

Памятка  
(для населения)

**Профилактика острых кишечных инфекций**

При соблюдении следующих рекомендаций можно избежать заражения кишечными инфекциями:

- соблюдение правил личной гигиены (мытьё рук с мылом, особенно после посещения туалета, после прихода домой с улицы, перед и во время приготовления еды, перед едой, следить за чистотой рук детей, учить их правильно мыть руки и т.д.);

- соблюдение правил приготовления кулинарной продукции (тщательная термическая обработка пищи, особенно из мяса, птицы, яиц и морепродуктов, раздельная обработка сырых и готовых продуктов) и хранения готовой пищи (не хранить приготовленную пищу при комнатной температуре, не хранить пищу в холодильнике в течение длительного периода времени, а также совместно с сырыми продуктами, не допускать соприкосновения между продуктами, не прошедшими и прошедшими термическую обработку);

- поддержание чистоты в жилище, частое проветривание, ежедневное проведение влажной уборки;

- тщательное мытьё под проточной водой фруктов, овощей, ягод;

- не употреблять сырой воды, особенно из открытых водоёмов и колодцев;

- воздержаться от купания в водоёмах, где купание не рекомендуется (запрещено);

- не покупать, пищевые продукты, особенно молочные, мясные продукты и рыбу у случайных продавцов, в местах несанкционированной торговли, с нарушением температурного режима; приобретать пищевую продукцию только в специализированных торговых предприятиях, обеспеченных необходимым холодильным оборудованием для сохранения качества и безопасности продукции;

- при выборе продукта всегда обращайтесь внимание на целостность упаковки, внимательно изучайте информацию о продукте, так как состав продукта не всегда соответствует его наименованию; обращайте внимание на внешний вид продукта, если увидите плесневение, скисание, брожение, ослизнение, заветренность, верните товар продавцу; прежде чем купить продукт, проверяйте дату изготовления и срок годности; не покупать скоропортящиеся пищевые продукты, если они хранились без охлаждения; не покупайте продукты (молочные, мясные, консервы) «собственного» изготовления; не приобретайте продукты, если информация о товаре нечитаема или нанесена слишком мелким шрифтом.