

[РЕКОМЕНДАЦИИ ГРАЖДАНАМ: Профилактика пищевых отравлений](#)

[О профилактике ВИЧ-инфекции среди молодежи](#)

НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ ВАКЦИНА
ИЛИ ПРИВИВКА, КОТОРЫЕ ЗАЩИЩАЛИ
БЫ ОТ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ, НЕ СОЗДАНЫ.
ЧТОБЫ ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ЗАРАЖЕНИЯ,
ВАЖНО СОБЛЮДАТЬ ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА:



ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПРЕЗЕРВАТИВ
ПРИ КАЖДОМ ПОЛОВОМ КОНТАКТЕ



ВОЗДЕРЖИВАТЬСЯ ОТ ПОЛОВЫХ
КОНТАКТОВ **(БЕЗ ПРЕЗЕРВАТИВА)**



НИКОГДА НЕ УПОТРЕБЛЯТЬ
ИНЪЕКЦИОННЫЕ НАРКОТИКИ

ВСЕ
ВОЗРАСТНЫЕ
ГРУППЫ
ПОДВЕРЖЕНЫ
ЗАРАЖЕНИЮ

200
СЛУЧАЕВ
ЗАРАЖЕНИЯ
ЕЖЕДНЕВНО

БОЛЕЕ **40%**
СЛУЧАЕВ
ЗАРАЖЕНИЯ
ПРОИСХОДИТ
ПОЛОВЫМ
ПУТЕМ

ВИЧ В РОССИИ

СЕГОДНЯ ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ —

ЭТО ХРОНИЧЕСКОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ, Т.К. ЛЕЧЕНИЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ НЕ ДАЕТ ВИРУСУ РАЗВИВАТЬСЯ.



ВАЖНО ОТМЕТИТЬ! БРАК И ПОСТОЯННЫЕ ОТНОШЕНИЯ ЗАЩИЩАЮТ ОТ ЗАРАЖЕНИЯ ВИЧ ТОЛЬКО ЕСЛИ ОБА ПАРТНЕРА ПРОШЛИ ТЕСТИРОВАНИЕ НА ВИЧ И ХРАНЯТ ВЕРНОСТЬ ДРУГ ДРУГУ.

**КОМУ
НЕОБХОДИМО
СДАТЬ АНАЛИЗЫ?**



ЛЮБОМУ ЧЕЛОВЕКУ,
КОТОРЫЙ ХОТЯ БЫ
РАЗ В ЖИЗНИ ВСТУПАЛ
В ПОЛОВОЙ КОНТАКТ
БЕЗ ПРЕЗЕРВАТИВА
ИЛИ ИМЕЛ ОПЫТ
УПОТРЕБЛЕНИЯ
ИНЪЕКЦИОННЫХ
НАРКОТИКОВ.

ОПРЕДЕЛИТЬ НАЛИЧИЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ ПО
ВНЕШНИМ ПРИЗНАКАМ НЕВОЗМОЖНО.
ТЕСТ НА ВИЧ — ЕДИНСТВЕННЫЙ ДОСТО-
ВЕРНЫЙ СПОСОБ УЗНАТЬ, ЕСТЬ ВИРУС В
КРОВИ ИЛИ НЕТ.



БЕСПЛАТНЫЙ ТЕСТ НА ВИЧ-ИНФЕКЦИЮ

**ЗАЧЕМ СДАВАТЬ
ТЕСТ НА ВИЧ-ИНФЕКЦИЮ?**

**НЕЗНАНИЕ ВИЧ-СТАТУСА
ПАРТНЕРА УВЕЛИЧИВАЕТ
РИСК ЗАРАЖЕНИЯ**



ТЕСТ ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО
СДАТЬ ТЕМ ПАРАМ, КОТОРЫЕ
РЕШИЛИ НАЧАТЬ ИНТИМНУЮ
ЖИЗНЬ, ИЛИ — РЕШИЛИ
ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ПРЕЗЕРВАТИВА.



ТЕСТ ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО
СДАТЬ ПРИ ПЛАНИРОВАНИИ
БЕРЕМЕННОСТИ. ТОЛЬКО ЭТО
ПОЗВОЛЯЕТ ЗАЩИТИТЬ БУДУЩЕГО
РЕБЕНКА ОТ ЗАРАЖЕНИЯ.



ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ЗАРАЖЕН
ВИЧ-ИНФЕКЦИЕЙ, ОЧЕНЬ ВАЖНО
НАЧАТЬ ЛЕЧЕНИЕ СВОЕВРЕМЕННО.
ЛЕЧЕНИЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ В
РОССИИ БЕСПЛАТНО.



РОСПОТРЕБНАДЗОР

Единый консультационный центр
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

О ПРОФИЛАКТИКЕ ПИЩЕВЫХ ОТРАВЛЕНИЙ И ИНФЕКЦИОННЫХ БОЛЕЗНЕЙ, ПЕРЕДАЮЩИХСЯ С ПИЩЕЙ

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека обращает внимание граждан на необходимость профилактики заболеваний, связанных с употреблением некачественной пищи.

С продуктами питания могут передаваться возбудители сальмонеллезов, кампилобактериозов, иерсиниозов, дизентерии, норовирусной и ротавирусной инфекций, вирусного гепатита А и других болезней, кроме того большой удельный вес составляют пищевые токсикоинфекции — когда в продуктах или блюдах накапливаются токсины различных микроорганизмов.

Причинами пищевых отравлений и инфекционных болезней, передающихся с пищей, являются нарушения технологии приготовления блюд, их неправильное хранение, нарушение сроков годности сырья и готовых блюд, нарушение правил личной гигиены поварами и кондитерами.

Наиболее опасными продуктами питания для возникновения кишечных инфекций являются многокомпонентные салаты (в первую очередь

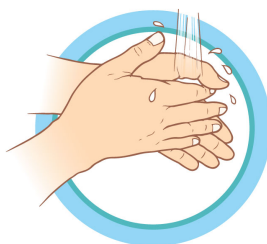
заправленные майонезом и сметаной), кондитерские изделия с кремом, шаурма, изделия из рубленого мяса (котлеты, рулеты, паштеты), студень и др. На поверхности плохо промытых фруктов и овощей могут оставаться возбудители инфекционных болезней, в частности вирусных инфекций.

Чтобы не заболеть, рекомендуется салаты, изделия из рубленого мяса, студень, заливное готовить в домашних условиях и в небольшом количестве, чтобы не хранить остатки блюд более суток. Если вы все-таки приобретаете готовую пищу в магазине, обратите внимание на время изготовления продукта и срок его реализации. Полуфабрикаты, изделия из мяса обязательно подвергните повторной термической обработке. Пирожные, торты с кремом необходимо хранить в холодильнике и не забывать о том, что это скоропортящиеся продукты.

Во время приготовления пищи в домашних условиях, необходимо соблюдать ряд правил: тщательно мыть руки перед началом приготовления пищи и после контакта с сырой продукцией, использовать отдельные разделочные доски и ножи — для «сырого» и «готового», тщательно промывать (с обработкой кипятком) зелень, овощи и фрукты, не готовить заблаговременно (более суток) рубленое мясо, в холодильнике стараться не помещать на одну полку готовые блюда и сырое мясо и рыбу.

Если вы чувствуете себя не здоровым (особенно при наличии расстройства стула, тошноты, боли в животе) ни в коем случае не занимайтесь приготовлением пищи для семьи и гостей!

В случае заболевания немедленно обращайтесь за медицинской помощью.



Подробнее на www.rosпотребнадзор.ru