

За 2021 год в Республике Алтай зарегистрировано 1095 случаев острых кишечных инфекций, большинство из них дети. Показатель составил 497,3 на 100 тыс. населения, что выше аналогичного периода прошлого года в 1,4 раза. В среднем еженедельно регистрируются от 15 случаев острых кишечных инфекций.

Управление Роспотребнадзора по Республике Алтай информирует, что в новогодние праздники увеличивается количество пищевых отравлений и острых кишечных инфекций (ОКИ), передающихся с пищей.

Пищевые продукты являются хорошей средой не только для сохранения, но и для размножения возбудителей острых кишечных инфекций без изменения внешнего вида и вкуса продукта.

Основными причинами пищевых отравлений и острых кишечных инфекций в праздничные дни является не соблюдение правил личной гигиены, нарушения технологии приготовления блюд, температурных режимов или условий их транспортировки и хранения.

Чем дольше хранится продукт, тем активнее в нем идет размножение бактерий. Наиболее опасными продуктами питания для возникновения инфекции являются многокомпонентные салаты (в первую очередь, заправленные майонезом и сметаной), кондитерские изделия с кремом, изделия из рубленого мяса и рыбы, студень и другие продукты. На поверхности плохо промытых овощей могут оставаться возбудители ОКИ вирусной этиологии.

Для предупреждения пищевых отравлений необходимо соблюдать следующие меры профилактики:

- Строго соблюдать правила личной гигиены, чаще и тщательно мыть руки с мылом, особенно - перед едой и после посещения туалета;
- соблюдайте правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд;
- следите за сроками годности и условиями хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, сырые продукты и готовую пищу следует хранить отдельно;

- не храните скоропортящиеся продукты и готовые салаты при комнатной температуре более 2-х часов, так как это может привести к накоплению бактерий и токсинов и привести к возникновению острых кишечных инфекций или пищевых отравлений при употреблении таких продуктов;
- пирожные, торты с кремом храните только в холодильнике, не забывайте что это скоропортящиеся продукты;
- не смешивайте свежеприготовленную пищу с остатками от предыдущего дня. Если готовая пища осталась на другой день обязательно перед употреблением необходимо её подвергнуть термической обработке
- тщательно прожаривайте или проваривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты;
- Постоянно поддерживать чистоту в доме и соблюдать правила личной гигиены, не давать маленьким детям некипяченое разливное молоко, сырые яйца, использовать для приготовления пищи только свежие продукты.

Если вы плохо себя чувствуете (боли в животе, тошнота, рвота, диарея) ни в коем случае не занимайтесь самолечением, немедленно обратитесь к врачу.

Помните! Строго соблюдая правила хранения, кулинарной обработки продуктов и личной гигиены, Вы сможете уберечь себя и своих близких от острых кишечных инфекций и пищевых отравлений!