**Чтобы предохранить себя и детей от заболевания ОКИ необходимо придерживаться следующих рекомендаций:**

1.Строго соблюдайте правила личной гигиены, чаще и тщательно мойте руки с мылом после возвращения домой с улицы, перед едой и после посещения туалета.

2. Воду для питья употреблять только кипяченую или бутилированную, перед употреблением кипятить не менее 5 минут.

3. Воду, привезенную из родников и других источников, употреблять также кипяченую.

4. В местах массового отдыха при питье бутилированной воды пользоваться одноразовыми стаканчиками.

5. Тщательно мойте руки с мылом перед приготовлением, приемом пищи.

6. Овощи и фрукты, в том числе цитрусовые и бананы, употреблять только после мытья их чистой водой и ошпаривания кипятком.

7. Не приобретайте продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли.

8. В домашних условиях соблюдайте правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, сырые продукты и готовую пищу следует хранить раздельно.

9. Посуду и кухонный инвентарь после мытья ошпаривать кипятком.

10. Тщательно прожаривайте или проваривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты.

11. Ежедневно проводить влажную уборку.