

## **Памятка для родителей о профилактике острых кишечных инфекций (ОКИ):**

- **Соблюдать правила личной гигиены.** Чаще и тщательно мыть руки с мылом, особенно перед едой и после посещения туалета.
- **Использовать для питья** только кипячёную или бутилированную воду.
- **Тщательно мыть** овощи, фрукты и ягоды перед употреблением.
- **Не приобретать** продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли.
- **Соблюдать правила гигиены** при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов.
- **Тщательно прожаривать** или проваривать продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты.
- **Скоропортящиеся продукты** и готовую пищу хранить только в холодильнике при температуре 2–6 °С.
- **Не смешивать** свежеприготовленную пищу с остатками от предыдущего дня, но если готовая пища остаётся на другой день, то перед употреблением её необходимо подвергнуть термической обработке.
- **Не скапливать** мусор и пищевые отходы, не допускать появления мух и тараканов.
- **Постоянно поддерживать** чистоту в жилище и соблюдать правила личной гигиены.

**При первых признаках заболевания** (расстройство стула, тошнота, боль в животе, высокая температура) **обращаться за медицинской помощью**, не заниматься самолечением.

**В семьях, где есть заболевшие ОКИ**, необходимо организовать следующий режим:

- по возможности изолировать больного от других членов семьи;
- выделить отдельную посуду для больного;
- чаще проводить дезинфекцию поверхностей и мест общего пользования, проветривать помещения;
- соблюдать правила личной гигиены (мыть руки после туалета, перед приёмом пищи);
- мыть руки после контакта с выделениями больного и потенциально загрязнёнными вещами и предметами.