

## ПАМЯТКА

### ОСТРЫЕ КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ!



- это сальмонеллез, дизентерия, эшерихиоз, пищевые токсикоинфекции, холера и другие. Симптомы кишечных инфекций проявляются достаточно быстро. Инкубационный период может быть всего несколько часов, но может растянуться и до 7 суток.



Клинические проявления этих инфекций во многом схожи: недомогание, слабость, тошнота, рвота, боли в животе, диарея (понос), как правило, повышается температура.

**Основные пути передачи** являются водный, пищевой и контактно-бытовой путь.

**Для защиты своего здоровья используйте следующие меры:**



1. Тщательно мойте овощи и фрукты.
2. При покупке в магазине или на рынке овощей, фруктов, мяса, яиц кладите их в сумку так, чтобы они не загрязняли продукты, которые не моют или не подвергают термической обработке. Молоко кипятите, творог развесной или приготовленный из сырого молока используйте только в виде вареных и жареных блюд.
3. Приобретая продукт, обратите внимание на его качество, условия и сроки реализации.
4. Не употребляйте в пищу сырые, сваренные всмятку яйца (даже свежие от домашней курицы).
5. Не приобретайте с рук домашнего кваса, пирожных и других продуктов, которые нельзя термически обработать.
6. Не допускайте, чтобы на еду и посуду садились мухи: уничтожайте их специальными аэрозолями. На теле, на лапках, в кишечнике мухи содержатся возбудители острых кишечных инфекций.
7. Употреблять только свежее кипяченую воду либо артезианскую, или минеральную заводского розлива. Кипятите воду, взятую из открытого водоема для питья, мытья фруктов, ягод или посуды. Болезнетворные микробы способны в течение месяца и даже более жить и размножаться в воде.



**Не нужно заниматься самолечением!!! Обратитесь к врачу.**

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии  
в Ростовской области» в г. Таганроге

