

## СОВЕТУЕТ МЕДИЦИНСКИЙ РАБОТНИК

### ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПИЩЕВЫХ ОТРАВЛЕНИЙ

1. При покупке готовых молочных продуктов проверяйте целостность упаковки.
2. Потеки на банке или ее вздутость – явные признаки порчи.
3. Обращая внимание на срок годности продукта, выбирайте только наиболее свежие продукты.
4. Быстропортящиеся продукты следует оперативно помещать в условия с предусмотренным температурным режимом.
5. Не приобретайте продукты питания впрок, по возможности ничего длительно не храните, даже в холодильнике.
6. Если вы забыли положить в холодильник какой-то продукт, не давайте его ребенку. Помните: некоторые болезнетворные микробы, размножаясь, никак не влияют на вкусовые свойства блюд.
7. Давайте детям пить только кипяченую или бутилированную воду. Нельзя пить воду из неизвестных источников!
8. Для обработки рук следует применять одноразовые влажные салфетки.
9. Тщательно мойте овощи, фрукты, ягоды и зелень, особенно те, которые могли контактировать с землей, например клубника, салат.
10. Мясные, рыбные, молочные блюда, бульоны, особенно приготовленные для диетического питания, – идеальная среда для размножения микробов. Поэтому для ребенка готовьте блюда не больше чем на день вперед.
11. Не покупайте продукты в местах несанкционированной торговли – по пути следования, у обочин дорог, у частных лиц, т. к. в указанных случаях вы можете приобрести продукты с истекшим сроком годности или изготовленные с нарушением санитарных норм и правил.
12. Большой вред здоровью могут нанести бахчевые культуры (арбузы, дыни), купленные в разрезанном виде, т. к. микробы с поверхности легко переносятся и размножаются в сочной мякоти.
13. При приготовлении салатов тщательно мойте овощи и фрукты. Салаты заправляйте только перед подачей на стол.
14. Боритесь с мухами, т. к. они являются механическими переносчиками острых кишечных заболеваний. Садясь на продукты питания, они обсеменяют их микробами, которые попадают к ним на лапки в выгребных ямах и мусорных контейнерах.
15. Если кто-либо из членов семьи в момент болезни находится дома, строго соблюдайте правила личной гигиены: выделите для больного отдельную посуду, белье, после использования кипятите их в течение 15 мин. Для уборки мест общего пользования используйте дезинфицирующие средства.