

Острые кишечные инфекции

Острые кишечные инфекции (ОКИ) это заболевания, которые вызываются различными микроорганизмами – бактериями, вирусами, простейшими.

- ⊗ К кишечным инфекциям относятся дизентерия, вирусный гепатит А, ротавирусная, энтеровирусная и норовирусная инфекции, сальмонеллёз, иерсиниоз.
- ⊗ Возбудители попадают в окружающую среду с выделениями заражённого человека и загрязняют воду, продукты питания, могут попадать на предметы обихода.
- ⊗ Заражение человека происходит при употреблении инфицированной воды и продуктов питания (овощи, фрукты, молочные, готовые мясные, рыбные продукты, салаты), а также через грязные руки, посуду и предметы обихода. Значительную роль в распространении ОКИ играют мухи.

Простые правила безопасности

1. Соблюдайте чистоту и порядок

- ⊗ мойте руки перед приготовлением пищи, перед едой, после посещения туалета и возвращения с улицы;
- ⊗ содержите в чистоте посуду, инвентарь, рабочие поверхности и пол на кухне. Регулярно меняйте полотенца, губки для мытья посуды и уборки.
- ⊗ защищайте кухню и продукты от мух и грызунов.



2. Разделяйте сырое и готовое

- ⊗ При покупке и хранении держите отдельно сырые и готовые продукты. Храните их в упаковке, в разных закрытых ёмкостях на разных полках холодильника.
- ⊗ Для обработки приготовления сырых и готовых продуктов пользуйтесь отдельным инвентарём (ножи, доски).

3. Правильно готовьте продукты

- ⊗ Тщательно проваривайте и прожаривайте мясо, птицу, рыбу и яйца. В результате приготовления вытекающий из продуктов сок должен быть прозрачными.
- ⊗ Разогревая первые и вторые блюда, доводите их до кипения.
- ⊗ Молоко и воду перед употреблением кипятите.
- ⊗ Детское питание готовьте только на одно кормление

4. Соблюдайте температурный режим

- ⊗ Скоропортящиеся продукты храните только в холодильнике
- ⊗ Не оставляйте готовые блюда при комнатной температуре более 2-х часов. Приготовленные блюда держите горячими.
- ⊗ Не размораживайте продукты при комнатной температуре.

5. Выбирайте доброкачественные продукты

- Покупая продукты, обращайте внимание сроки реализации и условия хранения.
- Не покупайте «нестандартные» продукты и продукты с явными признаками порчи.
- Не покупайте продукты у случайных лиц и в местах, не установленных для торговли.



6. Соблюдайте сроки хранения и реализации продуктов.

Не храните продукты долго даже в холодильнике.

7. Тщательно мойте овощи и фрукты под проточной