**Профилактика острых кишечных инфекций в летний период**

 Наступило долгожданное теплое время года, взрослые и дети много времени стали проводить на дачах, регулярно выезжать за город на природу к излюбленным местам отдыха. Во время летнего отдыха актуальной проблемой остается сохранение здоровья и недопущение пищевых отравлений и острых кишечных инфекций.

По - прежнему, опасность заражения представляют следующие кишечные инфекции: сальмонеллез, дизентерия, ротавирусные и энтеровирусные инфекции.

Острыми кишечными инфекциями чаще заболевают дети. Что нужно делать для профилактики острых кишечных инфекций?

Общеизвестно, что острые кишечные инфекции – это болезнь грязных рук. Важно регулярно мыть руки водой безопасного качества, пользоваться бутилированной или кипяченой водой. Рекомендуем применение жидкого мыла в бытовых флаконах – дозаторах, оно не подвержено загрязнению микроорганизмами, в отличии от мыла в куске, которое при неоднократном использовании заселяется различными бактериями и вирусами. Необходимо мыть зелень, овощи, фрукты водой хорошего качества. Следить за тем, чтобы дети не ели ягоды и овощи прямо с грядки немытыми.

Острые кишечные инфекции и пищевые отравления могут возникать при употреблении ряда пищевых продуктов, которые легко инфицируются патогенными микроорганизмами при неправильном их хранении и приготовлении. И в первую очередь это относится к молочным и кондитерским продуктам, яйцу, продукции из мяса птиц, фруктам. Нельзя хранить готовые блюда и молочные продукты при комнатной температуре, употреблять в пищу сырое молоко.

Нельзя покупать и давать детям продукты, которые местное население предлагает вдоль дорог, на пляже (семечки, кукурузу, сладости, и др.). Неизвестно, какими руками это все было приготовлено и в каких емкостях хранилось. Продукция может быть инфицирована сальмонеллами, дизентерийными палочками.
При приготовлении пищи, особенно на пикниках на природе, следует строго соблюдать гигиену приготовления блюд, а овощи и фрукты надо брать с собой помытыми и просушенными. Перед поездкой необходимо заранее предусмотреть ассортимент безопасных блюд, сладостей и напитков, которые вы берете на пикники для детей и взрослых, иметь закрытые контейнеры для транспортировки еды. Предпочтительно пользоваться пластиковыми пищевыми контейнерами, индивидуальной одноразовой сервировочной посудой, салфетками.

Соблюдение правил бытовой культуры и личной гигиены, а так же правильно приготовленные блюда и продукты, качественная питьевая вода помогут Вам хорошо отдохнуть и сохранить здоровье.