

СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ:

- ✓ После попадания возбудителя в организм болезнь проявляется не сразу. Это так называемый скрытый, инкубационный период, который длится от нескольких часов до 10 дней.
- ✓ Потом у больных повышается температура, появляется слабость, тошнота, ухудшается аппетит, появляются боли в животе, рвота, частый жидкий стул.
- ✓ Заболевание ОКИ может протекать в виде здорового носительства.
- ✓ Больные или носители представляют опасность для окружающих, так как с фекалиями выделяется огромное количество возбудителей в окружающую среду.
- ✓ Далее через загрязненную воду, предметы обихода, руки или пищевые продукты возбудители ОКИ вновь попадают в кишечник здорового человека.

ПОМНИТЕ !

❖ Скоропортящиеся продукты и готовую пищу следует хранить только в холодильнике при температуре +2 +6°C;

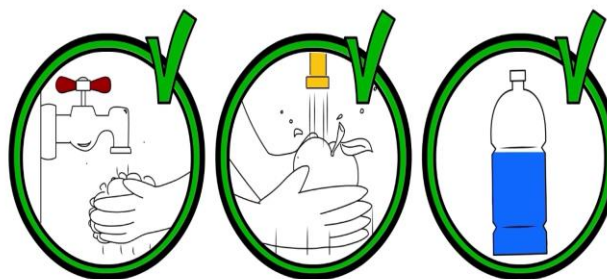
❖ На кухне следует соблюдать чистоту, не скапливайте мусор и пищевые отходы, не допускайте появления мух и тараканов;

❖ Необходимо постоянно поддерживать чистоту в жилище и соблюдать правила личной гигиены, особенно если в семье есть маленькие дети. Перед их кормлением мойте руки с мылом, используйте только свежеприготовленные детские смеси.

❖ Не давайте маленьким детям некипяченое разливное молоко, сырые яйца, используйте для приготовления пищи только свежие продукты.

**Помните, что любое заболевание
легче предупредить, чем лечить и**

ГДЕ ЧИСТОТА - ТАМ ЗДОРОВЬЕ



*Управление Роспотребнадзора по
Камчатскому краю*



<https://41.rospotrebnadzor.ru/>

Памятка для населения по профилактике острых кишечных инфекций

В летне-осенний период сохраняется опасность заражения острыми кишечными инфекциями, связанными с передачей возбудителей через пищевые продукты.

Острые кишечные инфекции (ОКИ) – это многочисленная группа острых инфекционных заболеваний, вызываемых различными микроорганизмами, простейшими, бактериями, вирусами с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта.

Возбудители ОКИ в организм человека попадают с пищей, водой, у маленьких детей через грязные руки, игрушки.

Загрязнение пищевых продуктов может произойти в результате нарушения правил личной гигиены (мытьё рук) при приготовлении, кулинарной и термической обработке пищевых продуктов, при нарушении правил и сроков транспортировки, хранения, реализации пищевых продуктов и готовых блюд.

Особую опасность представляют скоропортящиеся пищевые продукты, а также блюда, приготовленные без термической обработки и употребляемые в холодном виде. Возбудители ОКИ в них могут не только накапливаться, но и размножаться.

Приготовление больших объемов пищи впрок в сочетании с ее неправильным хранением (при комнатной температуре) способствует размножению микроорганизмов или образованию токсинов и может привести к заболеванию. При массивном накоплении возбудителей в окружающей среде частота их попадания в желудочно-кишечный тракт человека увеличивается, соответственно увеличивается вероятность возникновения заболеваний.

Чтобы предохранить себя и детей от заболевания ОКИ необходимо придерживаться следующих рекомендаций:

- Строго соблюдайте правила личной гигиены, чаще и тщательно мойте руки с мылом после возвращения домой с улицы, перед едой и после посещения туалета



- Для питья используйте кипяченую, бутилированную или воду гарантированного качества



- Овощи, фрукты, ягоды тщательно мойте перед употреблением под проточной водопроводной водой, а для маленьких детей ещё и кипяченой водой



Чтобы предохранить себя и детей от заболевания ОКИ необходимо придерживаться следующих рекомендаций:

- Жара и наличие питательной среды (сладкой мякоти) - условия, способствующие быстрому росту и размножению бактерий



- Не покупайте арбуз (дыню) с надрезами и сами не просите продавца сделать надрез для определения его спелости



- Для обработки сырых продуктов необходимо пользоваться отдельными ножами и разделочными досками



- Тщательно прожаривайте или проваривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты

