

## Правила профилактики холеры

На территории Российской Федерации эпидемиологическая ситуация по холере характеризуется как стабильная и находится под постоянным контролем Роспотребнадзора. В последние 20 лет регистрируются только единичные завозные случаи холеры. В стране на системной основе проводится комплекс мероприятий, направленный на профилактику этой инфекции, он позволяет купировать риски осложнения эпидемиологической ситуации в Российской Федерации.

При планировании поездок за рубеж уточнять эпидемиологическую ситуацию в стране пребывания у туроператоров или в территориальных органах Роспотребнадзора.

Роспотребнадзор напоминает меры предосторожности, чтобы не допустить заражения и последующего развития холеры:

- ✓ употреблять для еды пищу, в качестве которой вы уверены;
- ✓ употреблять для питья только гарантированно безопасную воду и напитки (питьевая вода и напитки в фабричной упаковке, кипяченая вода). Нельзя употреблять лед, приготовленный из сырой воды;
- ✓ мясо, рыба, морепродукты должны подвергаться термической обработке;
- ✓ желательно не пользоваться услугами местных предприятий общественного питания и не пробовать незнакомые продукты, не покупать еду на рынках и лотках, не пробовать угощения, приготовленные местными жителями;
- ✓ в случае необходимости приобретать продукты в фабричной упаковке в специализированных магазинах;
- ✓ овощи и фрукты мыть безопасной водой и обдавать кипятком;
- ✓ перед едой следует всегда тщательно мыть руки с мылом;
- ✓ при купании в водоемах и бассейнах избегать попадания воды в полость рта;
- ✓ не купаться в стоячих и медленно текущих водоемах, не использовать воду из таких водоемов для бытовых нужд.

!! При появлении симптомов заболевания (рвота, понос при холере), повышение температуры тела (дополнительно при острых кишечных инфекциях) немедленно обратиться за медицинской помощью.