

Памятка по профилактике острых кишечных инфекций (ОКИ)



Острые кишечные инфекции (ОКИ) - это многочисленная группа острых инфекционных заболеваний, вызываемых различными микроорганизмами, простейшими, бактериями, вирусами с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта.

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

Симптомы заболевания.

Как происходит заражение?

Заразиться можно через пищу, воду, контактно-бытовым путем.

Симптомы заболевания: боли в области живота, тошнота, рвота, озноб, слабость, повышение температуры, многократный жидкий стул, диарея. Особенно тяжело протекают заболевания у детей.

При первых признаках заболевания немедленно обратитесь за медицинской помощью, не занимайтесь самолечением!

Чтобы уберечь себя от заражения, необходимо:

- Строго соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки с мылом перед приготовлением пищи, перед едой, после посещения туалета, после прихода с улицы.
- Тщательно мыть фрукты, овощи, ягоды перед употреблением.
- Приготовленную пищу оставляйте при комнатной температуре не более двух часов.
- Соблюдайте температурный режим и сроки при хранении продуктов в холодильнике.
- Отказаться от приобретения продуктов у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли, особенно молочных.
- Защищать пищу от насекомых, грызунов, вести борьбу с мухами и тараканами.
- При приобретении пищевых продуктов, особенно молочных, салатов, обращать внимание на сроки годности, даты выработки.
- Приобретенное молоко у частных лиц обязательно кипятить!

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!