



**ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ НИШ**  
Ниш, Булевар др Зорана Ћинђића 50

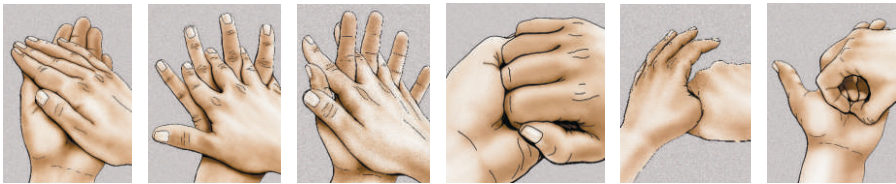


# КАКО СЕ ЗАШТИТИТИ ОД ЦРЕВНИХ ЗАРАЗНИХ БОЛЕСТИ



**ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ НИШ**  
Ниш, Булевар др Зорана Ћинђића 50

# КАКО СЕ ЗАШТИТИТИ ОД ЦРЕВНИХ ЗАРАЗНИХ БОЛЕСТИ



- После поплава, могу се јавити цревне заразне болести.
- Преносе се пијењем загађене воде, додиром прљавим рукама или преко гардеробе у којој су људи били у загађеном подручју.
- Први симптоми цревних заразних болести су: повишена температура, повраћање, мучнина, малаксалост, грчеви у стомаку и пролив.

- За пиће, припремање хране и личну хигијену користите само флаширану или другу хигијенски исправну воду (из цистерне).
- Редовно одржавајте хигијену руку (сапуном или дезинфекционим средством).
- Заштитите готову храну од загађења фекалијама које се могу наћи у води.
- Сву храну која је дошла у контакт са поплављеном водом баците.
- Дезинфикујте радне површине, као и прибор за јело и кување.
- Храну спремајте са хигијенски исправном водом и обавезно је термички обработите (на температури већој од 70°C).
- Припремљену храну не чувајте дуже од 4 сата на собној температури, она мора бити на температури нижој од 10°C.
- Темељно подгрејте кувану храну.
- Малој деци дајте индустријски припремљену храну.
- Спречите контакт сирових намирница и термички обрађене хране.
- Јавите се лекару ако приметите симптоме цревних заразних болести, или сте повређени.