

В связи с установившейся теплой погодой и наступлением майских праздников многие жители населенных пунктов отправятся отдохнуть на природе.

В целях недопущения возникновения негативных последствий для здоровья Управление Роспотребнадзора по Орловской области рекомендует соблюдать следующие правила.



Покупая продукты на рынке или в магазине:

- покупайте продукты только в магазинах и специально оборудованных для торговли рынках;
- откажитесь от покупки продуктов с признаками порчи и без сопроводительных документов, яйца с загрязнённой или повреждённой скорлупой;
- дома тщательно промывайте овощи и фрукты хозяйственным мылом или разрешенным для контакта с пищевыми продуктами моющим средством под горячей водой;

- для мытья ягод и зелени используйте контрастное омовение - уложите их в один ряд в дуршлаг и поочередно погружайте в ёмкости с горячей и ледяной водой;

- если приобретаете готовые блюда в магазине, обратите внимание на время изготовления продукта и срок её годности.



Выезжая на пикник:

- не покупайте мясо для шашлыка в местах несанкционированной торговли;
- просите продавца предъявить документы, подтверждающие качество и безопасность мяса;
- тщательно прожаривайте мясо и употребляйте его в пищу сразу же после приготовления;
- мойте овощи и фрукты под горячей водой с моющим средством в домашних условиях, исключите их протирание влажными салфетками или мытьё в природных условиях;

- исключите из меню на природе эпидемиологически небезопасные пищевые продукты - салаты, заправленные майонезом или соусами, колбасы, кисломолочную продукцию и т.д.;

- все продукты укладываете в пищевые контейнеры с плотными крышками и храните их в тени;

- обеспечьте запас питьевой бутилированной воды гарантированного качества;

- защитите продукты от насекомых и животных;

- не купайтесь в водоёмах, где качество воды не соответствует требованиям санитарных правил, и избегайте заглатывания воды во время купания.

При наличии расстройства стула, тошноты или болей в животе не занимайтесь самолечением, а немедленно обратитесь за квалифицированной медицинской помощью.