**ПРОФИЛАКТИКА ВИРУСНЫХ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ**

Вирусные кишечные инфекции являются группой острых инфекционных заболеваний, для которых характерны признаки общей интоксикации и преимущественное поражение желудка и тонкого кишечника или их сочетание.

Источником  вирусных инфекций является больной человек или бессимптомный  носитель  вируса. Инкубационный период  составляет  **12-48 ч,** продолжительность  заболевания  -  **2-5  дней.  *Основной механизм передачи возбудителя*** - фекально-оральный, который реализуется контактно-бытовым, пищевым и водным путем передачи.

**МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ:**

Вирусная кишечная инфекция опасна, но бороться с ней можно, и весьма успешно, если не пренебрегать тем, что некоторые привыкли считать мелочами:

* соблюдайте правила личной гигиены, где бы вы не находились: на даче, в местах отдыха, дома, в школе или на работе;
* приобретая продукт, обращайте внимание на его качество, условия реализации, не приобретайте продукты сомнительного качества;
* используйте для питья только кипяченую воду;
* обрабатывайте принесенные с улицы детские игрушки, велосипеды и другие предметы;
* соблюдайте чистоту во время приготовления пищи; тщательно мыть руки с мылом перед едой;
* тщательно мойте руки с мылом после посещения туалета; в случае заболевания необходимо немедленно обратиться к врачу.

**Выполнение этих несложных советов поможет избежать заболевания и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!**