**ПАМЯТКА**

***Предупреждение инфекционных заболеваний***

Находясь в очаге любого инфекционного заболевание, по мните, что ваше здоровье зависит прежде всего от вас самих, болезнь легче предупредить, чем ее лечить.

При угрозе заражения биологическими средствами немедленно укройтесь в защитном сооружении или наденьте противогаз, т.е. защитите органы дыхания от попадания в них микробов. Защитите также от заразных микробов и кожные покровы. Проведите экстренную профилактику путем приема антибиотиков и сульфамидных препаратов, которые имеются в индивидуальной аптечке. Прием препаратов предупредит заболевание или облегчит его лечение.

Всемерно содействуйте четкой и быстрой организации и проведению предохранительных прививок, не уклоняйтесь от них.

Содержите в чистоте кожу лица и рук, ног и всего тела, а также одежду и обувь. Строго соблюдайте правила личной и общественной гигиены.

Защищайте продукты питания от переносчиков заразных болезней - насекомых и грызунов. Не употребляйте в пищу непроверенные продукты питания и воду из подозрительных водоисточников.

Не пейте сырую воду и не кипяченое молоко.

Овощи и фрукты тщательно промывайте и обдавайте кипятком. Мясо и рыбу сильно проваривайте и прожаривайте. Хлеб обжигайте на огне или прогревайте в духовке, печке. Храните продукты и воду в плотно закрытой таре и холодильниках.

О заболеваниях в семье и на работе немедленно информируйте администрацию и медицинское учреждение. Одновременно изолируйте больных. Этим вы предотвратите заражение окружающих.

Не занимайтесь самолечением. Точно выполняйте предписания и советы врачей. По их указанию проводите экстренную профилактику и дезинфекцию квартиры, мест общего пользования, санитарную обработку себе и членам семьи.

**Администрация Правохавского сельского поселения**