Скажи: «ДА – здоровому образу жизни!»

Министерство здравоохранения и социального развития Республики Казахстан
Национальный центр проблем формирования здорового образа жизни
Научно - практический центр санитарно-эпидемиологической экспертизы и мониторинга

ПРОФИЛАКТИКА
энтеровирусной инфекции

Энтеровирусная инфекция (ЭВИ) – острое инфекционное заболевание, вызываемое различными видами энтеровирусов, характеризующееся многообразием проявлений:

- заболевание начинается остро
- внезапный подъем температуры тела до 38-40 °С
- головная боль
- общая слабость, недомогание
- головокружение
- нарушение сна
- тошнота, рвота

ЭВИ распространена повсеместно, длительно сохраняется в окружающей среде, может долго существовать в воде, хорошо переносит низкие температуры.

Заражение происходит:

- через загрязненные продукты питания
- употребление некачественной воды
- во время купания в загрязнённых водоёмах
- при попадании вируса на слизистые верхних дыхательных путей

От момента заражения до появления первых клинических симптомов проходит от 3 до 6 дней.

МЕРЫ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ЭВИ:

1. **Соблюдение личной гигиены**
2. **Соблюдение 5 принципов безопасного питания:**

Принцип 1: *Храните продукты в чистоте*
Принцип 2: *Отделяйте сырые продукты от продуктов, подвергшихся тепловой обработке*
Принцип 3: *Подвергайте продукты тщательной тепловой обработке*
Принцип 4: *Тепловая обработка проводится при необходимой температуре*
Принцип 5: *Пользуйтесь безопасной водой и безопасными сырыми продуктами*

При возникновении симптомов ЭВИ не занимайтесь самолечением, срочно обратитесь за медицинской помощью!

Распространяется бесплатно