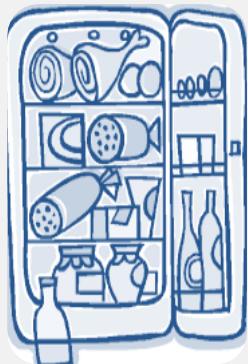


ЗАЩИТИ СЕБЯ ОТ КИШЕЧНОЙ ИНФЕКЦИИ



- 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 менять 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.