

**INFORMACJA**  
o zapobieganiu chorobom zakaźnym  
**DLA POWODZIAN**

**PAŃSTWOWY POWIATOWY INSPEKTOR SANITARY W OPOLU OSTRZEGA**  
**POWÓDŹ SPRZYJA SZERZENIU SIĘ CHORÓB ZAKAŹNYCH**

Zakaźne schorzenia przewodu pokarmowego szerzą się poprzez zakażoną wodę, żywność i brudne ręce.

**TYLKO RYGORYSTYCZNE PRZESTRZEGANIE ZASAD HIGIENY CHRONI PRZED ZACHOROWANIEM**

1. WODĘ do picia, płukania owoców i warzyw spożywanych na surowo, do mycia zębów, należy **ZAWSZE GOTOWAĆ** przed użyciem lub używać butelkowanej.
2. Utrzymywać w czystości naczynia, sprzęt kuchenny i miejsce przygotowywania posiłków.
3. Surowe produkty pochodzenia zwierzęcego ( mięso, drób, jaja) oraz warzywa należy traktować jako zakażone i nie dopuszczać do ich zetknięcia z produktami gotowymi do spożycia, zwłaszcza gotowanymi i przeznaczonymi do spożycia na zimno lub przechowywania.
4. Poddawać żywność działaniu wysokiej temperatury ( gotowanie, pieczenie, duszenie), spożywać posiłki bezpośrednio po przygotowaniu, w przypadku konieczności przechowywania zapewnić odpowiednie warunki ( w niskich temperaturach, nie zamrażać po rozmrożeniu). Nie spożywać żywności nieznanego pochodzenia.
5. **RĘCE** dokładnie myć wodą i mydłem, czyszcząc również paznokcie:
  - po każdej bytności w toalecie, oporządzaniu zwierząt, oczyszczaniu warzyw oraz mięsa i jaj,
  - przed obróbką produktów przeznaczonych do spożycia, przygotowywaniem posiłków, karmieniem dziecka, pielęgnowaniem niemowlęcia.
6. W razie zachorowania natychmiast zgłosić się do lekarza i poddać jego zaleceniom.
7. W przypadku konieczności zastosowania szczepień ochronnych, należy jak najszybciej zgłosić się do odpowiednich punktów szczepień.