



ФБУЗ
«ЦЕНТР ГИГИЕНИЧЕСКОГО
ОБРАЗОВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»
РОСПОТРЕБНАДЗОРА

ЛЕТО БЕЗ ИНФЕКЦИЙ



ЧТОБЫ КАНИКУЛЫ
БЫЛИ РАДОСТНЫМИ,
СОБЛЮДАЙ ПРОСТЫЕ
ПРАВИЛА!





ПРАВИЛО №1



ЧИСТОТА РУК - НАДЕЖНАЯ
ЗАЩИТА ОТ ИНФЕКЦИЙ!



Когда нужно мыть руки?

- После улицы
- Перед едой
- После туалета
- После чихания, кашля, сморкания
- Если кажется, что руки грязные



ПРАВИЛО №2



МОИ РУКИ ПРАВИЛЬНО!



- Намыливай руки не менее 20 секунд
- Уделяй особое внимание труднодоступным местам (между пальцами, под ногтями), не забывай про большой палец



ПРАВИЛО №3



ЕСЛИ ТЫ ЗАБОЛЕЛ -
НЕ ЗАРАЖАЙ ДРУГИХ!



- Расскажи взрослым о плохом самочувствии
- Чихай и кашляй в салфетку или сгиб локтя
- Чаще мой руки с мылом
- Не здоровайся за руку
- Не передавай личные вещи другим и не пользуйся чужими вещами





ПРАВИЛО №4



ЗАЩИТИСЬ
ОТ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ!



- Не забывай мыть руки перед едой и после туалета
- Продукты питания, которые быстро портятся (молочные и мясные продукты, бутерброды, салаты), храни только в холодильнике
- Тщательно мой овощи и фрукты перед едой
- Пей только бутилированную или кипяченую воду





ПРАВИЛО №5



НЕ ТРОГАЙ ЖИВОТНЫХ
НА УЛИЦЕ!



Они могут быть
заражены
бешенством -
смертельно опасным
заболеванием!

Человек может
заразиться, если больное
животное укусит,
поцарапает
или его слюна попадет
на открытую рану.



- Если тебя укусила собака или другое животное - немедленно сообщи взрослым
- Рану нужно как можно скорее промыть с мылом и срочно обратиться к врачу



ПРАВИЛО №6

ЗАЩИТИ СЕБЯ ОТ КЛЕЩЕЙ!



Клещи переносят опасные инфекции. Например, болезнь Лайма и клещевой энцефалит.

Если обнаружил на себе клеща – скажи взрослым!

- Не гуляй среди высокой травы и кустарников, там могут обитать клещи
- Носи однотонную светлую одежду, чтобы вовремя заметить клеща
- Кофту заправляй в брюки, брюки в сапоги, манжеты должны плотно прилегать к телу
- Попроси взрослых обработать одежду специальным средством от клещей





ПРАВИЛО №7

ЗАЩИТИ СЕБЯ ОТ ВШЕЙ!



Вши - мелкие насекомые, которые вызывают головной педикулез.

Вошь питается кровью человека. Укусы вшей вызывают зуд, при расчесах в ранки может попадать инфекция.

- Избегай тесного контакта "голова к голове"
- Регулярно расчесывай волосы
- Ежедневно принимай душ
- Не пользуйся чужими расческами и заколками
- Не надевай чужую одежду и головные уборы
- Не передавай личные вещи другим и не пользуйся чужими вещами





ВСЕСАНПРОСВЕТ

УЗНАЙ БОЛЬШЕ
О ЗАЩИТЕ ОТ ИНФЕКЦИЙ!



Telegram



Макс



ВКонтакте



Rutube

Источник изображений - графический редактор Supra