**Министерство здравоохранения Забайкальского края**

**ГУЗ «Краевой центр медицинской профилактики»**

**Памятка по профилактике  острых кишечных инфекций.**

**Для того, чтобы защитить себя от заражения, соблюдайте следующие правила:**

* **Мойте с мылом руки перед едой и после посещения туалета.**
* **Следите за чистотой рук у детей, прививайте им с раннего детства гигиенические навыки.**
* **Овощи и фрукты тщательно промывайте в проточной водопроводной воде и обдавайте крутым кипятком.**
* **Разливное молоко пейте только кипяченым, особенно после приобретения его у случайных лиц.**
* **Не пейте сырой воды из колодцев и открытых водое­мов, такая вода может быть загрязнена и содержать возбудителей кишечных заболеваний.**
* **При приготовлении пищи - соблюдайте технологию, не нарушайте сроков хранения сырых и готовых продуктов, соблюдайте товарное соседство пищевых продуктов и сырья как при покупке в магазине, так и при хранении в холодильнике.**
* **Убирайте остатки пищи после еды, чтобы не привле­кать в помещение мух и тараканов. Своевременно и регулярно проводите борьбу с ним .**
* **Заботьтесь о чистоте своего жилища, двора. Принимайте активное участие в очистке города.**

**К острым кишечным инфекциям относятся следующие заболевания: дизентерия, энтерит, гепатит А, брюшной тиф и др.**

**При появлении дисфункции кишечника (жидкого стула), болей в животе, повышении температуры тела, рвоты, слабости - немедленно обращайтесь к врачу!**

**Жаркая погода, несоблюдение общепринятых санитарных правил и гигиенических нормативов, где имеет место обращение питьевой воды и пищевых продуктов (на производстве и в быту) - это влияет на распространение ОКИ.**

**ПОМНИТЕ**! **Несоблюдение общественных санитарных правил и гигиенических нормативов, где имеет место обращение питьевой воды и пищевых продуктов (на производстве и в быту) влияет на распространение ОКИ.**