

# Помни! Острые кишечные инфекции наступают!

**Кишечные инфекции**, в том числе **дизентерия**, **сальмонеллез**, **вирусный гепатит А**, **брюшной тиф**, **холера** и др. - это заболевания, причинами которых чаще всего бывают **инфицированные пищевые продукты, вода и грязные руки**.

**Предупреждение** этих заболеваний зависит от **санитарной культуры и соблюдения самых элементарных правил личной гигиены**.

Напомним их:



- **Правило первое** - тщательно соблюдать чистоту, мыть руки перед приготовлением пищи, перед едой, после туалета;

- **Правило второе** - использовать воду для питья гарантированного качества, желательно дополнительно очищенную с помощью фильтров, кипятить;



- **Правило третье** - предохранять от загрязнения пищевые продукты, правильно соблюдать сроки и температуру их хранения, обильно промывать проточной водой овощи, ягоды, фрукты перед едой;

- **Правило четвертое** - при первых признаках желудочно-кишечного заболевания - обращаться к врачу, не заниматься самолечением.

- **Правило пятое** – сделать прививку против вирусного гепатита А, которая защитит Вас от этого тяжелого заболевания на 15-20 лет.

**Чем раньше начато лечение, тем меньше риска для здоровья больного и окружающих.**