

Профилактика кишечных инфекций

Острые кишечные инфекции регистрируются круглый год, но наибольшее количество острых кишечных инфекций (далее ОКИ) регистрируется в летнее время, что связано с созданием благоприятных условий для сохранения и размножения бактериальных возбудителей кишечных инфекций, а именно:

- повышение температуры воздуха повышает риск порчи продуктов питания;
- несоблюдение элементарных правил гигиены и правил хранения продуктов во время отдыха на природе;
- увеличение употребление в пищу фруктов, ягод, овощей, не подвергнутых должной обработке;
- покупка продуктов в местах несанкционированной торговли;
- открытие купального сезона.

Передача возбудителей ОКИ, в основном, реализуется преимущественно пищевым путем (при употреблении инфицированных продуктов питания), но также возможно заражение и контактно-бытовым путём (предметы окружающей среды). Также не исключается и водный путь передачи (при заглатывании воды открытых водоёмов при купании).

Чтобы не заболеть кишечными инфекциями необходимо:

- соблюдать правила личной гигиены;
- не употреблять продукты, если их качество вызывает сомнение (с истекшим сроком годности, с нарушением целостности упаковки, сомнительным внешним видом, нехарактерным запахом);
- тщательно мыть овощи и фрукты, ягоды;
- обязательно обрабатывать перед употреблением в пищу куриных яиц;
- для сырых и готовых продуктов использовать разные доски и ножи;
- перед приготовлением пищи проводить термическую обработку мясных изделий, тщательно прожаривать и проваривать мясо, рыбу и др.;
- не допускать совместное хранение в холодильнике (на одной полке) сырых и готовых продуктов;
- использовать при покупке и транспортировке продуктов питания чистую упаковку;
- уделять особое внимание скоропортящимся продуктам, хранить приготовленные блюда только в холодильнике, салаты из свежих овощей хранить не более 2-х часов, заправку салатов проводить перед самым употреблением;
- использовать для питья кипяченую либо бутилированную воду;
- для купания использовать только водоемы, разрешенные для организованного отдыха и бассейны. При купании в открытых водоемах, плавательных бассейнах избегать попадания воды в полость рта;
- вести борьбу с мухами и тараканами, хранить продукты в местах, защищенных от насекомых, грызунов, домашних животных.