* Як вберегтись від харчових отруєнь в умовах надзвичайних ситуацій.

Харчові отруєння є небезпечними і в мирний час, але при обмеженому доступі до води, продуктів, засобів гігієни та при скупченні людей ризики зростають.

Для попередження харчових отруєнь необхідно дотримуватись простих і доступних кожному правил:

• перш за все мити руки перед вживанням їжі, після туалету та повернення з вулиці, це все стосується в першу чергу і дітей;

• не купувати у випадкових осіб в місцях, не призначених для торгівлі, на стихійних ринках в антисанітарних умовах молочні та м'ясні продукти;

• не купуйте свіжу рибу в неустановлених місцях, яка ймовірно може бути непридатною для вживання, в зв’язку зі зниженням рівня води в населених пунктах Херсонської та Запорізької області;

• при купівлі харчових продуктів в торгівельній мережі обов’язково звертати увагу на терміни придатності та умови зберігання продуктів, зазначених на упаковці;

• правильно зберігайте продукти харчування в холодильному обладнанні при температурному режимі не вище +4+6℃, особливо молочно-кислі, м’ясні, рибні продукти;

• не вживайте продукти харчування з вичерпаними термінами зберігання, продукти, що швидко псуються або зберігалися без холодильного обладнання;

• не вживайте буд-яку забруднену їжу, ретельно мийте овочі, фрукти, ягоди, а для маленьких дітей ці продукти обов'язково потрібно ошпарити кип'ятком;

• не вживати незнайомі та підозрілі гриби, ягоди, трави та інші рослини;

• проводьте належну теплову обробку сирих продуктів харчування, м'ясні, рибні продукти необхідно варити, смажити до повної готовності, бо достатня термічна обробка знищує збудників захворювання;

• уникайте контакту при зберіганні сирих продуктів та готових , бо це небезпечно, що може привести до мікробного забруднення готової продукції.

Пам’ятайте захворювання легше попередити, ніж лікувати.

Бережіть своє здоров’я і здоров’я близьких, а особливо дітей. Прислухайтесь до вищевказаних порад!