

В ближайшие дни столбик термометра поднимется до 38 градусов, метеорологи пророчат жаркое лето. В такую погоду, как известно, продукты портятся особенно быстро. Ежедневно в регионе официально регистрируется по 15-20 случаев острых кишечных инфекций, а сколько граждан не обращаются в лечебные учреждения и справляются с заболеванием собственными силами? Что же делать, чтобы не иметь проблем со здоровьем?

Для микроорганизмов теплая и влажная погода — просто благодать: они начинают активно размножаться. Вы наверняка замечали, что забытый с утра на плите суп к обеду может скиснуть, а молоко даже в холодильнике портится за сутки. Поэтому неудивительно, что именно летом учащаются случаи отравлений испорченными продуктами. И чтобы не пострадать, в это время года следует покупать их с особой осторожностью. Несколько советов специалистов помогут Вам избежать проблем с желудком в жаркий период года..

- Молочные продукты относятся к группе скоропортящихся, поэтому им место только в холодильнике. Творог, йогурты, сметана, сливки, кефир и пастеризованное молоко должны храниться при температуре + 4 °С, и лишь стерилизованное молоко выдерживает до двадцати. Поэтому покупать их нужно только в магазинах, где есть холодильное оборудование. Увы, они тоже не всегда ответственно подходят к хранению продуктов. Поэтому, выбирая что-нибудь из “молочки”, обращайте внимание на сроки годности и дату производства и старайтесь покупать наиболее свежие продукты.

- В жару старайтесь поменьше покупать мясных продуктов. Они очень быстро портятся и вызывают тяжелые отравления. Предосторожность не повредит любителям пирожков, блинчиков с начинкой, чебуреков и хот-догов. А если вы никак не можете отказать себе в удовольствии, обязательно поинтересуйтесь, в холодильнике ли хранились мясные ингредиенты.

- Летом лучше перейти на растительное питание — больше салатов с растительным маслом, овощей и фруктов. Но даже с растительной пищей нужно быть осторожным и не забывать тщательно мыть овощи и зелень. Кстати, в Великобритании зелень, а также

капусту, шпинат в прошлом году и вовсе окрестили опасной пищей: жители Туманного Альбиона травились ими чаще, чем другими продуктами. А все из-за грязных рук. Многие из нас считают, что с ветки фрукты и овощи куда вкуснее, чем с тарелки, но при этом забывают, что возбудитель дизентерии — бактерия шигелла — живет именно в земле и попадает в организм через загрязненные продукты и грязные руки. Защитить от нее может соблюдение простейшего правила — тщательно мыть руки и все, что вы собираетесь съесть.

- Осторожнее относитесь к готовым салатам с майонезом. Майонез тоже быстро портится, и заправленный им салат нужно сразу же съесть, не хранить. Майонез в пакетах вообще нельзя хранить на солнечном свете и при температуре выше 18 °С. Кроме того, в жару лучше отказаться от кремовых кондитерских изделий, особенно масляных.

Уважаемые потребители, будьте внимательны при приобретении продуктов в летнее время, не приобретайте продукты в неорганизованных для торговли местах. Особенно если вас убеждают, что «все свеженькое, только выложила, а храним, как положено, в холодильниках». И все недоеденное безжалостно выбрасывайте. В случае приобретения некачественных продуктов вам необходимо обратиться к руководству предприятия с требованием убрать продукт с реализации, также у вас есть право написать жалобу в Управление Роспотребнадзора по Республике Алтай. Общественная приемная Управления работает ежедневно с понедельника по пятницу с 9-00 до 13-00, по адресу: пр.Коммунистический, 173. Тел: (38822) 64302.