

Рекомендации по отдыху на природе в майские праздники

Перед началом майских праздников, когда все отправятся на пикники и на прогулки по лесам, рекомендуем придерживаться нескольких простых правил.

Перенос и хранение скоропортящихся продуктов должны осуществляться в сумке-холодильнике, пищевые продукты приобретайте в стационарных предприятиях торговли. Не покупайте мясо и другие продукты в местах неустановленной торговли, неизвестного происхождения, без сопроводительных документов.

Не рекомендуется брать с собой на пикник молочные продукты, копчености, сырые маринованные продукты, яйца и кондитерские изделия с кремом – все они служат питательной средой для болезнетворных микробов.

Вся еда – до, вовремя и после самого приема пищи - должна быть защищена от насекомых, грызунов и иных животных, которые являются переносчиками патогенных микроорганизмов. Обязательно закройте пищу в пластиковые контейнеры с плотной крышкой или заверните в пищевую плёнку.

Постоянно соблюдайте правила личной гигиены, всегда мойте руки перед приготовлением и перед приемом пищи, желательнее с мылом. При этом мыть руки, овощи и фрукты, а также посуду можно только бутилированной водой или кипяченой водой.

Для приготовления блюд, закусок рекомендуется использовать разные кухонные принадлежности (ножи, разделочные доски): одни для сырых продуктов, другие для готовой пищи. Важно следить, чтобы соки от мяса, курицы, рыбы и любых других сырых продуктов не загрязнили готовую пищу (например, салаты, фрукты и овощи).

Если вы все-таки не уберегли себя от острой кишечной инфекции, тогда незамедлительно обратитесь к врачу и ни в коем случае не занимайтесь самолечением.

При нахождении за городом не стоит забывать и о способах профилактики против клещевых инфекций. Выбирайте одежду, закрывающую ноги и руки. Кроме того, перед тем, как отправиться на пикник, позаботьтесь о приобретении противоклещевых аэрозолей.

Особое внимание необходимо уделять осмотрам. Во время пребывания на природе необходимо осматривать себя и детей каждые 15-20 минут. Особо тщательный осмотр необходимо производить перед заходом в дом. Клещи могут быть не только на Вас, но и на вещах (сумке, рюкзаке), цветах (или других сорванных растениях). Регулярно осматривайте домашних животных после прогулок на природе.

В случае присасывания клеща следует как можно быстрее обратиться в медицинскую организацию для удаления клеща и проведения его лабораторного исследования для решения вопроса о необходимости назначения экстренной профилактики КВЭ и медицинского наблюдения.

Рекомендации о выборе и приготовлении шашлыка

Перед покупкой мяса обязательно обращайте внимание на его внешний вид и органолептические показатели – запах и цвет. При малейшем подозрении требуйте документы у продавца.

Не в коем случае не покупайте мясо и другие продукты в местах неустановленной торговли, неизвестного происхождения, без сопроводительных документов! Не покупайте мясо и другие продукты в местах неустановленной торговли, неизвестного происхождения, без товаросопроводительной документации.

При жарке мяса на огне рекомендуется использовать нежирное мясо. Нежирная говядина является хорошим источником железа и других пищевых компонентов, и не содержит большого количества жира.

Используйте для жарки готовый древесный уголь, металлические шампуры, а для еды - одноразовую посуду и столовые приборы. Осуществляйте жарку шашлыка непосредственно перед употреблением. И помните, что жарка на мангале не гарантирует полного «обеззараживания» — бактерии умирают лишь при 70-75 градусах.

Для уверенности в безопасности шашлыка обильно сдобрите мясо специями. Обеззараживающими свойствами обладают красный и чёрный перец, шафран, тимьян, куркума, горчица.

Всегда соблюдайте правила личной гигиены, мойте руки перед приготовлением и перед приемом пищи с мылом. При этом мыть руки, а также посуду при отсутствии источников водоснабжения можно только бутилированной или кипяченой водой.

К сведению юридических лиц и индивидуальных предпринимателей "Требования к организации и проведению лабораторного контроля на рабочих местах работников"

Согласно статьи 11 Федерального закона от 30.03.1999 № 52-ФЗ "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения" индивидуальные предприниматели и юридические лица в соответствии с осуществляемой ими деятельностью обязаны осуществлять производственный контроль, в том числе посредством проведения лабораторных исследований и испытаний, за соблюдением санитарных правил и проведением санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий при выполнении работ и оказании услуг, а также при производстве, транспортировке, хранении и реализации продукции.

При проведении производственного контроля за соблюдением санитарных правил и проведением санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий (далее - производственный контроль) необходимо руководствоваться санитарными правилами СП 1.1.1058-01 «Организация и проведение производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемических мероприятий».

В соответствии с указанными санитарными правилами производственный контроль проводится юридическими лицами и индивидуальными предпринимателями в соответствии с осуществляемой ими деятельностью по обеспечению контроля за соблюдением санитарных правил и гигиенических нормативов, выполнением санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий.

Целью производственного контроля является обеспечение безопасности и (или) безвредности для человека и среды обитания вредного влияния объектов производственного контроля путем должного выполнения санитарных правил, санитарно-

противоэпидемических (профилактических) мероприятий, организации и осуществления контроля за их соблюдением.

Производственный контроль включает:

1) осуществление (организацию) лабораторных исследований и испытаний в случаях, установленных настоящими санитарными правилами и другими государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами:

- на границе санитарно - защитной зоны и в зоне влияния предприятия, на территории (производственной площадке), на рабочих местах с целью оценки влияния производства на среду обитания человека и его здоровье;

- сырья, полуфабрикатов, готовой продукции и технологий их производства, хранения, транспортировки, реализации и утилизации;

2) организацию медицинских осмотров, профессиональной гигиенической подготовки и аттестации должностных лиц и работников организаций, деятельность которых связана с производством, хранением, транспортировкой и реализацией пищевых продуктов и питьевой воды, воспитанием и обучением детей, коммунальным и бытовым обслуживанием населения;

3) обоснование безопасности для человека и окружающей среды новых видов продукции и технологии ее производства, критериев безопасности и (или) безвредности факторов производственной и окружающей среды и разработка методов контроля, в том числе при хранении, транспортировке и утилизации продукции, а также безопасности процесса выполнения работ, оказания услуг;

4) ведение учета и отчетности, установленной действующим законодательством по вопросам, связанным с осуществлением производственного контроля;

5) визуальный контроль специально уполномоченными должностными лицами (работниками) организации за выполнением санитарно - противоэпидемических (профилактических) мероприятий, соблюдением санитарных правил, разработку и реализацию мер, направленных на устранение выявленных нарушений.

Номенклатура, объем и периодичность лабораторных исследований и испытаний определяются с учетом санитарно - эпидемиологической характеристики производства, наличия вредных производственных факторов, степени их влияния на здоровье человека и среду его обитания. Для проведения исследований привлекаются лаборатории, аккредитованные в установленном порядке.

В случае выявления по результатам лабораторного контроля отклонений от гигиенических нормативов химических и физических производственных факторов, юридическое лицо и индивидуальный предприниматель должны разработать и выполнить мероприятия, направленные на устранение выявленных нарушений и недопущение их возникновения и информировать территориальный орган Роспотребнадзора о принятых мерах.

К сведению юридических лиц и индивидуальных предпринимателей

"Требования к размещению, устройству и содержанию объектов спорта "

Санитарно-эпидемиологическими правилами СП 2.1.2.3304-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству и содержанию объектов спорта" (далее – санитарные правила) определены требования к охране здоровья граждан, занимающихся физкультурой и спортом, в том числе детей, подростков и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее - лиц, занимающихся спортом), при использовании ими объектов спорта. Правила распространяются на все виды объектов спорта (исключая бассейны), независимо от их ведомственной подчиненности.

Площадки открытых плоскостных объектов спорта (стадионы, лыжные базы, открытые ледовые катки и пр.) могут размещаться в парках, скверах, на территории жилой застройки и/или на территории спортивных сооружений. Спортивные залы размещаются в от-

дельно стоящих зданиях, спортивных комплексах или в составе общественных зданий. Размещение физкультурно-спортивных залов во встроенных и пристроенных к жилым зданиям помещениях допускается при условии соблюдения гигиенических нормативов по шуму и вибрации, проникающих в жилые помещения, а также при условии организации отдельного входа, изолированного от жилой части дома.

Объекты спорта оборудуются необходимым набором вспомогательных помещений для лиц, занимающихся спортом: отдельными для мужчин и женщин туалетами, душевыми и раздевалками, помещениями для хранения спортивного и уборочного инвентаря, гардеробными. При необходимости устраиваются помещения медицинского назначения (медицинский пункт), комнаты тренеров и инструкторов. На территории лыжных баз и ледовых катков, используемых для массового катания населения, должны быть оборудованы помещения для хранения и сушки обуви (лыжных ботинок и ботинок с коньками).

Спортивное оборудование и инвентарь по видам спорта должны соответствовать возрасту и особенностям лиц, занимающихся спортом.

Спортивные залы и помещения физкультурно-спортивного назначения оборудуются системами естественного и искусственного освещения, отопления, вентиляции, хозяйственно-питьевого водоснабжения, водоотведения и канализацией. Уровни освещения, параметры микроклимата, качество питьевой воды должны соответствовать гигиеническим требованиям. При отсутствии централизованного горячего водоснабжения предусматривается автономная система горячего водоснабжения с установкой водонагревателей для душевых, умывальников, помещений для хранения уборочного инвентаря.

В неканализованных сельских районах здания оборудуются внутренней канализацией при условии устройства локальных очистных сооружений. Допускается оборудование надворных туалетов с водонепроницаемым выгребом или установка биотуалетов, расположенных на расстоянии 20 м от спортивных площадок, мест общественного питания и жилой застройки.

Во всех помещениях объектов спорта ежедневно проводится влажная уборка с применением моющих, чистящих и дезинфицирующих средств, разрешенных в установленном порядке к применению в жилых и общественных зданиях. Ежедневной уборке с использованием дезинфицирующих средств подлежат туалеты, душевые, раздевалки, помещения медицинского назначения. В туалетных помещениях мыло, туалетная бумага и бумажные полотенца (или электрополотенца) должны быть в наличии постоянно. При проведении уборки подвергаются чистке и дезинфекции раковины и унитазы, в душевых помещениях - шкафы для одежды, скамейки, резиновые коврики. Спортивный инвентарь протирается влажной ветошью с использованием дезинфицирующего раствора. Металлические части спортивного инвентаря должны протираться влажной ветошью. Спортивный ковер должен очищаться ежедневно с использованием пылесоса, не менее трех раз в месяц должна проводиться его влажная чистка с использованием моющего пылесоса. Полы под спортивными коврами ежедневно подвергаются влажной уборке. Спортивные маты должны иметь покрытие, допускающее ежедневную влажную обработку и дезинфекцию и ежедневно протираться 2% мыльно-содовым раствором и ветошью, смоченной дезинфицирующим раствором.

Не реже одного раза в месяц во всех помещениях объекта спорта проводится генеральная уборка (с применением разрешенных моющих и дезинфицирующих средств).

Уборочный инвентарь должен маркироваться в зависимости от назначения помещений и видов уборочных работ и храниться в выделенном помещении для уборочного инвентаря или в специально оборудованном шкафу. Уборочный инвентарь, используемый для уборки туалетов (ведра, щетки, ветошь), должен иметь специальную (отличительную) маркировку и храниться в туалетной комнате в специальном шкафу или в отведенном месте. Не допускается совместное хранение уборочного инвентаря для туалета с уборочным инвентарем иного назначения.

По окончании уборки весь уборочный инвентарь должен промываться с использованием моющих средств, затем ополаскиваться проточной водой и просушиваться.

Для дезинфекции одежды и обуви, используемой спортсменами и тренерами, обуви лыжных баз и ледовых катков (ботинки для коньков, ботинки для лыж) предусматривается оборудование, разрешенное для этих целей.

В помещениях объектов спорта не должно быть насекомых и грызунов. При их появлении должны проводиться истребительные дезинсекционные и дератизационные мероприятия.

Территория объекта спорта должна содержаться в чистоте, уборка территории проводится ежедневно. Мусор собирается в мусоросборники, установленные на специально оборудованные площадки. Очистка мусоросборников производится при их заполнении на 2/3 объема.

Руководитель объекта спорта отвечает за выполнение вышеуказанных санитарных правил, в том числе обеспечивает:

- наличие текста настоящих санитарных правил на объекте спорта и доведение содержания правил до его работников;
- выполнение требований санитарных правил работниками объекта спорта;
- создание необходимых условий и исправную работу всего оборудования на объекте спорта для соблюдения санитарных правил;
- прием на работу на объект спорта лиц, имеющих допуск по состоянию здоровья, прошедших профессиональную гигиеническую подготовку и аттестацию;
- наличие личных медицинских книжек на каждого работника объекта спорта;
- своевременное прохождение работниками объекта спорта периодических медицинских обследований, гигиенического воспитания и обучения;
- организацию мероприятий по дезинфекции, дезинсекции и дератизации на объекте спорта.