



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ПРОФИЛАКТИКА ПИЩЕВЫХ ОТРАВЛЕНИЙ

С продуктами питания могут передаваться возбудители сальмонеллезов, кампилобактериозов, иерсиниозов, дизентерии, норовирусной и ротавирусной инфекций, вирусного гепатита А и других болезней

⚠ ПРИЧИНЫ ПИЩЕВЫХ ОТРАВЛЕНИЙ И ИНФЕКЦИОННЫХ БОЛЕЗНЕЙ, ПЕРЕДАЮЩИХСЯ С ПИЩЕЙ

- Нарушения технологии приготовления блюд
- Неправильное хранение блюд
- Нарушение правил личной гигиены



⚠ НАИБОЛЕЕ ОПАСНЫЕ ПРОДУКТЫ

- Многокомпонентные салаты, заправленные майонезом или сметаной
- Кондитерские изделия с кремом
- Шаурма
- Изделия из рубленного мяса (котлеты, рулеты, паштеты), студень и др.
- Плохо промытые фрукты и овощи

КАК СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ



Не готовьте еду впрок в больших количествах



При приобретении готовой продукции обратите внимание на время изготовления и срок реализации



Полуфабрикаты, изделия из мяса обязательно подвергайте повторной термической обработке



Пирожные, торты с кремом необходимо хранить в холодильнике



Тщательно мойте руки перед началом приготовления пищи и после контакта с сырой продукцией



Используйте отдельные разделочные доски и ножи – для «сырого» и «готового»



Тщательно промывайте (с обработкой кипятком) зелень, овощи и фрукты



Не готовить заблаговременно (более суток) рубленное мясо



В холодильнике старайтесь не помещать на одну полку готовые блюда и сырые мясо и рыбу

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru

В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ – НЕМЕДЛЕННО ОБРАЩАЙТЕСЬ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ

Пять ключевых правил по профилактике пищевых инфекций

Поддерживайте чистоту:



чаще мойте руки перед тем, как брать продукты;



вымойте и продезинфицируйте все поверхности и кухонные принадлежности, используемые для приготовления пищи;



предохраняйте кухню от проникновения насекомых, грызунов и других животных.

Отделяйте сырое и приготовленное:



храните продукты в закрытой посуде;



используйте для различных продуктов отдельные кухонные принадлежности, ножи и разделочные доски.

Хорошо прожаривайте или проваривайте продукты:



доводите супы и жаркое до кипения, соки мяса или птицы должны быть прозрачными, а не розовыми;



хорошо прогревайте приготовленные продукты.

Храните продукты при безопасной температуре:



не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более чем на 2 часа;



охлаждайте без задержки все приготовленные и скоропортящиеся пищевые продукты до 5° C и ниже;



держите приготовленные блюда горячими (выше 60° C) вплоть до сервировки;



не храните пищу долго, даже в холодильнике;



размораживайте продукты в холодильнике или быстро при помощи СВЧ-печей.

Используйте безопасную воду и безопасные сырые продукты:



для питья - бутилированную или кипяченую воду;



выбирайте продукты, подвергнутые обработке, например, пастеризованное молоко;



тщательно мойте или ошпаривайте фрукты и овощи;



не употребляйте продукты с истекшим сроком годности.