

БЕРЕГИТЕ ДЕТЕЙ ОТ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ



Причиной острых кишечных инфекций являются несколько групп микроорганизмов - бактерии, вирусы и простейшие. Источником инфекции может стать человек или животное.

Ведущие пути передачи:

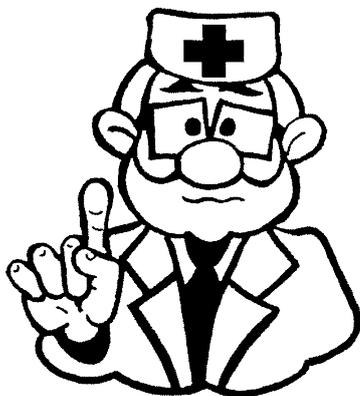
- контактно-бытовой (через загрязненные предметы обихода, игрушки, соски, грязные руки)
- пищевой (при употреблении в пищу недостаточно обработанных, недоброкачественных продуктов питания)
- водный (при питье некипяченой воды, купании в открытых водоемах)

Основные группы симптомов заболевания следующие:

- ✓ повышение температуры, слабость, снижение аппетита
- ✓ понос, рвота, вздутие живота
- ✓ боли в животе, беспокойство, жажда

Чтобы избежать острых кишечных инфекций у детей следует:

- строго соблюдать правила личной гигиены, часто и тщательно мыть руки с мылом, особенно - перед едой и после посещения туалета;
- для питья использовать воду гарантированного качества (кипяченую, бутилированную и т.п.);
- овощи, фрукты, ягоды тщательно мыть перед употреблением под проточной водой, а для маленьких детей – лучше ошпаривать;
- не приобретать продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;
- для хранения продуктов использовать только чистую упаковку (полиэтилен, пластиковый контейнер и т.п.);
- соблюдать правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, сырые продукты и готовую пищу следует хранить отдельно;
- тщательно прожаривать или проваривать продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты;
- скоропортящиеся продукты и готовую пищу следует хранить только в холодильнике при температуре 2-6 градусов;



- не смешивать свежеприготовленную пищу с остатками от предыдущего дня, но если готовая пища остается на другой день, то перед употреблением ее необходимо подвергнуть термической обработке (прокипятить или прожарить).
- не скапливать мусор и пищевые отходы, не допускайте появления мух и тараканов;
- постоянно поддерживать чистоту в жилище и соблюдать правила личной гигиены, использовать для приготовления детской еды только свежие продукты.

Помните! При появлении первых признаков заболевания у ребенка немедленно обращайтесь к врачу. Самолечение недопустимо и небезопасно

Соблюдение этих простых правил сохранит здоровье Вашему ребенку.

ГУ «Жодинский городской центр гигиены и эпидемиологии», 2018