



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی گیلان

ت بهداشتی

۷ راه اساسی پیشگیری از بیماریهای منتقله از آب و مواد غذایی

(وبا ، اسهال ، اسهال خونی ، هیپاتیت A ، مسمومیت غذایی و...)



دستهایمان را به طور مرتب و صحیح با آب و صابون بشوئیم.



همواره آب آشامیدنی بنوشیم و از مصرف آب رودخانه ، و آب های سطحی جدا خودداری نمائیم.



مواد غذایی را از دسترس حشرات ، جوندگان و سایر حیوانات دور نگهداریم.



هرگز از فروشندگان دوره گرد مواد خوردنی و آشامیدنی خریداری نکنیم.



از مصرف یخ هایی که به صورت غیر بهداشتی تولید و یا عرضه می شوند خودداری نمائیم.



قبل از مصرف انواع میوه ها و سبزیجات ، مراحل پاک کردن ، شستشو، انگل زدایی، و شستشوی نهایی را انجام دهیم.

چیدمان صحیح مواد غذایی در یخچال



رعایت مسایل بهداشتی در مراحل مختلف تهیه ، آماده سازی ، نگهداری ، حمل و نقل و مصرف مواد خوردنی ، آشامیدنی مهمترین راههای پیشگیری از مسمومیت و عفونت غذایی می باشد.

آدرس: گیلان - رشت - خیابان آزادگان - روبروی دبیرستان شهید بهشتی - معاونت بهداشتی

تلفن: ۰۱۳-۳۳۳۲۵۰۷۳-۳۳۳۲۵۶۴۱-۳۳۳۲۲۵۳۸