

МЫТЬ!

Помимо обязательной личной гигиены, фрукты и овощи перед употреблением непременно надо **мыть! Что касается жидкости, то лучше пить бутилированную или кипячёную воду.**





ГБУЗ "ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ" МЗ КК



ДЕТИ:

ЛЕТНИЕ ОТРАВЛЕНИЯ
И ИНФЕКЦИИ



ХРАНИТЬ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ!

Творог и другие молочные продукты, мясо, салаты, заправленные майонезом, и тому подобную еду обязательно храните в холодильнике.

Постояв в тепле хоть час, вся эта пища будет служить отличной средой для размножения болезнетворных бактерий. В самые знойные дни мясо следует употреблять в очень ограниченных количествах, а от рыбы лучше вообще отказаться.



БОТУЛИЗМ

Ботулизм может подстергать в консервах, колбасах и других мясных изделиях. Его выдаёт наличие вздутой крышки, но в колбасе определить его практически невозможно. Так что покупать колбасную продукцию нужно только в хороших магазинах, останавливая свой выбор на известных производителях.

К основным признакам развития болезни относятся мышечная слабость, сухость во рту, туман перед глазами, двоение предметов. Кроме того, у заболевшего появляется твердый комок в горле, расширяются зрачки, почти полностью пропадают мимические сокращения, а дыхание становится поверхностным. **Если видите такие признаки, немедленно вызывайте скорую!**



СТАФИЛОКОК

Этот возбудитель больше всего предпочитает сладости, и заражение чаще всего происходит по вине кондитера, готовившего торт или пирожное. Данным заболеванием он может быть заражен сам, а в процессе работы возбудитель переходит на всё, чего касается носитель. Чтобы не подхватить заразу, никогда не приобретайте сладости в случайных местах и тщательно следите за сроком их годности.

Если после пирожного ваш ребёнок или вы почувствовали озноб и мышечные боли, резко подскочила температура, разболелась голова, начались рвота и понос, – в организме, вероятно, присутствует токсин стафилококка. **Срочно обращайтесь за медпомощью!**





ГРИБЫ И ЛЕСНЫЕ ЯГОДЫ

Грибы и ягоды подойдут только те, которые хорошо знаем. Собирать их вдоль автотрасс, железных дорог, вблизи свалок, складов, других технических сооружений категорически запрещается! Не забывайте и о технологии приготовления грибов. Их следует тщательно перебирать, мыть, подвергать длительной термической обработке. **Детям и вовсе лучше их не давать!**

