

ПРОФИЛАКТИКА КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ



- Кишечные инфекции – это инфекции, которые вызывают бактерии или вирусы, попадающие в желудочно-кишечный тракт.
- Основными проявлениями заболевания кишечными инфекциями, на которые следует обращать внимание, являются слабость, вялость, плохой аппетит, диарея, рвота, боли в животе, повышение температуры тела и появление озноба.
- В передаче возбудителей инфекции могут участвовать несколько основных факторов: вода, пищевые продукты, почва, предметы обихода, живые переносчики (например, насекомые) и т.д.
- В пищевых продуктах возбудители кишечных инфекций активно размножаются, не меняя при этом внешнего вида и вкуса продукта. Но при действии высокой температуры, например при кипячении, возбудители кишечных инфекций погибают.
- При обнаружении у себя того, или иного инфекционного заболевания необходимо срочно обратиться к врачу. Не занимайтесь самолечением! Многие заболевания, например дизентерия и сальмонеллез, в результате самолечения могут приобрести хронический характер.

КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ ЗАРАЖЕНИЕ?



Использовать только кипяченую или бутилированную воду



Регулярно мыть руки с мылом



Овощи и фрукты, в том числе цитрусовые и бананы употреблять только после мытья их чистой водой

Скорпортящиеся продукты хранить в холодильнике в пределах допустимых сроков хранения



Купаясь в водоёме, не заглатывать воду



Разливное молоко употреблять после кипячения, творог, приготовленный из сырого молока – после термической обработки



Все пищевые продукты следует хранить в чистой закрывающейся посуде

МОЙТЕ РУКИ ПРАВИЛЬНО

Чистота рук - надёжная защита от инфекций!



*Перед мытьём рук
нужно снять
украшения и часы*



*Вода должна быть
комфортной
температуры*



*Мыло обязательно
необходимо вспенить,
после чего растереть
между ладонями*



моем руки

**20-40
секунд**

*Если нет возможности вымыть руки -
используйте антибактериальные салфетки или гель*

Когда нужно обязательно мыть руки?



перед едой



*после общения
с животными*



*после посещения
туалета*



*после игр
и занятий
спортом*



*после кашля
и чихания*



Министерство
здравоохранения
Калининградской области



ГБУЗ «Центр общественного
здоровья и медицинской профилактики
Калининградской области»

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ
НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ