



Осторожно! Кишечная инфекция

Кишечная инфекция – это заболевание, вызываемое целой группой различных бактерий и вирусов. Основные симптомы заболевания – тошнота, рвота, жидкий стул, высокая температура. Заболевание может протекать и в лёгкой, и в тяжёлой форме. Кишечная инфекция попадает в организм человека с **пищей, водой**, посредством, в первую очередь, **грязных рук**.

ВЫ НЕ ЗАБОЛЕЕТЕ КИШЕЧНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ, ЕСЛИ БУДЕТЕ СОБЛЮДАТЬ РЯД НЕСЛОЖНЫХ ПРАВИЛ. А ПОТОМУ:

- ❁ если у Вас есть малейшие сомнения в отношении качества продукта питания – не ешьте такой продукт;
- ❁ соблюдайте сроки годности и температурные условия хранения продуктов питания, особенно молочных продуктов, колбас;
- ❁ мойте руки после посещения туалета и перед едой. Приучайте к этому детей!
- ❁ тщательно мойте овощи и фрукты в проточной воде с последующим ошпариванием, особенно – для приготовления салатов;
- ❁ кипятите воду из открытых водоемов (в т.ч. из колодцев, родничков и т.п.). При покупке минеральной воды – обращайте внимание на качество упаковки, отсутствие взвесей и хлопьев (если это не оговорено дополнительно);
- ❁ не покупайте продукты питания на стихийных рынках, у случайных торговцев. Вы рискуете получить не только кишечную инфекцию!
- ❁ не покупайте кондитерские изделия с кремом с открытых лотков, продающиеся методом самообслуживания или хранящиеся в условиях комнатной температуры.

**В СЛУЧАЕ НЕДОМОГАНИЯ ВЫЗЫВАЙТЕ ВРАЧА.
НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!**

**ЖЕЛАЕМ ВАМ
КРЕПКОГО ЗДОРОВЬЯ!**

