**Гігієна понад усе**

Змалечку всі чують про необхідність дотримання гігієни, особливо рук, заборону використання води з неперевірених джерел, вживання немитих овочів та фруктів — проте не всі ці правила дотримуються. Виникнення чи поширення таких інфекційних хвороб, як черевний тиф, дизентерія, сальмонельоз, хвороба Боткіна, холера та інші, часто пов'язане з нехтуванням давно відомих істин. З потеплінням поширенню цих хвороб сприяють також комахи. Також важливо, щоб харчові продукти, особливо швидкопсувні, зберігались згідно з вимогами (температурний режим, товарне сусідство тощо), а сміття та харчові відходи не були доступними для комах.

Іноді можна спостерігати, як дорослі просто на вулиці чи в магазині пропонують дітям або й самі вживають щойно придбані немиті фрукти, ягоди, чи дотикаються до бродячих тварин, що також може призвести до захворювань. Важливо також зазначити, що великій небезпеці піддають гості організатори масових заходів у побуті, а також у закладах громадського харчування, де страви готують з недоброякісної сировини, з порушенням технології приготування страв, умов їх зберігання, або ж залучають до приготування чи обслуговування осіб, які можуть бути безсимптомними носіями інфекцій. За нанесення шкоди здоров'ю гостей організатори можуть бути притягнуті до кримінальної відповідальності.

Отже, для запобігання інфекційним хворобам дотримуйтесь простих і доступних правил:

* дотримуйтесь елементарних правил особистої та колективної гігієни;
* утримуйте в чистоті житло, території садиб та місця громадського перебування;
* користуйтесь водою гарантованої якості;
* дотримуйтесь такого простого правила, як миття рук перед вживанням їжі, після догляду за тваринами, відвідування вулиці чи туалету.

Загальновідомо, що краще запобігти хворобі, ніж її лікувати.

Лікар-епідеміолог відділу епідеміологічного нагляду та профілактики інфекційних хвороб Коломийського районного відділу ДУ «Івано-Франківський ОЦКПХ МОЗ» Дмитро Андрушко