

О правах потребителей при оказании туристических услуг

При планировании отдыха по туристической путевке и для того чтобы избежать проблем при получении туристских услуг, потребителям важно ознакомиться с основными нормативно-правовыми актами Российского Законодательства в сфере туризма:

- ✓ Федеральный закон от 24.11.1996 № 132-ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации»,
- ✓ Закон РФ от 07.02.1992 № 2300-1 «О защите прав потребителей»,
- ✓ Правила оказания услуг по реализации туристского продукта, утверждённые постановлением Правительства РФ от 18.11.2020 № 1852.

Каждый турист (заказчик туристского продукта) должен знать понятия «туроператор» и «турагент».

Туроператор- юридическое лицо, занимается деятельностью по формированию, продвижению и реализации туристского продукта.

Турагент может быть юридическим лицом, индивидуальным предпринимателем, сведения о которых должны быть внесены в единый федеральный реестр турагентов, субагентов в установленном Законом порядке; занимается продажей, в т.ч. продвижением и реализацией турпродукта.

Формирование турпродукта- деятельность туроператора по заключению и исполнению договоров с третьими лицами, оказывающими отдельные услуги, входящие в туристский продукт (гостиницы, перевозчики, экскурсоводы (гиды) и другие).

Продвижение турпродукта- меры по его реализации: реклама, участие в специализированных выставках, ярмарках, организация туристских информационных центров, издание каталогов, буклетов и другое.

Реализация турпродукта- деятельность туроператора, турагента (субагента) по заключению договора о реализации турпродукта с туристом (иным заказчиком турпродукта), деятельность туроператора (и/или) третьих лиц по оказанию туристу услуг в соответствии с данным договором.

У каждого туроператора есть свой конкретный набор туристских услуг. Турагент может работать одновременно с несколькими туроператорами и располагать широким ассортиментом предложений.

Право выбора всегда остается за туристом, поэтому при подготовке к путешествию необходимо изучить репутацию турфирмы, услугами которой собираетесь воспользоваться, продолжительность работы компании на рынке труда и туризма, стоимость туристского продукта; профессионализм и грамотность менеджеров турфирмы, способность доступно отвечать на все вопросы о предстоящем путешествии, достоверность информирования потребителей на сайте турфирмы и т.п.

При заключении договора о реализации турпродукта **исполнитель услуги (туроператор, турагент, субагент)** должен довести до потребителя **Правила оказания услуг по реализации туристского продукта, утверждённые постановлением Правительства РФ от 18.11.2020 № 1852**. Информация Правил может доводиться до потребителя путем размещения в каталогах, справочниках и описаниях туристского продукта, на официальном сайте исполнителя сети "Интернет", показом фотографий, слайдов, памяток, инструкций для туриста, рекомендуемых законодательством.

Следует обратить внимание на представленную турфирмой информацию.

Режим работы Исполнителя услуги устанавливается им самостоятельно и доводится до сведения потребителей. В случае временного приостановления деятельности исполнитель обязан предоставить потребителю информацию о данных сроках приостановления деятельности.

Организации должны иметь вывеску, на которой обязательно указываются: наименование организации; место нахождения (юридический адрес), информация о режиме работы.

Исполнитель обязан иметь книгу отзывов и предложений, которая предоставляется потребителю по требованию для фиксации своих претензий, предложений, обращений и т.п.

Исполнитель обязан довести до потребителя размещением на вывеске турфирмы, в офисе, на своем официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" информацию:

- ✓ **Для юридического лица**- наименование и фирменное наименование, основной государственный регистрационный номер, адрес, место нахождения, режим работы, номер контактного телефона, адрес электронной почты;
- ✓ **Для индивидуального предпринимателя**- фамилия, имя, отчество (при наличии), основной государственный регистрационный номер записи о государственной регистрации индивидуального

предпринимателя, адрес места осуществления деятельности, режим работы, номер контактного телефона, адрес электронной почты.

Туроператор также обязан довести до потребителя информацию при заключении договора:

- ✓ О номере туроператора в едином федеральном реестре туроператоров;
- ✓ О размере финансового обеспечения ответственности туроператора, номере, дате и сроке действия каждого договора страхования гражданской ответственности за неисполнение туроператором обязательств по договору о реализации туристского продукта (договор страхования ответственности туроператора) и (или) номере, дате и сроке действия каждой банковской гарантии исполнения обязательств по договору о реализации туристского продукта (банковская гарантия),
- ✓ О наименовании, адресе, месте нахождения организаций, предоставивших финансовое обеспечение ответственности туроператора;
- ✓ О членстве туроператора выездного туризма в объединении туроператоров в сфере выездного туризма.

Турагент (субагент) также обязан довести до потребителя информацию о номере турагента (субагента) в едином федеральном реестре турагентов, субагентов.

Для обеспечения правильного выбора тураслуги Исполнитель обязан своевременно предоставлять потребителю необходимую и достоверную информацию:

- ✓ - О потребительских свойствах, качестве турпродукта- программе пребывания, маршруте и условиях путешествия, в т.ч. информацию о средствах размещения и об условиях проживания (месте нахождения, его категории), о питании; услугах по перевозке потребителя в стране (месте) временного пребывания, о наличии экскурсовода (гида), гида-переводчика и инструктора-проводника, а также о дополнительных услугах;
- ✓ Об общей цене туристского продукта в рублях.
- ✓ О конкретных третьих лицах, которые будут оказывать отдельные услуги турпродукта по договору;
- ✓ О правилах въезда и выезда в страну (место) временного пребывания, в т.ч. сведения о необходимости наличия визы для въезда/ выезда; об основных документах, необходимых для въезда/ выезда и для получения визы;
- ✓ Об обычаях местного населения, о религиозных обрядах, святынях, памятниках природы, истории, культуры и других объектах показа, находящихся под особой охраной, о состоянии окружающей природной среды страны;
- ✓ О порядке доступа к туристским ресурсам с учетом принятых в стране (месте) временного пребывания ограничительных мер;
- ✓ Об опасностях, с которыми потребитель может встретиться в ходе путешествия, о необходимости проходить профилактику в соответствии с международными медицинскими требованиями, если потребитель предполагает совершить путешествие в страну (место), в которой он может подвергнуться повышенному риску инфекционных заболеваний;
- ✓ О возможных рисках и их последствиях для жизни и здоровья потребителя, если потребитель предполагает совершить путешествие с прохождением маршрутов, представляющих повышенную опасность для его жизни и здоровья (горная и труднопроходимая местность, спелеологические и водные объекты, занятие экстремальными видами туризма и спорта и др.);
- ✓ О необходимости самостоятельной оплаты туристом медицинской помощи в экстренной и неотложной формах, оказанной ему в стране временного пребывания, включая медицинскую эвакуацию туриста в страну проживания, о возвращении тела (останков) туриста, в случае отсутствия у туриста договора добровольного страхования (страхового полиса), условиями которого предусмотрена обязанность страховщика осуществить оплату и (или) возместить расходы на оплату медицинской помощи в экстренной и неотложной формах, оказанной туристу в стране временного пребывания;
- ✓ Об условиях договора добровольного страхования, которыми предусмотрена обязанность страховщика осуществить оплату и (или) возместить расходы на оплату медицинской помощи в экстренной и неотложной формах, оказанной туристу в стране временного пребывания, включая медицинскую эвакуацию туриста, о страховщике, об организациях, осуществляющих по договору со страховщиком оказание медицинской помощи в экстренной и неотложной формах в стране временного пребывания, включая медицинскую эвакуацию туриста, ее оплату, и организацию возвращения тела (останков) туриста, а также о порядке обращения туриста в связи с наступлением страхового случая (о месте нахождения,

номерах контактных телефонов страховщика, иных организаций), если договор добровольного страхования заключается в пользу туриста исполнителем от имени страховщика;

✓ О таможенных, пограничных, медицинских, санитарно-эпидемиологических и иных правилах в объеме для совершения путешествия;

✓ О месте нахождения, почтовых адресах и номерах контактных телефонов органов государственной власти Российской Федерации, дипломатических представительств и консульских учреждений РФ, находящихся в стране (месте) временного пребывания, в которые потребитель может обратиться в случае возникновения в стране чрезвычайных ситуаций, иных обстоятельств, угрожающих безопасности его жизни и здоровья, и в случаях возникновения опасности причинения вреда имуществу потребителя;

✓ Об адресе (месте пребывания) и номере контактного телефона в стране (месте) временного пребывания руководителя группы несовершеннолетних граждан, если организован выезд группы несовершеннолетних граждан без сопровождения родителей, усыновителей, опекунов или попечителей;

✓ О национальных и религиозных особенностях страны (места) временного пребывания;

✓ О возможности потребителя добровольно застраховать риски, связанные с совершением путешествия и не покрываемые договором страхования ответственности туроператора либо банковской гарантией, а также с ненадлежащим исполнением туроператором обязательств по договору о реализации туристского продукта;

✓ О возможности туриста обратиться за оказанием экстренной помощи с указанием сведений об объединении туроператоров в сфере выездного туризма и о способах связи с ним (номеров телефонов, факсов, адреса электронной почты) и других сведений;

✓ О возможности потребителя обратиться с письменным требованием о возмещении реального ущерба, понесенного туристом в результате неисполнения туроператором обязательств по договору о реализации туристского продукта, за счет средств фонда персональной ответственности туроператора (в случае, установленном частью десятой статьи 11⁶ Федерального закона "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации");

✓ О переходе к объединению туроператоров в сфере выездного туризма принадлежащего потребителю права требования о выплате страхового возмещения по договору страхования ответственности туроператора к страховщику либо об уплате денежной суммы по банковской гарантии в пределах суммы понесенных объединением туроператоров в сфере выездного туризма расходов на оказание экстренной помощи туристу;

✓ О возможности потребителя получить сведения из единой информационной системы электронных путевок, в порядке и срок, которые установлены правилами функционирования единой электронной системы электронных путевок, утвержденными Правительством Российской Федерации, в том числе в целях защиты своих прав.

Если исполнитель турагент (субагент), он обязан сообщить потребителю дополнительно к вышеуказанной информации следующее:

✓ О том, что турагент полномочен совершать юридические и фактические действия по реализации турпродукта;

✓ О том, что лицом, оказывающим потребителю услуги по договору о реализации турпродукта, является туроператор;

✓ При наступлении страхового случая о возможности потребителя обратиться с письменным требованием о выплате страхового возмещения по договору страхования ответственности туроператора или об уплате денежной суммы по банковской гарантии непосредственно к организации, предоставившей финансовое обеспечение ответственности туроператора.

По требованию потребителя турагент предоставляет потребителю информацию о дате, номере, сроке действия и существенных условиях договора, заключенного между туроператором и турагентом, на основании которого турагент (посредник) реализует туристский продукт, сформированный туроператором.

Аналогично по требованию потребителя субагент предоставляет потребителю информацию о договоре между турагентом и субагентом о передаче поручения туроператора на реализацию туристского продукта туроператора.

В случае возникновения обстоятельств, свидетельствующих о возникновении в стране временного пребывания туристов угрозы безопасности их жизни и здоровью, турист вправе потребовать расторжения договора о реализации туристского продукта или его изменения.

При расторжении договора до начала путешествия туристу возвращается денежная сумма, равная общей цене туристского продукта, а после начала путешествия - ее часть в размере, пропорциональном стоимости не оказанных туристу услуг. Вред, причиненный жизни или здоровью потребителя вследствие необеспечения безопасности, подлежит возмещению в полном объеме.

Как правило, российские туристы не привыкли внимательно изучать договор с турфирмой до того, как его подписать, своевременно не интересуются своими правами и обязанностями. Прежде чем подписывать договор, надо внимательно изучить его. У потребителя есть право предложить турфирме изменить какие-то положения договора или дополнить его.

До заключения договора потребителю необходимо:

- ✓ проверить наличие обязательных сообщений об угрозе безопасности туристов (экскурсантов) в стране (месте) временного пребывания **на официальном сайте Министерства экономического развития Российской Федерации (<https://www.economy.gov.ru/>) и в средствах массовой информации;**
- ✓ изучить дополнительную информацию **о политической обстановке, климатических условиях, законодательстве, национальных и религиозных особенностях страны (места) пребывания на официальных сайтах, в т.ч. в офисе турфирмы и у туроператора.**

Договор заключается в письменной форме и должен включать существенные условия: сведения о наименовании, местонахождении, почтовом адресе, реестровом номере туроператора; размере финансового обеспечения; номере, дате и сроке действия страхования ответственности туроператора или банковской гарантии; наименовании и местонахождении (почтовом адресе) организации, предоставившей финансовое обеспечение; порядке и сроках предъявления требований о выплате страхового возмещения либо об уплате денежной суммы по банковской гарантии, а также информацию об основаниях для осуществления таких выплат, способах связи с туроператором.

Исполнитель обязан предоставить потребителю туристский продукт, качество которого соответствует обязательным требованиям, установленным федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, а также договору о реализации туристского продукта.

Исполнитель не вправе без согласия потребителя оказывать дополнительные услуги за плату. Потребитель вправе отказаться от оплаты таких услуг, а если они оплачены, потребитель вправе потребовать от исполнителя возврата уплаченной суммы.

Исполнитель обязан не позднее 24 часов до начала путешествия передать потребителю документы, удостоверяющие право туриста на услуги, входящие в туристский продукт, в том числе

- ✓ билет, подтверждающий право на перевозку (в т.ч. чартерную) до пункта назначения и обратно либо по иному маршруту, согласованному в договоре;
- ✓ ваучер, подтверждающий право на размещение;
- ✓ заключенный в пользу туриста **договор добровольного страхования (страховой полис),** соответствующий требованиям статьи 17 Закона "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации" (если такой договор заключен исполнителем от имени страховщика),
- ✓ а также договор о реализации туристского продукта.

При оформлении билета в электронном виде потребителю выдается выписка из автоматизированной системы, содержащей сведения о перевозках.

Предоставление потребителю указанных документов в поздние сроки возможно **в случае заключения договора о реализации туристского продукта менее чем за 24 часа до начала путешествия либо при наличии соответствующего согласия потребителя.**

Каждая из сторон договора о реализации туристского продукта вправе потребовать его изменения или расторжения в связи с существенными изменениями обстоятельств, из которых исходили стороны при заключении договора о реализации туристского продукта.

К существенным изменениям обстоятельств относятся:

- ✓ ухудшение условий путешествия, указанных в договоре о реализации туристского продукта;
- ✓ изменение сроков совершения путешествия;
- ✓ непредвиденный рост транспортных тарифов;
- ✓ невозможность совершения потребителем поездки по независящим от него обстоятельствам (болезнь потребителя, отказ в выдаче визы и т.п.).

Претензии к качеству туристского продукта предъявляются туроператору в письменной форме в течение 20 дней с даты окончания действия договора о реализации туристского продукта и подлежат рассмотрению в течение 10 дней с даты получения претензий.

По договору, заключенному турагентом (субагентом), ответственность за неказание или ненадлежащее оказание потребителю услуг турпродукта, несет туроператор.

Потребитель, если ему не предоставлена возможность незамедлительно получить при заключении договора информацию о туристском продукте, вправе потребовать от исполнителя возмещения убытков, причиненных необоснованным уклонением от заключения договора, а если он заключен - в разумный срок отказаться от его исполнения и потребовать возврата уплаченной за услуги суммы и возмещения других убытков.

Согласно Закону "О защите прав потребителей" статьи 31 Сроки удовлетворения отдельных требований потребителя - **Требования потребителя о возврате уплаченной за услугу денежной суммы и возмещении убытков, причиненных в связи с отказом от исполнения договора подлежат удовлетворению в десятидневный срок со дня предъявления соответствующего требования.**

Если отдых оказался испорченным по вине туроператора (указанные в договоре услуги не были оказаны, или были ненадлежащего качества), **то имеете право требовать: соразмерного уменьшения стоимости услуги, полного возмещения убытков, компенсации морального вреда, выплаты неустойки.**

При возникновении чрезвычайных ситуаций, туристу необходимо **незамедлительно сообщить в посольство или консульство Российской Федерации, представителю туроператора (турагента) о себе, своих близких, знакомых людях по номерам телефонов, указанных в договоре о реализации туристского продукта.**

В случае банкротства, неисполнения или ненадлежащего исполнения туроператором обязательств по договору из-за неплатежеспособности туроператора туристу, находящемуся в иностранном государстве, оказывается **безвозмездно экстренная помощь.**

Мероприятия по оказанию такой помощи туристам осуществляет объединение туроператоров в сфере выездного туризма (Ассоциация «Объединение туроператоров в сфере выездного туризма «ТУРПОМОЩЬ», адрес: 101000, г. Москва, ул. Мясницкая, д. 47, телефоны: 8(499) 678-12-03, 8 (800) 250-42-04 (круглосуточно) за счет средств формируемого им компенсационного фонда; Email: secretary@tourpom.ru; официальный сайт www.tourpom.ru. Правила оказания экстренной помощи туристам утверждены Постановлением Правительства РФ от 11.08.2020 N 1209.

Экстренную помощь туристу оказывают на основании его обращения, направленного любым способом (телефонный звонок, электронная почта и т.д.) и включает в себя мероприятия по перевозке туриста, обеспечение его размещения (временного проживания), организация питания, обеспечение хранения багажа, предоставление неотложной медицинской и правовой помощи.

Отличие экстренного случая от страхового случая. Экстренный случай возникает по вине туроператора и право на получение экстренной помощи реализуется только при невозможности оплатить туроператором такие расходы в связи с банкротством. Например, турист, находящийся за границей обнаружил, что туроператор не перечислил денежные средства за проживание.

Страховой случай-это совершившиеся с туристом неожиданные события, предусмотренные договором страхования. Например, медицинское страхование (внезапная болезнь или смерть от заболевания за границей), страхование от несчастных случаев, страхование гражданской ответственности (причинение вреда жизни, здоровью, имуществу третьих лиц), потеря багажа.

**Контроль за соблюдением
Правил оказания услуг по реализации туристского продукта
осуществляется Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и
благополучия человека**

Консультационный пункт по вопросам защиты прав потребителей
и санитарно-эпидемиологического благополучия населения
Зеленодольского филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Республике Татарстан (Татарстан)», Врач по общей гигиене Н.А. Александрович

ПАМЯТКА ТУРИСТА

1. Не принимайте решение о покупке турпутевки спонтанно, особенно в нестационарных местах продаж. Следуйте простому правилу, что договор лучше заключить в офисе, информация о котором есть в публичном доступе, в т.ч. на сайте туроператора. Обратите внимание на обстановку в офисе: фирмы «однодневки», как правило, и выглядят так, словно заехали в помещение вчера и на днях съедут.
2. При заключении договора через интернет свяжитесь по электронной почте или по телефону с туроператором, уточните информацию о турагенте, и возможность заключения договора напрямую, без посредников (что поможет сэкономить денежные средства, если такая возможность есть у туроператора).
3. Проверка туроператора, турагента или гостиницы обязательно **должна происходить до заключения договора**. Обратите внимание, что вы можете проверить контрагента в специальных актуальных реестрах: **Единый Федеральный реестр туроператоров, Реестр турагентов, Реестр гостиниц**. **Положительные отзывы на специализированных сайтах могут быть накрученными**. Обязательно посмотрите аккаунты приглянувшихся турфирм в соцсетях, где в комментариях без труда можно найти реальные истории и доказательства желания помочь клиенту решить возникшие проблемы с качеством услуг.
4. К сожалению, до сих пор встречаются просьбы от контрагента (сотрудник турагента, гостиницы, перевозчика) перевести деньги на карту физического лица (по номеру телефона или номеру банковской карты). **Оплачивайте договор только официальными способами, получите чек (бумажный или электронный), при сомнениях – проверьте кассовый чек специальным приложением от Федеральной налоговой службы**.
5. Если есть сомнения в работе турагента (посредник в заключение договора) **свяжитесь с туроператором, уточните, все ли в порядке с туром**.
6. Следите за внедрением сервиса «Электронная путевка», который уже работает в тестовом режиме. После подключения всех туроператоров к данной системе **любой потребитель сможет проверить законность продажи тура по уникальному идентификационному номеру**, а контролирующие органы смогут отслеживать ключевые параметры деятельности участников туристического рынка и необходимость принятия мер по оказанию экстренной помощи туристам. **При заключении договора в письменной форме, в том числе в виде электронного документа, основные данные о туристах и поездке будут отражать в виде QR-кода**.
7. Если при покупке тура у вас есть конкретные пожелания (уровень размещения и комфорта, близость к морю или объектам инфраструктуры, трансфер, услуги гида, переводчика, экскурсии, дополнительное питание и т.п.) или вам рассказывают о преимуществах того или иного продукта, **обязательно попросите менеджера продемонстрировать в какой части договора зафиксированы эти условия или договоренности**.
8. **Старайтесь заранее так планировать отдых, чтобы свести к минимуму возможные причины его срыва** (не согласован отпуск по месту работы, поменялись планы у других участников путешествия, не удалось оформить загранпаспорт или визу, урегулировать другие обстоятельства, которые угрожали личным планам). Отказаться от тура можно в любой момент до наступления срока исполнения

договора. Однако помните, что в случаях угрозы вашей безопасности (извержения вулканов, революции, стихийные бедствия, эпидемии) вам вернут полную стоимость туристской путевки при отказе от нее до начала путешествия. В иных случаях односторонний отказ от туристского продукта в любое время возможен при условии компенсации туроператору (турагенту) фактически понесенных ими расходов, которые они должны доказать.

9. В сфере туризма используется типовая форма договора о реализации туристского продукта, заключаемого между исполнителем и потребителем, которая утверждена Приказом Ростуризма от 27.11.2020 № 448-Пр-20.

Обратите внимание, что при прочтении договора (и приложений к нему) должно сложиться полное понимание, какой набор услуг оплачен. Указываются сведения о программе пребывания, маршруте и условиях путешествия, о гостинице или ином средстве размещения, любых дополнительных услугах. Подписывайте договор только после уточнения, что все необходимые параметры путешествия отражены в документе.

10. Перед выездом в другую страну желательно сделать необходимые профилактические прививки. Имейте в виду, что прививки необходимо сделать заранее, в некоторых случаях, за 3 месяца до поездки. Перед путешествием рекомендуем сделать копии или фото всех важных документов (паспорт, водительское удостоверение, необходимые справки, свидетельства и т.д.).

11. Претензии к качеству туристического продукта предъявляются туроператору в письменной форме в течение 20 дней с даты окончания действия договора о реализации туристического продукта и подлежат рассмотрению в течение 10 дней с даты получения претензий. Рекомендуем делать это незамедлительно, а при наличии проблем с услугами делать необходимые фотографии и видео на месте, обмениваться контактами со свидетелями.

12. Тематические памятки для туристов размещены также на информационном портале Роспотребнадзора для потребителей. Из них вы сможете узнать о порядке получения экстренной помощи и возмещения убытков, рекомендации по сохранению здоровья для выезжающих в туристические поездки, по расторжению договора о реализации туристского продукта, выбору туроператора, организации детского отдыха, сведения о своих правах при задержке авиарейса и потере багажа, о правах туриста, в случае неисполнения или ненадлежащего исполнения договора на туристское обслуживание, о правилах возврата средств, уплаченных за авиабилет и ответы на иные типовые вопросы.

Если вы столкнулись с нарушением своих прав как потребитель, вы можете подать обращение через специальную форму на официальном сайте Роспотребнадзора <https://petition.rospotrebnadzor.ru/petition/>

или позвонить по телефону в Единый консультационный центр по телефону 8-800-555-49-43 (звонок бесплатный).

Памятка для туристов о профилактике инфекционных заболеваний

В Федеральной службе по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека разработана Памятка по сохранению здоровья для выезжающих в туристические поездки.

В странах Евразии, Африки, Южной Америки, Океании с экваториально-тропическим климатом широко распространены инфекционные и паразитарные заболевания, многие из которых не встречаются или стали редкими в Российской Федерации. Теплый влажный климат способствует длительному выживанию микроорганизмов в окружающей среде, активному выплоду насекомых и гельминтов.

Чаще всего инфекционные и паразитарные заболевания передаются через воду, загрязненные и недостаточно обработанные продукты питания, кровососущих насекомых (комаров, блох, слепней, moskitov, мошек, клещей и других), при контакте с больным человеком или загрязненным объектом окружающей среды, половым путем.

Тропические инфекции часто сопровождаются поражением кишечника, кожи, глаз, различных систем и органов человека, нередко протекают в тяжелой форме и трудно поддаются лечению.

Кроме того, в странах с жарким климатом имеется множество ядовитых растений и животных, способных нанести существенный и непоправимый вред здоровью человека.

В целях обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения и санитарной охраны территории Российской Федерации при планировании отдыха в преддверие туристического сезона важно заблаговременно уточнять в территориальных органах Роспотребнадзора и у туроператоров сведения об эпидемиологической ситуации в стране планируемого пребывания.

Роспотребнадзор рекомендует соблюдать меры личной профилактики инфекционных и паразитарных заболеваний в период подготовки к путешествию, во время пребывания за границей, а также после возвращения из поездки.

Перед тем как отправиться в путешествие, следует подумать, насколько состояние здоровья позволяет вам пребывать в той или иной стране. Перед поездкой необходимо пройти медицинский осмотр и получить заключение врача. С особым вниманием к рекомендациям медиков следует отнестись страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам и родителям с малолетними детьми.

Обращаем ваше внимание на то, что в странах Азии, Африки и Южной Америки регистрируются заболевания холерой, чумой, желтой лихорадкой, малярией, тропическими гельминтозами. Кроме того, отмечается повсеместное распространение ВИЧ-инфекции, в том числе в странах Европы.

Чтобы отдых был полезным и в целях профилактики инфекционных и паразитарных заболеваний необходимо соблюдать меры предосторожности, чтобы не допустить заражения и последующего развития заболевания:

- ✓ употреблять для еды только ту пищу, в качестве которой вы уверены; соблюдать индивидуальность использования столовой посуды во время еды; фрукты, овощи хорошо промывать кипяченой или бутилированной водой;
- ✓ мясо, рыба, морепродукты должны обязательно 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;
- ✓ употреблять для питья только гарантированно безопасную воду и напитки (бутилированную или кипяченую воду, питьевую воду и напитки в фабричной упаковке, кипяченую воду); нельзя употреблять лед, приготовленный из сырой воды;
- ✓ перед едой следует всегда тщательно мыть руки с мылом; строго соблюдать правила личной гигиены;
- ✓ купаться только в бассейнах и специальных водоемах; при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот;

- ✓ помещение, в котором проживаете, должно быть недоступно для комаров (москитные сетки, полога, инсектицидные средства); в целях защиты от укусов насекомых рекомендуется одевать на прогулки, в сумеречное и вечернее время, одежду с длинными рукавами, брюки, длинное платье; на открытые части тела обязательно наносить репелленты (отпугивающие насекомых средства);
- ✓ в случае обнаружения присасывания клещей, следов укусов кровососущих насекомых, появления высыпаний или любых других кожных проявлений немедленно обратиться к врачу;
- ✓ срочно обратиться к врачу-инфекционисту при ухудшении состояния здоровья на отдыхе и по возвращению из поездки.

Информация об основных путях передачи и мерах профилактики об инфекционных болезнях, имеющих международное значение

Чума. Источник инфекции - больные животные и больной человек. Переносчиками чумы являются блохи, клещи. Опасность для человека представляют больные чумой верблюды и дикие промысловые животные (зайцы, лисы), также сырье животного происхождения, полученное от них.

Период с момента заражения до появления первых симптомов (инкубационный период) составляет 6 дней. Заболевание начинается с подъема температуры тела до 39 и выше, слабости, головной и мышечной боли, нарушения сознания, тошноты, иногда рвоты.

Поэтому лица, выезжающие на территорию, неблагополучную по чуме (Конго, Южная и Северная Америка, Тибет, Южные и Западные регионы Казахстана, Алтай, Забайкалье, Нижнее Поволжье, Тянь – Шань, Памир), должны за 2-3 недели получить прививку.

Холера. Географическая распространенность – по данным ВОЗ - Азия (Индия, Япония, Филиппины), Африка (Бенин, Бурунди, Гвинея, Зимбабве, Камерун, Конго, Малави, Мозамбик, Нигер, Сенегал, Танзания, Уганда, Чад).

Источник инфекции – больной человек или носитель. Из организма человека возбудитель выделяется с испражнениями и рвотными массами. Заражение возможно при употреблении недоброкачественной воды, невымытых овощей и фрукты, также предметы обихода.

Инкубационный период составляет 3 – 5 дней. Для холеры характерен жидкий стул, рвота. Каловые массы напоминают рисовый отвар. Постепенно у больного нарастает слабость, головокружение. Быстро развивается обезвоживание организма, температура обычно нормальная или понижена. Холера может проявляться и легким расстройством кишечника.

Заболевание можно предупредить, соблюдая правила личной гигиены, мыть руки с мылом перед едой, после посещения туалетов, обливать крутым кипятком овощи и фрукты, употреблять кипяченую воду.

Желтая лихорадка. Распространенность желтой лихорадки - страны Южной Америки, Африки (Гвинея, Камерун). Источник инфекции – обезьяны и больной человек.

Заражение происходит через укусы комаров. Инкубационный период болезни 3-6 дней, может быть 9-10 дней. Заболевание может протекать в легкой или бессимптомной форме.

Для желтой лихорадки характерно острое начало, подъем температуры, озноб, головная, мышечная боль, тошнота, рвота, желтуха. Отмечается высокая летальность – от 5 до 50%.

Профилактика – защита от нападения комаров и как специфический метод лицам, выезжающим в страны Южной Америки и Африки, проводится иммунизация живой вакциной.

Клещевой энцефалит - географическая распространенность - Корея, страны Восточной Европы, также Россия, Прибалтика, Казахстан, Белоруссия, Западная Украина, Северный Китай,

Поражается центральная нервная система, что приводит к парезам и параличам. Источник инфекции – мелкие дикие млекопитающие, птицы, крупный и мелкий рогатый скот. Переносчики – иксодовые клещи.

Механизм заражения – через укус инфицированных клещей, а также в результате употребления инфицированного молока.

Инкубационный период длится 3 – 21 дней, чаще 7-14 дней. Болезнь начинается остро с озноба, повышения температуры. Появляется резкая головная боль, боли во всем теле, разбитость, тошнота и рвота, нарушение сна, бред, возбуждение с утратой ориентировки в месте и времени, судороги, эпилептические припадки с потерей сознания.

Профилактика – защита от нападения клещей, вакцинопрофилактика.

Конго – Крымская геморрагическая лихорадка - болезнь встречается в России, Украине, Казахстане, Узбекистане, Болгарии, Югославии, Пакистане, Китае, Центральной, Восточной, Южной Африке.

Источник инфекции – крупный и мелкий рогатый скот, грызуны, дикие млекопитающие.

Механизм заражения - передача вируса возможна с инфицированной кровью больного человека при попадании ее на кожу человека при медицинских манипуляциях.

Инкубационный период – 2-14, чаще 3-5 дней. Заболевание начинается остро с высокой температурой, кровотечениями из носа, половых органов, мест инъекции, появляются мелкие кровоизлияния на коже. Высокая летальность.

Профилактика – защита от клещей, при укусах срочно обращаться за медицинской помощью.

Малярия – инфекционное заболевание, которое передаётся от больного человека здоровому через укусы малярийных комаров, широко распространена в странах, как Африка, Южная Америка, Турция, Пакистан, Индия, Шри Ланка, Китай, Афганистан и т.д, а также в ближнем зарубежье – Азербайджан, Кыргызстан, Узбекистан, Таджикистан, Армения, Туркменистан и др.

Болезнь протекает очень тяжело, с приступами подъёма высокой температуры, ознобом, общим недомоганием, расстройством пищеварительной, нервной и других систем организма.

Наиболее распространенным препаратом для профилактики малярии является далагил (хлорохил), приём которого следует начинать за неделю до выезда в страну неблагоприятную по малярии. В период пребывания в неблагополучной стране указанная доза препарата принимается 1 раз в неделю. Обратитесь перед выездом по месту жительства в поликлинику для консультации и рекомендации по приему препарата к врачу -инфекционисту.

Малярийные комары нападают на человека чаще в вечернее и ночное время.

При возвращении домой обязательно, незамедлительно сообщите врачу о прибытии из тропических стран. Приём препаратов надо продолжить в течение 4-х недель после выезда из малярийной местности, т.к. в этот период при отсутствии химиофилактики существует наибольшая вероятность заражения злокачественной формой тропической малярии.

Амебиаз - антропонозная инвазия с фекально-оральным механизмом передачи, характеризуется хроническим рецидивирующим колитом с внекишечными проявлениями. Наиболее часто термин "амёбиаз" применяют к амёбной дизентерии, вызываемой простейшим паразитом *Entamoebahistolytica*. Болезнь распространена в странах с жарким климатом, это Мексика и Индия.

Источником заражения является только человек, больной амёбиазом или носитель амёб. Заражение происходит при употреблении инфицированных цистами воды и свежих овощей и зелени. Цисты могут дополнительно распространяться тараканами и мухами. В теплой влажной среде цисты паразитов способны выживать 2-4 недели.

Клиника - через 7-10 дней (иногда позднее) после заражения появляются первые неспецифические симптомы - слабость, боли в нижних отделах живота, невысокая температура.

Соблюдайте обычные меры личной гигиены, также кипятите воду, которую собираетесь пить, как минимум 10 минут (особенно если вода в районе считается небезопасной). Для лиц, пребывающих в эпидемиологически неблагополучном регионе, предусматривают проведение индивидуальной химиофилактики препаратами универсального амебоцидного действия.

Лихорадка Денге - это передаваемая комарами вирусная инфекция, представляет собой весьма мучительное, изнуряющее заболевание, распространена в тропических и субтропических районах мира. В зоне высокого риска находятся Юго-Восточная Азия (Таиланд, Камбоджа,

Вьетнам, Филиппины, Индонезия), страны Латинской Америки и Карибского бассейна, Восточное Средиземноморье (Испания, Кипр, Греция), Африка.

Источником инфекции являются больной человек, обезьяны, реже белки и летучие мыши. Заболевание начинается внезапно, среди полного здоровья появляются озноб, боли в спине, позвоночнике, суставах (особенно коленных, появлением сильной головной боли, сыпи. Лихорадка наблюдается у всех больных, температура тела быстро повышается до 39-40°C.

Пока не разработана вакцина против лихорадки Денге, поэтому оптимальным способом избежать инфицирования является борьба с комарами. На прогулки, в сумеречное и вечернее время следует одевать одежду с длинными рукавами, брюки, длинное платье. На открытые части тела следует наносить репелленты (отпугивающие насекомых средства), выпускаемые в виде кремов, лосьонов, спреев и др. Ими можно пропитывать одежду, противомоскитные сетки и полога.

По возвращении из неблагополучных по лихорадке Денге стран, при любом повышении температуры тела необходимо обратиться к врачу.

Геморрагическая лихорадка Эбола- редкое, крайне опасное заболевание с уровнем смертности до 90 %, вирус Эбола передается среди людей путем передачи от человека человеку при тесном контакте (через нарушения кожного покрова или слизистую оболочку) с кровью, выделениями, органами или другими жидкостями организма инфицированных людей, а также при тесном контакте с инфицированным биологическим материалом животных. Инкубационный период -2 - 21 день.

Заболевание начинается остро с повышения температуры до 39°C, общей слабости, сильной головной боли, появляются боли в области шейных и поясничных мышц и мышцах ног, развивается конъюнктивит. На 2-3 день болезни появляются боли в животе, рвота и понос. Через несколько дней стул становится дегтеобразным или содержит яркую кровь. На 4-7 день болезни развиваются геморрагический синдром (кровотечения из носа, десен, ушей, мест шприцевых уколов, кровавая рвота, мелена) и тяжелая ангина. Смерть наступает на 8-9 день болезни от кровопотери и шока. Выздоровление при данной инфекции очень длительное.

Специального лечения геморрагической лихорадки Эбола или вакцины против неё до сих пор не существует.

Единственным способом снижения уровней инфицирования людей является повышение осведомленности о факторах риска инфицирования и о защитных мерах, которые следует принимать.

Ближневосточный респираторный синдром (БВРС) является вирусным респираторным заболеванием, вызванным новым коронавирусом (БВРС-КоВ)

Первые симптомы неотличимы от обычной простуды - высокая температура, кашель и одышка. При тяжелом течении болезни может наступить остановка дыхания.

БВРС-КоВ является зоонозным вирусом, который передается от животных человеку, и при тесном контакте от человека к человеку, при оказании инфицированному пациенту медицинской помощи без средств защиты. Продолжающаяся вспышка болезни в Республике Корея — крупнейшая вспышка за пределами Ближнего Востока — вызывает обеспокоенность, но фактических данных об устойчивой передаче инфекции от человека человеку в Республике Корея нет.

В настоящее время не существует ни конкретного лечения, ни вакцины от этой болезни. В качестве общей меры предосторожности всем, следует соблюдать общие меры гигиены.

Менингококковый менингит или менингоэнцефалит отличается внезапностью заболевания: мучительными головными болями, рвотой, ознобом, лихорадкой (температура может достигать 39-41 градусов С), возбуждением, двигательным беспокойством. Люди могут назвать не только день, но час, когда все началось. Возможны бред, возбуждение, судороги.

Опасная форма инфекции – менингококковый сепсис или менингококцемия, когда менингококк в крови в огромных количествах выделяет токсины. Под их воздействием происходит множественная закупорка мелких сосудов, нарушается свертываемость крови, на теле

появляются множественные кровоизлияния в виде появления звездчатой сыпи, уже через несколько часов после начала болезни происходит кровоизлияние в надпочечники, резко падает артериальное давление и человек погибает.

Обратиться к врачу необходимо немедленно, когда на фоне любой инфекционной болезни - ОРЗ, ветрянки, кори, свинки, краснухи, "лихорадки" и т.п. - появляется интенсивная сильная головная боль, сопровождающаяся тошнотой и рвотой, которая беспокоит больше, чем все остальные симптомы, как на фоне повышенной температуры тела имеются боли в спине и шее, усиливающиеся при движении головы, сонливость, спутанное сознание, тошнота, рвота, судороги любой интенсивности и любой продолжительности; у детей первого года жизни - лихорадка + монотонный плач + выбухание родничка; любая сыпь на фоне повышенной температуры – это менингококцемия. Помните – при менингококцемии счет идет не на часы, а на минуты.

Менингококковая инфекция передается воздушно-капельным путем. Поэтому чтобы избежать заражения этой инфекцией необходимо больше бывать на свежем воздухе, остерегаться посещения мест скопления и путешествий в потенциально опасные регионы. В помещении, где находился больной, необходимо произвести обработку дезинфицирующими средствами, влажную уборку и проветривание.

Существует специфическая мера профилактики- это вакцинация против менингококковой инфекции (серогрупп ACWY), которая проводится на платной основе и не входит в календарь прививок. Эту прививку также рекомендуют в период эпидемий первокурсникам, живущим в общежитии, солдатам-новобранцам, больным определёнными заболеваниями иммунной системы, а также туристам, путешествующим в страны, где периодически возникают эпидемии. Но обязательным контингентом для вакцинации являются паломники, выезжающим в Саудовскую Аравию.

Консультационный пункт по вопросам защиты прав потребителей
и санитарно-эпидемиологического благополучия населения
Зеленодольского филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Республике Татарстан (Татарстан)», Врач по общей гигиене Н.А. Александрович



ХОЛЕРА



Холера – опасная инфекционная болезнь с выраженным поражением желудочно-кишечного тракта (диарея, рвота). Ее вызывают холерные вибрионы, которые хорошо сохраняются в воде, некоторых продуктах питания без достаточной термической обработки (рыба, морепродукты, молоко и молочные продукты). При отсутствии лечения может за несколько часов приводить к смерти



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:

С момента заражения до появления первых признаков заболевания может проходить от 2-10 часов до 5 суток.

Различают **легкое течение холеры**, при которой жидкий стул и рвота могут быть однократными.

Для **среднетяжелого течения холеры** характерно острое начало с появлением обильного стула, иногда может предшествовать рвота.

Тяжелое течение холеры

характеризуется выраженной степенью обезвоживания. У больных частый обильный водянистый стул, рвота, выраженные судороги мышц. Больные жалуются на выраженную слабость, неутолимую жажду.

КАК МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ?

Заболеть можно:

- при использовании для питья и других нужд необеззараженной воды открытого водоема;
- при купании в открытом водоеме и заглатывании воды;

- при употреблении в пищу слабосоленой рыбы домашнего изготовления, креветок, раков, крабов, морской капусты и других продуктов с недостаточной термической обработкой;
- при употреблении в пищу овощей и фруктов, привезенных из неблагополучных по холере районов;
- при работе на открытых водоемах (водоплазы, рыбаки), обслуживании канализационных и водопроводных сооружений;
- при контакте с человеком больным холерой (подозрительным на заболевание холерой) через предметы быта (посуда, полотенце, постельное белье и пр.);
- при уходе за больным с острыми кишечными инфекциями;
- при несоблюдении правил личной гигиены.

Наибольшему риску подвержены лица, выезжающие в страны неблагополучные по холере.

ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЯ:

1. Употребление только кипяченой или специально обработанной (бутилированной) питьевой воды.
2. Термическая обработка пищи, соблюдение температурных режимов хранения пищи.
3. Тщательное мытье овощей и фруктов безопасной водой.
4. В поездках следует особое внимание уделять безопасности воды и пищевых продуктов, избегать питания с уличных лотков.
5. Обеззараживание мест общего пользования.

6. Соблюдение правил личной гигиены (тщательное мытье рук, особенно перед едой и после посещения туалета, использование средств санитарии).
7. Купание в водоемах только в разрешенных для этого местах. При купании не допускать попадания воды в полость рта.
8. При выезде в страны неблагополучные по холере нельзя купаться в водоемах.
9. При выезде в страны неблагополучные по холере рекомендуется вакцинация против холеры.



ВНИМАНИЕ ТУРИСТАМ!

Территории, где регистрировались заболевания холерой с 2010 по 2022 гг.:

Азия: Индия, Непал, Бангладеш, Ирак, Йемен, Филиппины, Афганистан.

Африка: Сомали, Танзания, Уганда, Бурунди, Кения, Эфиопия, Малави, Зимбабве, Мозамбик, Замбия, Ангола, Демократическая Республика Конго, Камерун, Судан, Южный Судан, Гана, Кот-д'Ивуар, Либерия, Нигерия, Нигер, Сьерра Леоне.

Америка: Гаити, Доминиканская Республика.



ВАЖНО!

При появлении симптомов нарушения работы желудочно-кишечного тракта (понос, рвота), особенно при возвращении из стран, где регистрировались случаи заболевания холерой, следует незамедлительно вызвать скорую помощь.

Подробнее на www.rosпотребнадзор.ru



ПРАВИЛА МЫТЬЯ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ

КАК БАКТЕРИИ ПОПАДАЮТ НА ОВОЩИ И ФРУКТЫ?



из воды, которая использовалась для орошения



из органических удобрений



из помёта птиц и животных

КАКИЕ БАКТЕРИИ ПРЕДСТАВЛЯЮТ НАИБОЛЬШУЮ ОПАСНОСТЬ?



САЛЬМОНЕЛЛА



КИШЕЧНАЯ ПАЛОЧКА



ЛИСТЕРИЯ



ВЫМЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ



УБЕДИТЬСЯ, ЧТО ПОСУДА, РАКОВИНА, РАЗДЕЛОЧНЫЕ ДОСКИ, КОТОРЫЕ БУДУТ ИСПОЛЬЗОВАТЬСЯ, ЧИСТЫЕ



ФРУКТЫ ИЛИ ОВОЩИ, КОТОРЫЕ БУДУТ ОЧИЩЕНЫ ОТ КОЖУРЫ (БАНАНЫ, АПЕЛЬСИНЫ), ТАКЖЕ НАДО МЫТЬ ДО ОЧИСТКИ!



ФРУКТЫ С ПЛОТНОЙ КОЖУРОЙ (ЯБЛОКИ, ЛИМОНЫ, ГРУШИ) И КОРНЕПЛОДЫ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, СВЕКЛА) ЛУЧШЕ МЫТЬ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МЯГКОЙ ЩЁТКИ



ЗЕЛЕНЬ, САЛАТ, ЛУК-ПОРЕЙ И ОВОЩИ СЕМЕЙСТВА КРЕСТОЦВЕТНЫХ ПОГРУЗИТЬ В МИСКУ С ПРОХЛАДНОЙ ВОДОЙ, ПРОМЫТЬ И ЕЩЁ РАЗ ОПОЛОСНУТЬ ПРОТОЧНОЙ ВОДОЙ



НЕЖНЫЕ И ХРУПКИЕ ПРОДУКТЫ (ЯГОДЫ, ГРИБЫ) ПРОМЫТЬ ПОД СТРУЕЙ ВОДЫ С ЛЁГКИМ ТРЕНИЕМ, ИСПОЛЬЗУЯ ПАЛЬЦЫ ДЛЯ УДАЛЕНИЯ ПЕСКА



ПОСЛЕ МЫТЬЯ УДАЛИТЬ ОСТАТКИ ВЛАГИ БУМАЖНОЙ ИЛИ ТКАНЕВОЙ САЛФЕТКОЙ (ЯГОДЫ УДОБНЕЕ СУШИТЬ, РАЗЛОЖИВ НА ПОЛОТЕНЦЕ, ТАК ОНИ НЕ ПОВРЕДЯТСЯ)



КАК МЫТЬ:

ЧТО МЫТЬ:



ЛЮБЫЕ СВЕЖИЕ ФРУКТЫ, ЯГОДЫ И ОВОЩИ, НЕЗАВИСИМО ОТ ТОГО, ГДЕ ОНИ БЫЛИ ВЫРАЩЕНЫ ИЛИ ПРИОБРЕТЕНЫ, НАДО ТЩАТЕЛЬНО ВЫМЫТЬ ПЕРЕД ТЕМ, КАК СЪЕСТЬ!

ЧЕМ МЫТЬ:



ЧИСТОЙ ПРОТОЧНОЙ ВОДОЙ (ВОДОПРОВОДНАЯ ВОДА-ОТЛИЧНЫЙ ВАРИАНТ)



НЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ МЫЛО ИЛИ МОЩНОЕ СРЕДСТВО

КОГДА МЫТЬ:



НЕПОСРЕДСТВЕННО ПЕРЕД ЕДОЙ, ОЧИСТКОЙ, НАРЕЗКОЙ ИЛИ ПРИГОТОВЛЕНИЕМ



НЕ МЫТЬ, ЕСЛИ ПЛАНИРУЕТСЯ ХРАНЕНИЕ, ЭТО МОЖЕТ СОЗДАТЬ ВЛАЖНУЮ СРЕДУ, В КОТОРОЙ РОСТ БАКТЕРИЙ БОЛЕЕ ВЕРОЯТЕН

НАСЛАЖДАЙТЕСЬ БЕЗОПАСНЫМИ ОВОЩАМИ И ФРУКТАМИ!

cgon.rosпотребнадзор.ru



Мыть руки с мылом после посещения туалета, перед едой, после смены подгузника у ребенка



Тщательно мыть фрукты и овощи кипяченой или бутилированной водой



Пить бутилированную воду промышленного производства



Не употреблять напитки со льдом



Купаться на специально оборудованных пляжах и/или в бассейнах с контролем обеззараживания воды



Не допускать заглатывания воды при купании



Не посещать с маленькими детьми места массового скопления людей



Избегать контактов с людьми с признаками инфекционных болезней (с сыпью, температурой, кашлем и др.)



Не употреблять продукты, приобретенные в местах стихийной торговли



Защищать пищу от мух

КАК ИЗБЕЖАТЬ ЗАРАЖЕНИЯ ЭНТЕРОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ

При появлении температуры, кашля, насморка, боли в горле, сыпи, головной боли, жидкого стула обращаться за медицинской помощью

ГИГИЕНА ПРОДУКТОВ



Мыть



Овощи



Фрукты



Зелень



Крупы

Термически обрабатывать



Мясо



Рыба, морепродукты



Птица, яйца



Грибы

Перед приготовлением любых продуктов необходимо мыть руки

ЭНТЕРОВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ

- чаще всего встречается летом и осенью
- источник инфекции – больной человек или носитель
- от заражения до первых признаков заболевания проходит 2-10 дней, в среднем – 3-4 дня

Передаётся



Через грязные руки, игрушки, другие предметы



При чихании, кашле



При употреблении в пищу инфицированных продуктов



При купании в инфицированных водоёмах

Симптомы



Сыпь на коже и слизистых



Высокая температура тела



Боль в животе, диарея



Боль в горле

Как защититься



Мыть руки с мылом: после прогулки, перед едой, после туалета



Не контактировать с людьми с признаками инфекции



Пить только бутилированную или кипяченую воду, проверять сроки годности продуктов



Не купаться в стоячих водоёмах, в фонтанах, и в тех местах, где установлена табличка "Купание запрещено"