**Открывается сезон острых кишечных инфекций!**

Приближается летний сезон. Работают летние оздоровительные учреждения для детей, начнется активная дачная жизнь, выезды на природу. Многие отправятся путешествовать.

Эти приятные события могут омрачиться возникновением кишечных инфекций, для которых характерен сезонный подъем в теплый период года. Острые кишечные инфекции включают большую группу заболеваний вирусной и бактериальной природы. Возбудители кишечных инфекций попадают во внешнюю среду с выделениями зараженного человека или животного и загрязняют воду, продукты питания, предметы обихода. Заражение человека происходит при употреблении инфицированных продуктов или воды, а также через грязные руки, посуду, игрушки. Распространять кишечные инфекции могут мухи. Заразиться можно при купании в водоемах, для этого не предназначенных.

**Чтобы защитить себя и детей от заболевания острыми кишечными инфекциями рекомендуется следующее**:

— соблюдайте меры личной профилактики: тщательно мойте руки с мылом после посещения туалета, перед и во время приготовления пищи, перед едой, а также после прихода домой с улицы;

— не употребляйте для питья некипяченую воду, воду из открытых водоемов и других источников водоснабжения; не купайтесь в открытых водоемах, купание в которых не рекомендуется или запрещено;

— фрукты, ягоды, овощи тщательно мойте под проточной водой, затем ополаскивайте их кипяченой водой;

— соблюдайте режим мытья столовой и кухонной посуды с использованием моющих средств;

— воздерживайтесь от покупок скоропортящихся пищевых продуктов в местах, где отсутствует холодильное оборудование;

— не употребляйте продукты с истекшим сроком годности;

— соблюдайте температурный режим хранения скоропортящихся продуктов;

—  защищайте пищу от мух, насекомых, грызунов, домашних животных;

— для кормления грудных детей используйте только свежеприготовленные смеси детского питания;

— детскую посуду и игрушки регулярно мойте с использованием разрешенных моющих средств, после чего тщательно прополощите, перед употреблением обдайте кипятком.

Если Ваш ребенок заболел, не ведите его в детский сад или школу, чтобы не заразить инфекцией других детей, обратитесь за медицинской помощью к врачу. Соблюдение таких простых правил защитит Вас и близких от заболевания кишечными инфекциями.

Фельдшер-валеолограйЦГЭ Елена Мищенко