

ПРОФИЛАКТИКА ОКИ

Острые кишечные инфекции — это группа заболеваний, вызываемых различными бактериями, вирусами или паразитами, которые поражают пищеварительную систему. У детей они проявляются диареей, рвотой, повышенной температурой и обезвоживанием организма, что может быстро привести к серьёзным проблемам и осложнениям.

Основные меры профилактики ОКИ в летний период:

1. Соблюдение правил личной гигиены

Регулярное и тщательное мытьё рук с мылом — самый простой и эффективный способ избежать заражения. Особенно важно мыть руки перед едой, после прогулок и посещения туалета.



2. Контроль качества продуктов и воды

Используйте только свежие и качественные продукты. Воду для питья и приготовления пищи лучше кипятить или использовать бутилированную. Избегайте употребления сырой или недостаточно обработанной еды.



3. Правильное хранение пищи

Летом высокие температуры способствуют быстрому размножению бактерий. Храните продукты в холодильнике, не оставляйте еду в теплой комнате на столе и на открытом воздухе.



4. Внимательное отношение к питанию дома

Следите за тем, чтобы пища, которую вы даёте ребёнку, была приготовлена и подана с соблюдением санитарных норм. Тщательно мойте посуду и столовые приборы. Правильно храните посуду (закрытой в шкафу)



5. Контроль за состоянием здоровья ребёнка

При первых признаках заболевания (понос, рвота, слабость) важно сразу обратиться к врачу. Ребёнка с симптомами ОКИ не следует водить ни в детский сад, ни в общественные и развлекательные места, чтобы предотвратить распространение инфекции.



6. Обучение детей правилам гигиены

Объясняйте детям важность мытья рук и правильного поведения на улице и во время игр. Чем больше ребёнок знает, тем выше шансы избежать заболеваний.



Профилактика острых кишечных инфекций — это комплекс мер, требующих внимания и заботы родителей и взрослых. Только благодаря вашему вниманию и правильным действиям лето станет для детей временем радости, здоровья и безопасности!