



ДЕРЖАВНА УСТАНОВА
«ХАРКІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР КОНТРОЛЮ ТА
ПРОФІЛАКТИКИ ХВОРОБ
МІНІСТЕРСТВА ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ»
(ДУ «ХАРКІВСЬКИЙ ОЦКПХ МОЗ»)

ІЗЮМСЬКА ФІЛІЯ

вул. Грабовського, 1, м. Ізюм, Харківська обл., 64300, тел. (05743) 2 44 07
e-mail: izyum.vidcdc@gmail.com код ЄДРПОУ 38496325

24.06.2026 № 30.2/672

Начальнику Управління освіти Ізюмської
міської ради Ізюмського району
Олексію БЕЗКОРОВАЙНОМУ
Начальнику Оскільської сільської військової
адміністрації Геннадію ЗАГОРУЙКУ
Начальнику Куньєвської сільської
військової адміністрації Сергію МОВЧАНУ
Начальнику Управління освіти, культури,
молоді та спорту Барвінківської міської ради
Ізюмського району Харківської області
Наталії ЛИСИЦІ

Для здійснення санітарно-освітньої роботи серед населення прошу Вас поширити серед громадськості на своїх офіційних сайтах, сторінках соціальних мереж та дошок оголошень статтю на тему «Безпечне літо: як уникнути кишкових інфекцій і харчових отруень »

Безпечне літо: як уникнути кишкових інфекцій і харчових отруень

Літо — це про сонце, відпочинок, відпустки, подорожі, стрітфуд, холодні напої! Але разом з тим приходять і ризики: підвищена температура навколишнього середовища сприяє поширенню збудників, які потрапляють в організм людини, переважно, з інфікованою водою та неякісними харчовими продуктами або контактно-побутовим шляхом через брудні руки та предмети побуту. Саме тому влітку зростає кількість випадків гострих кишкових інфекцій (ГКІ) та харчових отруень.

Як не зіпсувати собі літо — розбираємось!

ГКІ – це група інфекційних хвороб, які викликані бактеріями, вірусами, найпростішими або грибками і характеризуються переважним ураженням шлунково-кишкового тракту.

Інкубаційний період складає від кількох годин до 7 днів. Основні клінічні симптоми: нудота, блювання, діарея, біль у животі, підвищена температура тіла, слабкість, пітливість.

Топ ризиків літа, що найчастіше стають причиною захворювання
стрітфуд у сумнівних місцях

молочні продукти, які зберігалися без холодильника

недостатньо термічно оброблені м'ясо та риба

салати з майонезом

вода з неперевічених джерел

лід у напоях (так, це теж ризик!)

Проте є і хороша новина — більшість проблем можна уникнути, виконавши нескладні правила

- завжди мийте руки – перед їжею, після вулиці, туалету, транспорту
- обирайте перевірені місця придбання їжі, якщо торгівельна точка виглядає неохайно – краще пройти повз
- не купуйте їжу на стихійних ринках, уникайте вживання продуктів, які тривалий час знаходилися на сонці
- перевіряйте терміни придатності продуктів
- пийте безпечну воду, фасована або кип'ячена – найкращий варіант!
- завжди носіть з собою вологі серветки або санітайзер
- на пікніках використовуйте термосумки для транспортування і зберігання їжі.

Що робити, якщо вже з'явилися симптоми?

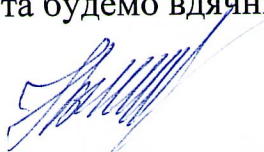
- пийте багато рідини (вода, регідратаційні розчини)
- не займайтеся самолікуванням, зверніться до лікаря!

Отже, безпечне літо — це не про обмеження, а про свідомий вибір. Трохи уваги до гігієни та їжі — і ви збережете не тільки здоров'я, а й усі свої літні плани!

Інформацію про проведенні заходи пропонуємо надати на електронну адресу izumskalabcentr@ukr.net з посиланням на електронні ресурси, де були розміщені інформаційні матеріали до 03.07.2026р.

Сподіваємось на співпрацю та будемо вдячні на зворотну інформацію.

Завідувач філії



Микола ПАЗУШКО

БАРАННИК Олександр 0951871219