



# ПАМ'ЯТКА НАСЕЛЕННЮ ХАРЧОВІ ОТРУЄННЯ ТА ЇХ ПРОФІЛАКТИКА

## ХАРЧОВІ ОТРУЄННЯ ТА ЇХ ПРОФІЛАКТИКА

До найгостріших кишкових інфекцій, що спричиняють харчові отруєння відносяться холера, черевний тиф, вірусні гепатити А і Б, дизентерія, сальмонельоз, ботулізм, стафілококові отруєння, ентероколіпт.

## ЗАГАЛЬНІ СИМПТОМИ ОТРУЄННЯ

- слабкість, озноб, нудота, пронос;
- розлад шлунку, блювота;
- запалення тонкого кишківника;
- підвищення температури тіла;
- зневоднення організму;
- згущення крові;
- враження центральної нервової системи;
- параліч, порушення зору.



## ШЛЯХИ ЗАПОБІГАННЯ ХАРЧОВИХ ОТРУЄНЬ

- суворе дотримання санітарно-гігієнічних норм та правил під час приготування, зберігання і транспортування продуктів харчування;
- не вживати неякісні, несертифіковані продукти харчування на стихійних ринках, сумнівної якості та без санітарного дозволу;
- воду та молоко перед вживанням обов'язково кип'ятити;
- продукти харчування зберігати тільки в холодильнику;
- фрукти та овочі перед споживанням ретельно мити проточною водою та обливати кип'ятком;
- салати вживати тільки свіжо приготовленими;
- не контактувати з хворими на інфекційні захворювання;
- при появі вищезгаданих симптомів отруєння негайно звертатись до медичної установи.

### ПАМ'ЯТАЙТЕ!

*Харчовим отруєнням легше запобігти, ніж їх лікувати.  
Бережіть своє здоров'я!*

Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності  
Вінницької області спільно з Департаментом цивільного захисту облдержадміністрації