

## Пам'ятка населенню

### Як зберігати продукти при відключенні електроенергії

 *Донецчина постійно страждає від відключень світла. Унаслідок нічних ударів ворога 16 грудня, знеструмлена підконтрольна українській владі територія Донецької області. Такі обставини мають ризики для здоров'я населення. З метою недопущення гострих кишкових інфекцій, харчових отруєнь через порушення умов та термінів зберігання продуктів харчування, їжі при відсутності електроенергії*

#### **ПРОПОНУЄМО:**

- ✓ При збереженні продуктів харчування в холодильнику, відділяйте сиру їжу від готової, зберігайте продукти на різних полицях холодильника, в закритому посуді, тарі, щоб уникнути контакту між сирими та готовими продуктами.
- ✓ Тримайте двері холодильника і морозильну камеру закритими, адже в такому випадку продукти залишаються безпечними до 4 годин в холодильнику і до 48 годин – у повній морозилці (24 години – у напівпустій морозилці).
- ✓ Відкривайте холодильник та морозильну камеру тільки за необхідності та на більш короткий час.
- ✓ При відсутності електроенергії протягом 4 годин і більше харчові продукти краще згрупувати разом в морозильній камері.
- ✓ Покладіть акумулятори холоду або ємності з замороженою водою в холодильник для збереження низької температури.
- ✓ Якщо є холодна комора, використовуйте її для збереження продуктів харчування.
- ✓ Не перевіряйте їжу, продукти харчування по смаку, якщо є сумніви в їх безпеці, краще знищити їх відразу.
- ✓ Якщо швидкопсувні продукти зберігалися більше 4 годин без електроенергії або джерела холоду, то від них треба позбутися (м'ясо, риба, молочні продукти та залишки готової їжі тощо).
- ✓ Якщо продукти в морозильнику розморозились, їх треба негайно приготувати.
- ✓ Чітко дотримуйтеся умов та термінів збереження продуктів харчування, які вказані виробником на упаковці, тарі.
- ✓ Не готуйте страви із запасом; їх бажано вживати відразу, зберігайте приготовлені страви гарячими до подачі на стіл.
- ✓ Не залишайте приготовлену їжу при кімнатній температурі більше ніж на 2 години.
- ✓ Заздалегідь підготуйте запас продуктів харчування, які не потребують збереження при низьких температурах та мають тривалий термін придатності (спеціально запаковані, консервовані харчі, крекери, сало, тушонка, олія, сухофрукти, горіхи, мед, цукерки, запас овочів, фруктів тощо).



#### **ПАМ'ЯТАЙТЕ!**

- ◆ Мийте руки перед тим, як брати продукти харчування або готувати їжу, у разі відсутності води можна скористатися спиртовмісними санітайзерами для рук або вологими серветками.
- ◆ Вимийте і продезінфікуйте всі поверхні і кухонні приладдя, які використовуються для приготування їжі.
- ◆ При прояві перших симптомів хвороби негайно звертайтеся за медичною допомогою!

*Підготовлено: ДУ «Донецький обласний центр контролю та профілактики хвороб МОЗ України» за матеріалами ДУ «Центр громадського здоров'я МОЗ України»*