

УВАГА!

ВАЖЛИВА ІНФОРМАЦІЯ!

Традиційно із початком літнього періоду реєструється збільшення кількості захворювань на гострі кишкові інфекції – це і гастроентероколіти, сальмонельози, шигельози, харчові токсикоінфекції. Спалахи гострих кишкових інфекцій та харчових отруєнь реєструються по всій Україні. Аномальна спека тільки сприяє поширенню інфекцій через продукти харчування. Крім того, в організм здорової людини хвороботворні бактерії та віруси можуть потрапляти із забрудненою водою, а також брудними руками і предметами домашнього вжитку.

Які ж ознаки гострих кишкових захворювань?

Хвороба проявляється не одразу, а після прихованого (інкубаційного) періоду. При різних кишкових інфекціях він відрізняється і може тривати від декількох годин до семи днів.

Наприкінці прихованого періоду може з'явитися нездужання, слабкість, головний біль, відсутність апетиту. Потім з'являються характерні ознаки захворювання: нудота, блювання, болі в животі, рідке випорожнення (діарея), інколи з домішками слизу і крові, підвищення температури тіла.

Слід пам'ятати, що при перших ознаках захворювання необхідно звернутися за медичною допомогою до лікаря. Безконтрольне, неправильне вживання антибіотиків та інших ліків призводить до того, що хворий не повністю одужує і продовжує поширювати хворобу серед інших здорових людей, зазвичай серед родичів.

Для того, щоб не захворіти на гострі кишкові інфекції необхідно:

Як не захворіти на гострі кишкові інфекції!

Написав Administrator

П'ятниця, 16 серпня 2019, 13:22 -

- мити фрукти, овочі лише кип'яченою або бутильованою водою, ошпарювати їх окропом;

- не купувати продукти харчування на стихійних ринках або з рук у приватних осіб;

- оберегати від мух харчові продукти, не залишати їжу відкритою, молоко кип'ятити брудний посуд відразу забирати й мити;

- ретельно стежити за чистотою рук, мити їх з милом перед приготуванням і вживанням їжі, після кожного відвідування туалету. Особливо важливо привити такі гігієнічні навички дітям, які є найбільш сприйнятливими до інфекції;

- не залишати приготовану їжу при кімнатній температурі більш ніж на 2 години;

- зберігати приготовані страви гарячими (60°C) аж до подачі до столу;

- не зберігати їжу надто довго, навіть у холодильнику;

- не розморожувати продукти при кімнатній температурі;

- підтримувати чистоту у будинку;

При відвідуванні масових культурно - розважальних заходів, святкувань весіль,

Як не захворіти на гострі кишкові інфекції!

Написав Administrator

П'ятниця, 16 серпня 2019, 13:22 -

днів народження, тощо, пам'ятайте, що деякі готові страви, такі як шашлик, рулети, салати, до складу яких входить м'ясо, майонез, яйця та тістечка, після приготування мають короткий термін (декілька годин), протягом якого їх треба спожити. ❏ Крім того, ні в якому разі не можна ❏ приносити залишки цих страв додому після святкування та споживати їх наступного дня.

Ще раз хочемо вам ❏ нагадати – ваше здоров'я у ваших руках, бережіть його!