Рекомендации по гигиене при кишечных инфекциях, Информация для больных

Вы заражены или могли заразиться бактерией, вирусом или другим микроорганизмом, который может передаться окружающим. Для того чтобы предотвратить заражение других людей, следуйте нижеприведенным рекомендациям по гигиене:

- **Тщательно мойте руки после посещения туалета, перед контактом с продуктами и перед едой.** Пользуйтесь жидким мылом и личным либо одноразовым полотенцем.

- **Следите за чистотой унитаза и раковины.** Вы также можете очищать (дезинфицировать) руки и поверхности с помощью дезинфицирующих средств на основе спирта, которые можно приобрести в аптеках без рецепта.

- При возможности пользуйтесь **отдельным туалетом** во время приступов диареи/рвоты.

- **Если ваш ребенок, пользующийся подгузниками**, заражен кишечной инфекцией, упаковывайте использованные подгузники в полиэтиленовый пакет, прежде чем выбрасывать их вместе с обычным мусором. **Тщательно мойте руки** после смены подгузников. **Протирайте пеленальный стол** после каждого использования. При этом желательно использовать дезинфицирующие средства (см. выше).

- **Не купайтесь в бассейнах/водоемах** до полного исчезновения симптомов инфекции.

- **Грязное белье необходимо мыть в стиральной машине.**

Существует высокая вероятность передачи кишечных инфекций через пищу. Поэтому старайтесь не прикасаться к еде, которую будут употреблять другие люди. Если это невозможно, тщательно мойте руки, прежде чем прикасаться к пищевым продуктам.

Не посещайте детский сад, школу или офис во время приступов диареи/рвоты и ранее чем за сутки после выздоровления. Это особенно важно, если к вашим служебным обязанностям относится:

- подготовка или обработка неупакованных пищевых продуктов
- также уход за младенцами или пациентами с крайне ослабленным иммунитетом.

В некоторых случаях, больные должны находиться дома более суток после выздоровления (например, это может касаться детей, посещающих дошкольные учреждения, которые заражены вирусными желудочно-кишечными инфекциями).

Если в ваши должностные обязанности входит контакт с пищевыми продуктами, согласно пищевому законодательству, вы немедленно должны уведомить своего работодателя о том, что вы заражены желудочно-кишечной инфекцией.