

Памятка по профилактике кишечных инфекций

Что нужно знать по профилактике острых кишечных инфекционных заболеваний?

К группе острых кишечных инфекционных заболеваний относятся бактериальные (гастроэнтерит, дизентерия, сальмонеллез и др.) и вирусные (ротавирусная, энтеровирусная и др.) заболевания.

Общими клиническими симптомами для всех видов кишечных инфекционных заболеваний являются:

- повышение температуры тела
- расстройство пищеварения (тошнота, рвота, понос)
- острые боли в животе, вздутие живота

Человек заражается при употреблении продуктов, обсемененных возбудителями кишечных инфекций, недоброкачественной воды, через предметы обихода при контакте с больным. Источник инфекции – больной острой или скрытой формой заболевания.

Для того чтобы не заболеть острой кишечной инфекцией:

- соблюдайте правила личной гигиены: мойте руку после посещения туалета, перед приемом пищи, после возвращения с улицы, после соприкосновения с землей;
- употребляйте только кипяченую воду или очищенную питьевую воду в пластиковой таре;
- не употребляйте в жару скоропортящиеся продукты, которые пробыли на жаре несколько часов (торты, колбасы, молочные продукты, салаты, заправленные майонезом или сметаной и др.);
- не употребляйте в пищу немытые, сырые яйца, яйца в всмятку, недожаренную яичницу;
- тщательно обрабатывайте овощи и фрукты: промойте под проточной водой, обдайте кипятком, просушите;
- арбузы и дыни мойте с мылом, не покупайте их разрезанными;
- не купайтесь в запрещенных местах купания;

Надеемся, что наши советы помогут Вам избежать заболевания острыми кишечными инфекциями. Будьте здоровы!!!

