

Как обезопасить себя и свести к минимуму вероятность заражения в сезон кишечных инфекций.

Испорченные фрукты и овощи, игнорирование правил личной гигиены и несоблюдение правил хранения продуктов являются основными факторами риска.

Выделяют три главные группы возбудителей кишечных инфекций – это бактерии, вирусы и простейшие. Наибольшую обеспокоенность вызывают вирусные инфекции.

Возбудители вирусных инфекций:

- Ротавирусы
- Норовирусы
- Аденовирусы
- Саповирусы
- Энтеровирусы.

На территории нашей страны доминируют первые три группы. Основными путями их передачи являются контактно-бытовой, воздушно-капельный, водный и пищевой.



Лето и осень – периоды повышенного риска!

Правила профилактики кишечных инфекций очень просты:

- для питья использовать только воду гарантированного качества (бутилированную или кипяченую);
- не купаться в неотведенных для этого местах;
- не покупать продукты в местах несанкционированной торговли;
- мыть руки перед едой;
- не употреблять продукты после истечения их срока годности
- соблюдать правила хранения продуктов в домашних условиях.



Отправляясь на дальние расстояния, не берите с собой скоропортящиеся продукты. Перед тем как перекусить нужно обязательно помыть руки или использовать влажные салфетки.

Соблюдение этих элементарных правил поможет снизить риск возникновения кишечных инфекций