



О ЧИСТЫХ И ГРЯЗНЫХ РУКАХ



МЫТЬ РУКИ ПОЛЕЗНО

- Люди часто касаются грязными руками глаз, носа и рта, даже не осознавая этого. Так микробы могут попасть в организм и вызвать болезнь
- Благодаря мытью рук количество кишечных инфекций в коллективе уменьшается на 23-40%, а респираторных заболеваний – на 16-21%

МЫТЬ РУКИ ПРАВИЛЬНО

- Люди во всем мире моют руки водой, но очень немногие используют при этом мыло
- Только мытье рук с мылом эффективно удаляет микробы

МЫТЬ РУКИ ВСЕГДА

- Только каждый пятый моет руки после каждого посещения туалета
- Привычка мыть руки поможет избежать многих инфекционных заболеваний

КАК ПРАВИЛЬНО МЫТЬ РУКИ



смочить
руки водой



нанести мыло
и вспенить его



обработать мыльной
пенной каждый участок
кистей, включая
межпальцевые
промежутки, ногтевые
пластины и подушечки
пальцев



продолжать
процедуру
30 секунд



смыть пену
проточной
водой

**МОЙТЕ РУКИ
И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**

Ваш Роспотребнадзор



ЭНТЕРОВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ



Чаще всего встречается
летом и осенью



Источник инфекции —
больной человек
или носитель



От заражения до первых
признаков заболевания
проходит 2-10 дней,
в среднем — 3-4 дня

! СИМПТОМЫ

- боль в животе,
диарея
- боль в горле
- сыпь на коже
и слизистых
- высокая
температура тела

ПЕРЕДАЕТСЯ



Через грязные руки,
игрушки,
другие предметы



При чихании,
кашле



При употреблении в пищу
инфицированных
продуктов



При купании
в инфицированных
водоемах

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ



Мыть руки с мылом:
после прогулки,
перед едой, после туалета



Не контактировать
с людьми с признаками
инфекции



Пить только
бутилированную
или кипяченую воду,
проверять сроки годности
продуктов



Не купаться
в стоячих водоемах,
в фонтанах и в тех местах,
где установлена табличка
«Купание запрещено»

Ваш Роспотребнадзор



РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОКУПКЕ БУТИЛИРОВАННОЙ ВОДЫ

Покупая питьевую воду, обратите внимание на тару:



**КАЧЕСТВЕННАЯ БУТЫЛКА
С ВОДОЙ ДОЛЖНА БЫТЬ
ГЕРМЕТИЧНО ЗАКРЫТА**



**НАЛИЧИЕ ШТРИХ-КОДА НА ЭТИКЕТКЕ, ПОЗВОЛЯЮЩЕГО
ПРОВЕРИТЬ СВЕДЕНИЯ ПРОИЗВОДИТЕЛЕ**



**ЭТИКЕТКА НАКЛЕЕНА
РОВНО, НЕ СМОРЩЕНА**



**ДАТА ВЫПУСКА И НОМЕР
ПАРТИИ НАНЕСЕНЫ
ТИПОГРАФСКИМ СПОСОБОМ**

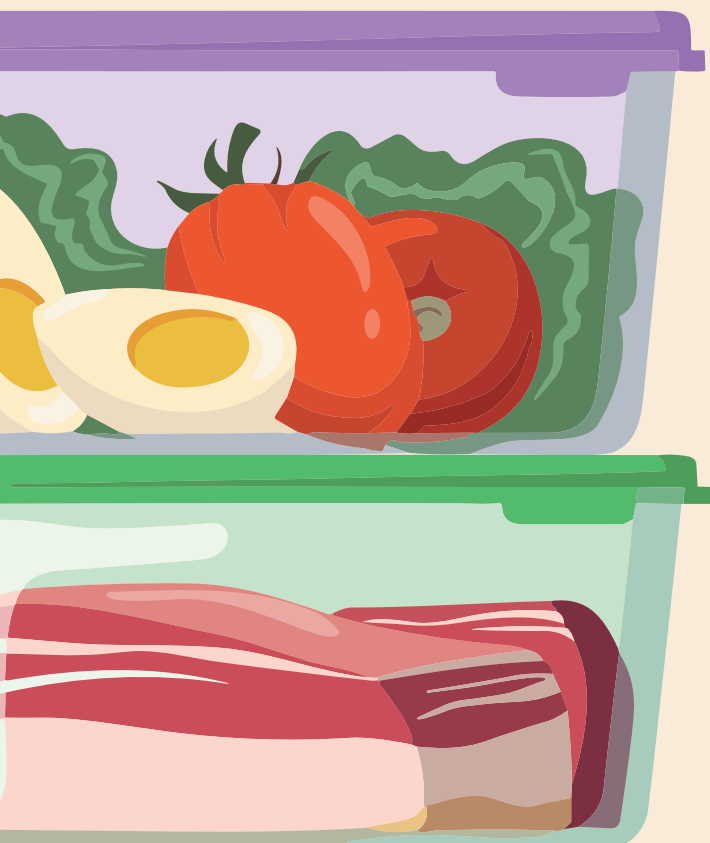


Ваш Роспотребнадзор



ПИЩЕВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ

Для того чтобы снизить риск пищевого отравления, особенно в жаркую погоду, необходимо соблюдать правила безопасного потребления пищи:



Мытье рук



Гигиена на кухне

(чистые поверхности, отдельные разделочные доски, защита от насекомых, отсутствие мусора)



Тщательное мытье овощей и фруктов под проточной водой перед употреблением



**Соблюдение сроков годности
И правил хранения продуктов**
(Сырое отдельно от готового)



Вода кипяченая или бутилированная



**Будьте внимательны к процессам
Транспортировки, приготовления
И хранения пищи**



Ваш Роспотребнадзор



ЗДОРОВЫЕ ПРИВЫЧКИ

ЗДОРОВЫЕ ГАДЖЕТЫ



**СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА
ГИГИЕНЫ РУК**



**РЕГУЛЯРНО
ОБРАБАТЫВАТЬ ТЕЛЕФОН
АНТИСЕПТИЧЕСКИМИ
СРЕДСТВАМИ**



**ЧЕХОЛ ПРИ ОБРАБОТКЕ
СНИМАТЬ И ОБРАБАТЫВАТЬ
ОТДЕЛЬНО**



**ВО ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ
И ПРИЕМА ПИЩИ
НЕ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ТЕЛЕФОНОМ**



ВНИМАНИЕ!



**ТОЛЬКО 1 ИЗ 10
ЧЕЛОВЕК ОБЕЗЗАЖИВАЕТ ГАДЖЕТЫ**



**КАЖДЫЙ ВТОРОЙ
ПОЛЬЗУЕТСЯ ТЕЛЕФОНОМ, КОГДА ГОТОВИТ**



**8 ИЗ 10 ЧЕЛОВЕК
НЕ РАССТАЮТСЯ С ТЕЛЕФОНОМ ДАЖЕ В ТУАЛЕТЕ**



Ваш Роспотребнадзор



БЕЗОПАСНОЕ ПИТАНИЕ ВО ВРЕМЯ ОТДЫХА



ПРАВИЛЬНО



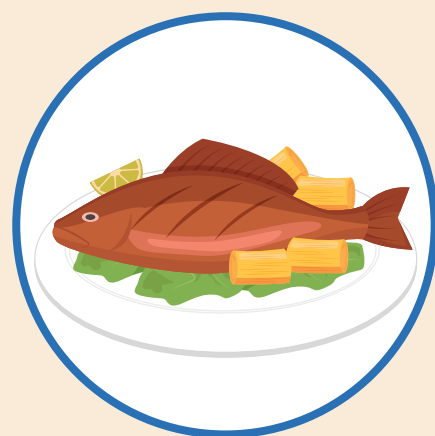
Употреблять
бутилированную
или кипяченую воду



Хранить
готовые блюда
в холодильнике



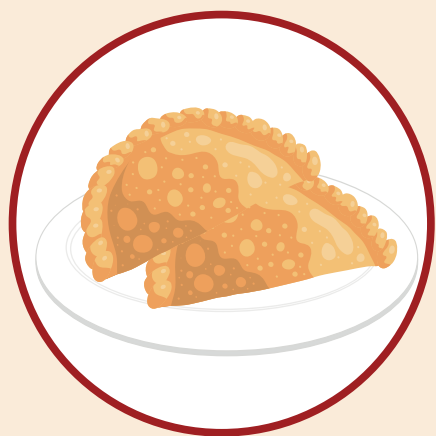
Мыть и обдавать
кипятком
овощи и фрукты



Употреблять
термически
обработанные
мясо, рыбу,
морепродукты



НЕПРАВИЛЬНО



Употреблять пищу,
в качестве которой
не уверены



Употреблять
напитки со льдом,
приготовленным
из сырой воды



Пробовать
незнакомые
продукты



Покупать еду
с рук

Ваш Роспотребнадзор



РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ!



Ваш Роспотребнадзор



ПИТЬЕВАЯ ВОДА КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБРАТЬ?



ТАРА

пластиковая или стеклянная
бутылка герметично закрыта



этикетка наклеена ровно, хорошо
читаема, без неровностей и следов клея



ИНФОРМАЦИЯ НА ЭТИКЕТКЕ

- информация об изготовителе
- дата изготовления (розлива)
- срок годности
- номер и местонахождение скважины или источника
- химический состав и минерализация
- условия хранения до и после вскрытия
- назначение воды (питьевая, минеральная, лечебная, столовая)



ХРАНЕНИЕ

Вода не должна храниться под прямыми солнечными
лучами и возле отопительных приборов



КАЧЕСТВО

Если вы сомневаетесь в качестве бутилированной
воды — требуйте у продавца документы,
подтверждающие ее качество и безопасность



ГИГИЕНА

Пейте воду только из индивидуальной посуды
или бутылки



Ваш Роспотребнадзор



БЕЗОПАСНОЕ ОБЩЕНИЕ С ЖИВОТНЫМ

ПРАВИЛЬНО



МЫТЬ РУКИ

после игры, кормления
животного, уборки клетки,
лотка, мытья аквариума



СЛЕДИТЬ ЗА ЧИСТОТОЙ

места обитания животного,
мыть лапы после прогулки



СЛЕДИТЬ ЗА ЗДОРОВЬЕМ ЖИВОТНОГО

регулярно посещать ветеринара,
делать прививки, проводить обработку
против гельминтов, клещей и блох

НЕПРАВИЛЬНО



ЦЕЛОВАТЬ

животное



МЫТЬ В КУХОННОЙ РАКОВИНЕ

миски животного,
его игрушки, аквариум



ДОПУСКАТЬ ЖИВОТНОЕ

в кровать, на стол,
на диван

ВАЖНО! Дикие животные могут показаться милыми,
но трогать их во избежание болезней нельзя.

Ваш Роспотребнадзор



ПРОФИЛАКТИКА КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ

КАК УБЕРЕЧЬ СЕБЯ ОТ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ? Соблюдать правила личной гигиены



Тщательно мыть руки перед приготовлением и приемом пищи, а также после улицы и посещения туалета



Следить за чистотой рук у детей, научить их соблюдать правила личной гигиены



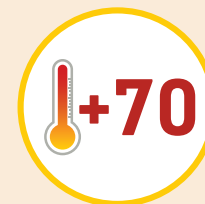
Пить кипяченую или бутилированную воду



Следить за сроками годности продуктов



Тщательно мыть овощи и фрукты перед употреблением



Проводить термическую обработку сырых продуктов



Продукты хранить в холодильнике. Не оставлять готовые продукты при комнатной температуре более чем на 2 часа



Правильно хранить продукты в холодильнике: не допускать контакта между сырыми и готовыми продуктами



Содержать кухню в чистоте, своевременно избавляться от мусора, не допускать появления насекомых: тараканов и мух



Купаться только в разрешенных для этих целей водоемах



При купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот

Соблюдение правил личной гигиены – основа профилактики кишечных инфекций

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Ваш Роспотребнадзор

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 141514900147118237364352380878080503098084945437

Владелец Пупышев Николай Алексеевич

Действителен с 25.09.2024 по 25.09.2025