

При выезде в зарубежные страны путешественникам необходимо знать, что в некоторых из них существует реальная возможность заражения инфекционными и паразитарными заболеваниями, которые характеризуются тяжелым клиническим течением, поражением жизненно важных органов и систем организма, и могут привести к смертельному исходу.

Во время путешествия, Вам необходимо соблюдать определенные правила проживания, питания и культурного отдыха.

Советы путешественникам:

1. Проживать только в гостиницах, обеспеченных централизованным водоснабжением и канализацией.
2. Питаться в ресторанах, где используются гарантированные продукты питания только промышленного производства.
3. Не использовать в пищу блюда не прошедшие термическую обработку, продукты с просроченным сроком годности.
4. Не покупать продукты в местах уличной торговли.

5. Для питья использовать только бутилированную и кипяченую воду, напитки, соки промышленного производства.

6. Не покупать лед для охлаждения напитков у продавцов уличной торговли.

5. Для мытья овощей и фруктов использовать только кипяченую или бутилированную воду.

6. Купаться только в специально подготовленных бассейнах и водоемах.

7. При выходе на пляж иметь плед для лежания.

8. Строго соблюдать правила личной гигиены: мыть руки перед едой и после посещения туалета.

9. Рекомендуется избегать случайных половых связей, всегда иметь при себе презервативы.

Следуя этим нехитрым советам, вы обезопасите себя и ваших близких, а отдых оставит о себе только приятные воспоминания.