



Как предупредить пищевое отравление в домашних условиях



Не лишним будет напомнить,
что подозрительную на вид продукцию,
с посторонним запахом или вкусом,
даже с хорошими сроками годности лучше
отправить в мусорное ведро!

Соблюдение этих простых правил
в домашних условиях позволит
предотвратить пищевые отравления!

Е.Э.Гузова, врач-гигиенист отделения
гигиены питания отдела гигиены

Минского областного центра гигиены,
эпидемиологии и общественного здоровья



Среди инфекционных заболеваний пищевые
отравления занимают особое место.
Каждый человек хоть раз сталкивался с этим.
Что же это за болезнь и как ее предупредить?

Пищевые отравления – острые заболевания, возникающее в результате употребления пищи, обсеменённой болезнетворными микроорганизмами и (или) заражённой их токсинами, либо токсичными веществами немикробной природы.

Загрязнение пищи микроорганизмами или их токсинами может произойти на любом этапе производства продукции, ее обращения и даже дома, если она неправильно была обработана, приготовлена либо нарушались условия хранения.

Основные правила профилактики пищевых отравлений:

разделение продуктов питания на готовые к употреблению и сырые пищевые продукты для дальнейшего соблюдения правил «товарного соседства» (раздельного хранения продукции в холодильнике, использование разных разделочных ножей и досок, использование разных пакетов при переноске сырых и готовых продуктов и др.);

соблюдение правил личной гигиены (мытьё рук перед приготовлением пищи, перед ее употреблением, мытьё рук после работы с сырыми продуктами, после посещения туалета и др.);



обязательное соблюдение сроков годности продукции и условий ее хранения (указаны на упаковке);

тщательное мытьё овощей и фруктов перед употреблением;



поддержание чистоты кухонных поверхностей, столовых и кухонных принадлежностей, холодильника, микроволновой печи и др.;



соблюдение технологии приготовления блюд; использование бутилированной либо кипяченой воды при приготовлении пищи и непосредственном ее употреблении.