

«Профилактика кишечных инфекций»

Острые кишечные инфекции (ОКИ) – это большая группа инфекционных заболеваний человека, вызываемых патогенными и условно-патогенными бактериями, вирусами и простейшими. К основным кишечным инфекциям относятся: дизентерия, сальмонеллез, холера, энтеровирусная и ротавирусная инфекция, пищевая токсикоинфекция, вызванная стафилококком и др.



1. Мойте руки перед едой, после туалета, придя с улицы. Следите чтобы ребенок строго соблюдал эти правила.
2. Коротко стригите ногти, не допускайте скопления грязи под ногтями.
3. Употребляйте кипяченую или бутилированную воду.
4. Мойте чистой водой и ошпаривайте кипятком овощи и фрукты, в т.ч. цитрусовые и бананы. Разливное молоко кипятите. Творог, приготовленный из сырого молока или развесной, употребляйте только в виде блюд с термической обработкой.
5. Тщательно мойте руки с мылом перед приготовлении пищи.
6. Оберегайте пищевые продукты от мух. Чтобы мухи не залетали в квартиру, окна и форточки затяните сеткой.
7. Все пищевые продукты храните закрытыми в чистой посуде, скоропортящиеся – в холодильнике в пределах допустимых сроков хранения.
8. Ежедневно проводите влажную уборку, чаще проветривайте помещения
9. Мойте в горячей воде с моющими и дезинфицирующими средствами детские пластмассовые игрушки.
10. Помните, что купаться в открытых водоемах можно только в специально отведенных местах.

Помните! При появлении первых признаков кишечной инфекции: повышение температуры тела, рвоты, жидкого стула, недомогания, слабости - немедленно обращайтесь к врачу.

Самолечение недопустимо!

Выполнение этих несложных советов поможет избежать заболевания острой кишечной инфекцией и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!

