



ЛЕТО В РАЗГАРЕ: КАК НЕ ПОПАСТЬ В ЛОВУШКУ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ?



Жара — идеальное время не только для пляжа, но и для **бактерий**.

Чтобы «отпуск» не ограничился стенами инфекционного отделения, мы напоминаем о правилах безопасности.



3 ГЛАВНЫЕ «ЛОВУШКИ» ЛЕТА:

1

Ловушка «Стихийный перекус»



Купили арбуз у дороги? Решили съесть беляш на вокзале?

📍 Как избежать:

Не покупайте разрезанные фрукты (арбузы, дыни) — на их сладкой мякоти бактерии размножаются за 30 минут. Избегайте еды «с рук» там, где нет холодильников.

2

Ловушка «Прозрачная водица»



В озере вода кажется чистой, но при заглатывании она может стать источником ротавируса или дизентерии.

📍 Как избежать:

Плывите с закрытым ртом!
Для питья используйте только бутилированную или кипяченую воду.

3

Ловушка «Забывтый антисептик»



На пикнике руки часто кажутся чистыми, но это иллюзия.

📍 Как избежать:

Влажные салфетки не убивают микробы. Используйте антисептики на спиртовой основе или старое доброе мыло.



КОГДА ПОРА БИТЬ ТРЕВОГУ?

Если у вас или вашего ребенка появились:

- Тошнота и частая рвота;
- Диарея;
- Рези в животе и высокая температура.



НЕ занимайтесь самолечением!

Антибиотики «наугад» могут только ухудшить ситуацию.



ГЛАВНОЕ:



Пейте воду маленькими глотками (регидрон, вода) и вызывайте врача.



**Берегите себя
и свое лето!**

Государственное учреждение
"Копыльский районный центр
гигиены и эпидемиологии"

