



О ПРОФИЛАКТИКЕ ПИЩЕВЫХ ОТРАВЛЕНИЙ И ИНФЕКЦИОННЫХ БОЛЕЗНЕЙ, ПЕРЕДАЮЩИХСЯ С ПИЩЕЙ



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека обращает внимание граждан на необходимость профилактики заболеваний, связанных с употреблением некачественной пищи.

С продуктами питания могут передаваться возбудители сальмонеллезов, кампилобактериозов, иерсиниозов, дизентерии, норовирусной и ротавирусной инфекций, вирусного гепатит А и других болезней, кроме того большой удельный вес составляют пищевые токсикоинфекции – когда в продуктах или блюдах накапливаются токсины различных микроорганизмов.

Причинами пищевых отравлений и инфекционных болезней, передающихся с пищей, являются нарушения технологии приготовления блюд, их неправильное хранение, нарушение сроков годности сырья и готовых блюд, нарушение правил личной гигиены поварами и кондитерами.

Наиболее опасными продуктами питания для возникновения кишечных инфекции являются многокомпонентные салаты (в первую очередь

заправленные майонезом и сметаной), кондитерские изделия с кремом, шаурма, изделия из рубленного мяса (котлеты, рулеты, паштеты), студень и др. На поверхности плохо промытых фруктов и овощей могут оставаться возбудители инфекционных болезней, в частности вирусных инфекций.

Чтобы не заболеть, рекомендуется салаты, изделия из рубленного мяса, студень, заливное готовить в домашних условиях и в небольшом количестве, чтобы не хранить остатки блюд более суток. Если вы все-таки приобретаете готовую пищу в магазине, обратите внимание на время изготовления продукта и срок его реализации. Полуфабрикаты, изделия из мяса обязательно подвергайте повторной термической обработке. Пирожные, торты с кремом необходимо хранить в холодильнике и не забывать о том, что это скоропортящиеся продукты.

Во время приготовления пищи в домашних условиях, необходимо соблюдать ряд правил: тщательно мыть руки перед началом приготовления пищи и после контакта с сырой продукцией, использовать отдельные разделочные доски и ножи – для «сырого» и «готового», тщательно промывать (с обработкой кипятком) зелень, овощи и фрукты, не готовить заблаговременно (более суток) рубленное мясо, в холодильнике стараться не помещать на одну полку готовые блюда и сырое мясо и рыбу.

Если вы чувствуете себя не здоровым (особенно при наличии расстройства стула, тошноты, боли в животе) ни в коем случае не занимайтесь приготовлением пищи для семьи и гостей!

В случае заболевания немедленно обращайтесь за медицинской помощью.





ПРОФИЛАКТИКА КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ

КАК УБЕРЕЧЬ СЕБЯ ОТ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ? Соблюдать правила личной гигиены



Тщательно мыть руки перед приготовлением и приемом пищи, а также после улицы и посещения туалета



Следить за чистотой рук у детей, научить их соблюдать правила личной гигиены



Пить кипяченую или бутилированную воду



Следить за сроками годности продуктов



Тщательно мыть овощи и фрукты перед употреблением



Проводить термическую обработку сырых продуктов



Продукты хранить в холодильнике. Не оставлять готовые продукты при комнатной температуре более чем на 2 часа



Правильно хранить продукты в холодильнике: не допускать контакта между сырыми и готовыми продуктами



Содержать кухню в чистоте, своевременно избавляться от мусора, не допускать появления насекомых: тараканов и мух



Купаться только в разрешенных для этих целей водоемах



При купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот

Соблюдение правил личной гигиены – основа профилактики кишечных инфекций

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Ваш Роспотребнадзор