

## ***Кишкові захворювання***

**Які найважливіші санітарно-гігієнічні правила потрібно виконувати в сім'ї, щоб уникнути гострих кишкових інфекцій:**



1. Мити руки з милом.
2. Регулярно підстригати нігті.
3. Відучити дитину від шкідливої звички - гризти нігті.
4. Не купувати продукти у місцях стихійної торгівлі та продукти сумнівної якості.
5. Не вживати сире молоко, лише пастеризовані молочні продукти.
6. Перед вживанням фруктів, овочів і ягід слід ретельно вимити їх проточною водою, а потім обдати окропом.
7. При кулінарній обробці мяса, риби, молока температура повинна становити 100С. Заморожені продукти - повністю відтанути.
8. Готові страви краще вживати одразу, страви кімнатної температури є середовищем для розмноження мікроорганізмів.
9. Розігрівати страви потрібно при температурі не нижче за 100С.
10. Не зберігати готові страви поряд з сирими.
11. Порізи та дрібні рани на руках заклеювати бактерицидним пластирем, перш ніж готувати їжу.
12. Продукти харчування зберігати якомога далі від хатніх тварин, в ємностях, які щільно закриваються.
13. Зберігати продукти харчування, дотримуючись умов і термінів придатності, що вказані на упаковці.
14. Важливий фактор - чистота на кухні, чисті рушники для рук.
15. Використовувати воду гарантованої якості або додатково кипятити її.