

ХАРЧОВЕ ОТРУЄННЯ

З настанням теплого періоду значно зростає вірогідність захворювання кишковими інфекціями.



З метою запобігання захворювання громадян на гострі кишкові інфекції у літній період

- *НЕ купувати продукти харчування на стихійних ринках або з рук приватних осіб.*
- *НЕ споживати продукти та напої протермінованого зберігання.*
- *НЕ вживати харчових продуктів та напоїв при найменшій підозрі щодо їх якості.*
- *НЕ вживати в їжу незнайомі гриби, ягоди, трави та інші рослини.*
- *НЕ використовувати для пиття, приготування їжі та миття посуду воду з незнайомих джерел водопостачання (рік, озер, підземних джерел, поверхневі води тощо). Для пиття і приготування їжі використовувати воду питну бутильовану або з централізованих джерел водопостачання.*

ЗАПАМ'ЯТАЙТЕ:

- При неорганізованому відпочинку (туристичні походи, екстремальний туризм тощо) для пиття та приготування їжі мати з собою запас питної води; для миття рук та посуду використовувати тільки профільтровану та проварену воду.
- При купівлі харчових продуктів та напоїв обов'язково звертати увагу на терміни та умови зберігання продуктів харчування. Зберігати продукти харчування тільки відповідно до зазначених на упаковці способу та терміну.
- При купівлі будь-якого харчового продукту у торгівельній мережі споживач має право вимагати у продавця документи, що підтверджують якість та безпеку реалізованої продукції.
- Перед споживанням овочів, фруктів та ягід їх необхідно добре промити питною водою; для споживання дітьми – обробити окропом.
- У подорож не брати продукти, що швидко псуються (ковбасні, молочні, кондитерські та інші вироби, що потребують охолодження при зберіганні).
- На відпочинку без організованого харчування не готувати багатокомпонентних страв, що не мають достатньої термічної обробки (паштети, м'ясні салати тощо), також продукти про запас. Приготовлені страви бажано споживати відразу, а у випадку їх

повторного споживання піддавати повторній термічній обробці. Зберігання страв без холоду не повинно перевищувати дві години.

- При харчуванні у непристосованих умовах (ліс, пляж тощо) уникати контакту продуктів з ґрунтом та піском.
- Перед приготуванням та вживанням їжі обов'язково мити руки з милом.
- Обов'язково мити руки після відвідування туалету.
- Для купання та відпочинку користуватися лише офіційно відкритими пляжами.
- У випадку виявлення перших ознак кишкового захворювання (пронос, блювання) терміново звернутись до найближчої лікувальної установи. **Не займайтесь самолікуванням!** При груповому відпочинку хворого бажано тимчасово (до прибуття лікаря) ізолювати від колективу. При тяжкому стані хворого негайно викликати «Швидку допомогу».

Бережіть своє здоров'я і життя!