

## ПАМЯТКА

населению о профилактике инфекционных заболеваний во время паводка

### **В связи с наводнением имеется угроза возникновения кишечных инфекций!**

К основным кишечным инфекциям относятся: дизентерия, сальмонеллез, холера, энтеровирусная инфекция, брюшной тиф и др. Возбудители кишечных инфекций вызывают:

- Поражение желудочно-кишечного тракта (боли в животе, понос, тошнота, рвота).
- Интоксикацию (повышение температуры тела, головная боль, слабость).

В тяжелых случаях развивается обезвоживание организма (сухость кожи и слизистых оболочек, жажда).

### **С целью профилактики острых кишечных инфекций необходимо:**

1. Использовать для питья и приготовления пищи только бутилированную или кипяченую воду, не пить воду из озёр, рек, колодцев, скважин в местах подтопления и не использовать для хозяйственно-бытовых нужд;
2. Не использовать подмоченные паводковыми водами пищевые продукты, хранить продукты в местах, не доступных для воды;
3. Мыть руки с мылом перед приемом пищи, после туалета, прогулок, приготовлением еды и после каждого перерыва в процессе готовки.
4. Тщательно мыть овощи и фрукты, употребляемые в пищу в сыром виде (желательно щеткой с мылом с последующим ополаскиванием кипятком).
5. Защищайте от мух продукты питания.

**Выполнение этих несложных советов поможет избежать заболевания острой кишечной инфекцией и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!**

**При первых симптомах острой кишечной инфекции необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью и не заниматься самолечением.**

### **После паводка**

1. Очистите дворье от мусора, который принесла с собой вода, для последующего его вывоза на свалку твердых бытовых отходов;
2. При работе на приусадебном участке используйте средства защиты рук, не принимайте пищу и не курите во время работы, чтобы инфекция с загрязненных рук не попала в организм;
3. При выполнении на приусадебном участке работ, связанных с пылеобразованием, прикрывайте рот и нос медицинской маской или марлевой повязкой.
4. Не пейте воду из родников в местах подтопления и не используйте для хозяйственно-бытовых нужд воду естественных водоемов, используйте бутилированную воду.
5. Мыть руки после работ на подтопленном участке, после посещения туалета, перед приготовлением и приемом пищи.

**Помните, соблюдение элементарных гигиенических правил в повседневной жизни, при возникновении чрезвычайной ситуации, а также выполнение наших рекомендаций предохранит Вас от многих заболеваний!**