

## **Профилактика острых кишечных и энтеровирусных инфекций включает очень простые правила гигиены:**

- ⇒ обязательно тщательно мыть руки с мылом или иными моющими средствами перед приготовлением, приемом пищи, после посещения общественных мест, улицы, туалета и т.д.;
- ⇒ использовать дезинфицирующих средств (кожные антисептики на водной или спиртовой основе), когда нет возможности помыть руки с мылом;
- ⇒ употреблять для питья кипяченую в течение 5 минут воду (водопроводную вода, воду, привезенную из родников и других природных источников) или бутилированную воду;
- ⇒ использовать кипяченую воду для умывания, гигиены полости рта, для купания маленьких (до 2 лет) детей;
- ⇒ ошпаривать кипятком овощи и фрукты (после мытья их чистой водой);
- ⇒ соблюдать правила приготовления горячих и холодных блюд, сроков и условий хранения готовых блюд и пищевых продуктов;
- ⇒ не приобретать продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли.

При появлении симптомов инфекционного заболевания (температура, слабость, головная боль, боль в горле, мышечная боль, сыпь на теле или во рту, рвота или жидкий стул (даже однократные), боли в животе) необходимо обратиться за медицинской помощью, и оставаться дома, чтобы избежать осложненного течения заболевания и не стать источником инфекции для окружающих.