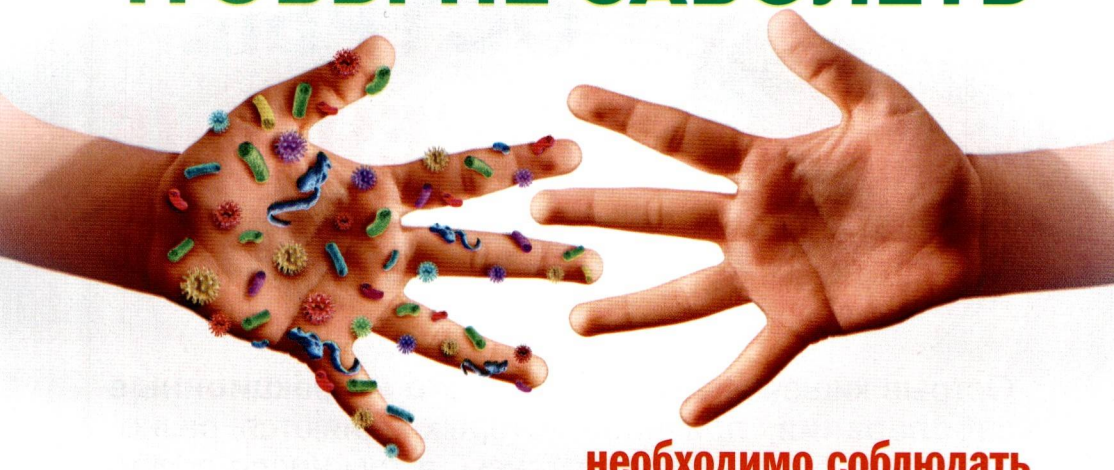
ОСТРЫЕ КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ

Острые кишечные инфекции **– это инфекционные заболевания**, причиной которых являются разнообразные бактерии или вирусы, в том числе возбудители гепатита А и энтеровирусной инфекции.

Возбудители вызывают поражение желудочно-кишечного тракта, печени, нервной системы. Острые кишечные инфекции чаще всего называют «болезнями грязных рук».

ЧТОБЫ НЕ ЗАБОЛЕТЬ



необходимо соблюдать
ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ

Поддерживайте чистоту: обязательно мойте руки после туалета и перед едой; мойте фрукты, ягоды и овощи проточной водой.

Отделяйте сырое от готового: храните сырое мясо, птицу и морепродукты отдельно от других пищевых продуктов; для обработки сырых и готовых блюд пользуйтесь отдельными ножами и разделочными досками.

Хорошо прожаривайте и проваривайте продукты: тщательно прожаривайте и проваривайте продукты (тепловая обработка не ниже 70 градусов); готовность мяса и птицы определяйте по цвету соков (они должны быть прозрачными, а не розовыми).

Храните продукты в холодильнике: не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более чем на 2 часа.

Выбирайте свежие, качественные продукты: не употребляйте продукты с истекшим сроком годности. Для питья используйте только кипяченую или бутилированную воду. Покупайте продукты в местах санкционированной торговли.

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

Будьте здоровы!

Комитет здравоохранения Администрации г. Тюмени