Профилактика пищевых отравлений в летний период.

Наступили жаркие дни, а вместе с ними и возрос риск развития пищевых отравлений.

Помните!

 Необходимо следить за сроками реализации продуктов, особенно готовых или полуфабрикатов.

Пищевые продукты (мясо, рыбу, полуфабрикаты, заранее приготовленные салаты) следует хранить в холодильнике.

 Обработку сырого и вареного (жареного) мяса, сырой и вареной (жареной) рыбы проводят на отдельных разделочных досках; после разделки сырых продуктов тщательно моют ножи.

Яйца перед приготовлением рекомендуется тщательно мыть.

Из творога в жаркое время года лучше готовить запеканки, сырники и вареники.

В путешествие или на дачу следует брать с собой только такие продукты, которые в течение двух-трех дней не испортятся.

Овощи, фрукты и ягоды перед употреблением мыть, тщательно удаляя мельчайшие частички земли.

Тщательно соблюдать правила кухонной и личной гигиены.

Особое значение имеют правила профилактики ботулизма – тяжелейшего заболевания, чаще всего вызываемого употреблением домашних мясных продуктов и консервированных овощей и грибов.

Перед подачей на стол домашних овощных консервов (овощная икра, зеленый горошек, стручковая фасоль) прогреть их в течение 10 минут (токсин, в отличие от споры, весьма нестоек и разлагается при нагревании).

Не рекомендуется покупать мясные и рыбные продукты на стихийных рынках.

**Профилактика немикробных пищевых отравлений состоит в соблюдении простых правил:**

- не использовать в пищу незнакомые грибы и растения;

- не употреблять в пищу культурные растения, которые неправильно хранились или зимовали в поле;

- не принимать внутрь приготовленные по сомнительным рецептам в домашних условиях снадобья из лекарственных трав;

- не позволять детям самостоятельно собирать ягоды и грибы;

Врач терапевт ГУЗ «Липецкая РБ» С.П.Таболина