**Пам'ятка для батьків.**

**Профілактика гострих кишкових інфекцій та харчових отруєнь.**

Актуальними чинниками передачі кишкових інфекцій є неякісно промиті овочі, зелень, фрукти, ягоди й молочна продукція, що купується населенням на ринках, у т.ч. стихійних, у приватних осіб, зберігається без належних температурних умов та вживається без необхідної термічної обробки. При сальмонельозі провідними факторами передачі є сирі або недостатньо термічно оброблені яйця, м'ясо птиці, приготоване з порушенням гігієнічних вимог.

Серед інфекційних захворювань особливе місце займають гострі кишкові інфекції: дизентерія, сальмонельоз, черевний тиф, паратифи А і В, холера, харчові токсикоінфекції та інші. Інфекційні хвороби цієї групи спричиняються різними збудниками: найпростішими, бактеріями, вірусами.

Механізм передачі інфекції - фекально-оральний, при якому збудник з кишківника хворого чи носія інфекції потрапляє у зовнішнє середовище, потім через рот у шлунково-кишковий тракт здорової людини і викликає захворювання. В організм людини хвороботворні мікроорганізми можуть потрапляти з їжею, водою, а також заноситись брудними руками і предметами домашнього вжитку.

**3 метою профілактики інфекційних захворювань та харчових отруєнь рекомендуємо:**

* НЕ вживати продуктів і напоїв при найменшій підозрі щодо їх недоброякісності та з простроченими термінами споживання. 3берігати продукти харчування тільки у спосіб зазначений на упаковці та у встановлений термін.
* НЕ купувати продукти харчування на стихійних ринках або з рук у приватних осіб.
* Купуючи будь-які харчові продукти у торговельній мережі споживач має право вимагати у продавця документи, що підтверджують якість та безпеку продукції.
* НЕ вживати незнайомі гриби, ягоди, трави та інші рослини.
* При харчуванні у непристосованих умовах виключати контакт продуктів з грунтом та піском.
* НЕ готувати продукти із запасом. Приготовлені страви бажано вживати відразу, а у випадку їх повторного споживання вони мають піддаватись вторинній термічній обробці. 3берігання виготовленої страви без холоду не повинно перевищувати 2 годин.
* НЕ брати у дорогу продукти, що швидко псуються (ковбасні, молочні, кулінарні, кондитерські вироби або інші продукти, які потребують охолодженого зберігання).
* НЕ приготовляти багатокомпонентні страви, що вимагають високої термічної обробки (паштети, м'ясні салати тощо), в незабезпечених умовах.
* При споживанні овочів, фруктів та ягід їх необхідно добре промити питною водою, а при споживанні дітьми — обдати окропом.
* НЕ використовувати для пиття, приготування їжі та миття посуду воду з незнайомих джерел водопостачання (ріки, озера, підземні джерела, поверхневі води тощо).
* Для пиття і приготування їжі використовувати воду тільки з централізованих джерел водопостачання або питну бутильовану.
* При неорганізованому відпочинку (туристичні мандрівки, екстремальний туризм тощо) для миття посуду і рук вода має бути профільтрована і проварена. Для пиття та приготування їжі необхідно мати з собою запас питної води.
* Перед приготуванням їжі та перед її вживанням завжди мити руки з милом.
* Обов'язково мити руки після відвідування туалетів.

При відпочинку з дітьми батьки повинні ознайомити дітей з правилами харчування

та правилами дотримання особистої гігієни. Дорослим необхідно ретельно слідкувати,

щоб діти не споживали незнайомі ягоди та продукти. У випадку виявлення перших ознак

кишкового захворювання необхідно терміново звернутись до лікувальної установи.

**Самолікування небезпечне!**