

ВБЕРЕЖІТЬ СЕБЕ ВІД КИШКОВИХ ІНФЕКЦІЙ

РЕКОМЕНДАЦІЇ НАСЕЛЕННЮ З ПРОФІЛАКТИКИ КИШКОВИХ ІНФЕКЦІЙНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ

До кишкових інфекційних захворювань відносяться: холера, черевний тиф, дизентерія, вірусний гепатит А, сальмонельоз, лептоспіроз та інші. Всі кишкові інфекції небезпечні для здоров'я та життя людини. Найнебезпечніша з них – холера, яка є карантинною інфекцією.



ШЛЯХИ ПЕРЕДАЧІ КИШКОВИХ ІНФЕКЦІЙ:

- через воду;
- продукти харчування, особливо молочні вироби, м'ясні та рибні фарші та ін.;
- не миті, брудні руки.

ЩОБ ВБЕРЕГТИ СЕБЕ ВІД КИШКОВИХ ІНФЕКЦІЙНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ ВАМ НЕОБХІДНО:

- для пиття вживати тільки кип'ячену (не менше 15 хв.) або фасовану (бутильовану) воду;
- перед приготуванням та вживанням їжі, після відвідування вбиральні руки обов'язково мити з милом;
- під час приготування їжі застосовуйте термічну обробку: варіння, запікання, смаження;
- свіжі овочі, фрукти та ягоди ретельно промивайте водою;
- зберігайте сирі продукти (м'ясо, рибу та ін.) окремо від готових страв;
- не користуйтеся водою із забруднених криниць під час повені;
- суворо дотримуйтесь правил особистої гігієни;
- не займайтесь самолікуванням;
- у разі виникнення ознак інфекційних захворювань (підвищення температури тіла, лихоманка, запаморочення, головний біль, болі у животі, нудота, блювання, пронос, нежить, кашель, пожовтіння шкіри або склер очей, висипи на тілі, поява гнійників та ін.), терміново зверніться за медичною допомогою в найближчу лікувальну установу. Не займайтесь самолікуванням, тому що перебіг багатьох інфекційних хвороб змінився.

**Бережіть своє здоров'я та здоров'я близьких Вам людей!
Пам'ятайте! Зберегти Ваше здоров'я допоможуть прості
правила особистої гігієни.**