

[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 ДОСТОВЕРНЫЙ 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

ЕДИННЫЙ 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](http://www.rosпотребнадзор.ru)