

## Гигиена на даче: о чем нужно помнить

Летом можно расслабиться, но не стоит забывать о правилах гигиены, иначе можно столкнуться с проблемами.



© Ирина Старикова / Фотобанк Лори

Поддерживать порядок и соблюдать гигиену на даче совсем несложно – главное, помнить о нескольких важных моментах.

Тщательное и регулярное мытье рук по-прежнему актуально. Это простое действие позволяет защитить организм от многих болезней. Обязательно мойте руки чистой водой с мылом после контакта с растениями, почвой, животными, перед едой и после посещения туалета. Также можно пользоваться специальными антисептиками.

Личная гигиена – важная составляющая дачного отдыха. Регулярно меняйте постельное белье, полотенца, стирайте грязную одежду после работы

в саду и ежедневно принимайте душ, чтобы чувствовать свежесть и бодрость. Чистая вода необходима для поддержания здоровья организма.

На даче особенно важна пищевая безопасность. Проверяйте сроки годности всех приобретенных товаров. Перед использованием мойте овощи, фрукты, ягоды и зелень. Всегда храните продукты в соответствующих условиях, особенно скоропортящиеся, такие как молоко, творог, сметану, яйца, мясо, рыбу. Остатки пищи сразу убирайте в холодильник.

Для питья используйте воду из проверенных источников, желательно бутилированную или кипяченую. Вода из колодца должна регулярно проходить проверку качества.

Обращайте внимание на утилизацию мусора – своевременный вывоз отходов предотвратит появление вредителей и распространение инфекций. Удобнее всего разделить мусор на органический и неорганический: первый подойдет для компоста, второй отправится на переработку.

Санитарию туалета тоже необходимо соблюдать. Место для туалетной комнаты должно быть обустроено надлежащим образом – для удобства пользования и безопасности жильцов. Регулярно проводите очистку и дезинфицирование санузла, а также профилактические мероприятия против мух и комаров вокруг места расположения туалета.

Поддерживая элементарные нормы гигиены на даче, вы обеспечите комфортный отдых себе и близким.

Больше полезной информации по санитарной безопасности и профилактике опасных заболеваний на сайте [санцит.рус](http://санцит.рус).