

ЗАЩИТИ СЕБЯ ОТ КИШЕЧНОЙ ИНФЕКЦИИ



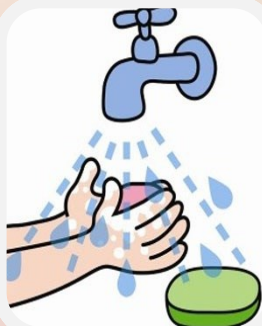
скоропортящиеся продукты храни только в холодильнике, соблюдай сроки годности, сырое мясо, яйца храни в холодильнике отдельно от готовых блюд, пищу готовь на один-два приема, не больше



не приобретай продукты питания в местах несанкционированной торговли



не используй один и тот же инвентарь (нож, разделочная доска и т.д.) для разделки сырых и готовых продуктов, следи за чистотой поверхности столов, на которых готовишь пищу регулярно меняй кухонное полотенце



мой руки с мылом после улицы, посещения туалета, контакта с животными, перед приготовлением пищи и перед едой, тщательно мой свежие овощи и фрукты



для грудных детей лучшая мера профилактики кишечной инфекции – грудное вскармливание