

**Вараський ліцей №5 Вараської міської ради**

**Інструкція №192**  
**з охорони праці з профілактики кишкових інфекцій**  
**та масових харчових отруєнь**

**Вараш – 2024**

## Інструкція № 192 з охорони праці з профілактики кишкових інфекцій та масових харчових отруєнь

### 1. Причини кишкових інфекцій

Основними причинами виникнення гострих кишкових інфекцій є:  
елементарне недотримання правил особистої гігієни;  
недотримання технології приготування страв;  
недотримання умов та термінів зберігання сировини та готових страв;  
вживання неякісних харчових продуктів, які містять в собі збудник захворювання, тощо.

### 2. Як уникнути кишкової інфекції, купуючи готову їжу

Не купуйте страви, навіть якщо маєте найменші сумніви щодо безпеки зберігання чи приготування продукту;  
у магазині кладіть готові страви до кошика вже після решти продуктів, які ви хочете придбати. так вони якнайдовше залишатимуться охолодженими;  
не залишайте готову їжу на столі довше ніж на дві години. ні в якому разі не зберігайте їжу, яка залишилася після пікніка;  
ретельно мийте руки з милом перед вживанням їжі, після повернення з вулиці та після кожного відвідування туалету.

### 3. Профілактика кишкових інфекцій: базові правила

Щоби уникнути гострих кишкових інфекцій, дотримуйтесь простих правил.  
*Особиста гігієна – понад усе.* Ретельно мийте руки з милом перед кожним вживанням їжі, після повернення з вулиці та після кожного відвідування туалету.

*Чистота на кухні:*

мийте та тримайте у чистоті всі поверхні та кухонні прилади, що використовуються для приготування їжі;

користуйтеся індивідуальним посудом;

не допускайте комах та тварин до приміщень, де готуєте їжу та зберігаються харчові продукти.

*Готування:*

для обробки сирих продуктів використовуйте окремі кухонні прилади (ножі, дошки для готування тощо);

окремо готуйте і зберігайте сирі та готові до вживання харчові продукти (сире м'ясо, птицю, рибу, овочі, фрукти тощо);

добре проварюйте продукти, особливо м'ясо, птицю, яйця і рибу;

використовуйте харчові продукти, оброблені з метою підвищення їх безпеки, наприклад, пастеризоване молоко;

мийте та обдавайте окропом фрукти і овочі, особливо у разі споживання їх у сирому вигляді;

не вживайте продукти з вичерпаним терміном придатності, використовуйте для приготування їжі тільки свіжі харчові продукти;

не давайте маленьким дітям некип'ячене розливне молоко, сирі яйця тощо.

*Зберігання продуктів:*

дотримуйтесь відповідного температурного режиму при зберіганні харчових продуктів (не залишайте приготовлені харчові продукти при кімнатній температурі більше ніж на 2 години);

при транспортуванні і зберіганні харчових продуктів використовуйте чисту упаковку (поліетилен, контейнери для харчових продуктів тощо).

*Чиста вода:*

використовуйте безпечну воду, не пийте воду з неперевіраних джерел;

вживайте бутильовану воду або охолоджену кип'ячену воду;

не купайтеся в непроточних водоймах, у місцях несанкціонованих пляжів, уникайте заковтування води під час купання.

#### 4. Своєчасна медична допомога

При появі захворювання (підвищення температури тіла, біль голови, інтоксикація, рвота, діарея, біль у животі, висипання на шкірі тощо) треба одразу звертатися до лікаря. Самолікування може призвести до значних ускладнень.

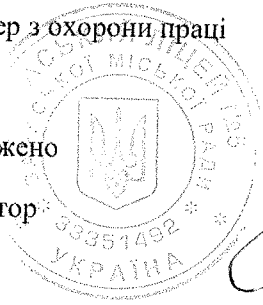
Розробив

Інженер з охорони праці

Олена СТАРИНСЬКА

Погоджено

Директор



Руслан ПАШКО

Погоджено

Голова ПК

Ольга МЕЛЬНИК

З текстом інструкції ознайомлений(а). Один примірник отримав(ла):

28.01.25

Григорук Т. А.

З текстом інструкції ознайомлений(а). Один примірник отримав(ла):

28.01.25

Лобчи Ч. О.

З текстом інструкції ознайомлений(а). Один примірник отримав(ла):

28.01.25

Тарасюк Л. С.

28.01.25.

Мороз О. З.

28.01.2025

Шевчук В. М.

28.01.2025

Тарасюк Л. С.