О профилактике пищевых отравлений в новогодние праздники

Управление Роспотребнадзора по Ростовской области в целях предупреждения пищевых отравлений в период новогодних каникул, рекомендует.

При покупке следует воздержаться от приобретения и употребления в пищу сомнительных продуктов питания, с поврежденной упаковкой, реализуемых с нарушением температурного режима, в местах несанкционированной торговли; обращать внимание при приобретении пищевых продуктов на наличие необходимой информации на продукте, в том числе сроке годности, дате изготовления, наименовании изготовителя, внимательно изучить состав пищевого продукта.

В то же время, покупая качественный продукт, при неправильном хранении покупатель обнаруживает вскоре его испорченным. Хранение в надлежащих условиях поможет обезопасить не только ваше здоровье, но и уменьшит расходы, связанные с повторными закупками продуктов, в этой связи необходимо хранить скоропортящиеся продукты в холодильнике, не допускать при хранении близкого соседства сырой и готовой к употреблению продукции.

При приготовлении блюд необходимо использовать кухонные принадлежности, отдельные для сырых продуктов и готовых блюд, а также продуктов, употребляемых без термической обработки, тщательно мыть овощи, зелень и фрукты, для сервировки использовать только чистую посуду, следить за чистотой рук, часто мыть руки с мылом.

Важно соблюдать режим хранения продуктов во время застолья: не держать на столе продукты больше 3 часов, все скоропортящиеся продукты убирать в холодильник. Необходимо помнить, что холодец может храниться в холодильнике всего 12 часов, заправленные салаты с сырыми овощами, яйцами - до 6 часов, заправленные салаты с вареными овощами - до 24 часов, приготовленное мясо — до 48 часов и т. д. В пищу нужно употреблять свежую, только приготовленную пищу, не надо готовить еду, салаты и закуски на несколько дней вперед.

Во время застолья необходимо воздержаться от переедания, пить достаточное

количество жидкости и не злоупотреблять алкоголем.

В случае появления признаков отравления не занимайтесь самолечением, своевременно обращайтесь за медицинской помощью.