

Akut Bağırsak Enfeksiyonları (İshaller)



Nedir?

Yaz aylarında özellikle su ve gıda kaynaklı ishal vakaları artar.

- ◆ Ana belirti: Sık ve sulu dışkı
- ◆ Eşlik edebilir: Bulantı, kusma, karın ağrısı, ateş

🔬 Neden: Virüs, bakteri veya parazitlerin vücuda alınması

Tatilde Sağlığınız Bozulmasın!

Basit önlemlerle hastalığı
önleyin, tatilin tadını
çıkarın!



Çocuklarınızı Denizin Sonrasında Üşütmekten Koruyun

- Denizden çıktıktan sonra hemen kurulumalarını sağlayın.
- Rüzgarda uzun süre kalmalarına izin vermeyin.
- İnce bir örtüyle sararak ılık tutun.
- Üşüme ve hastalık belirtilerini takip edin.

🦠 Nasıl Bulaşır?)

- 🍷 Tatildeyken dışarıda yenen yiyecekler ve içilen içecekler risk taşıyabilir.
- 🤢 Enfekte yiyecek & içecek
- 👐 Kirli ellerle temas
- 🚫 Temiz olmayan havuz/su kullanımı
- 🍌 Açıkta satılan yiyecekler
- 🐟 İyi pişmemiş deniz ürünleri

🛡️ Tatiliniz Sağlıkla Geçsin!

🧼 EL HİJYENİ:

- Dışarıdan geldikten sonra
- Yemekten önce ve sonra
- Tuvaletten sonra
- Çocuk bezi değişiminden sonra
- Sabun ve temiz suyla en az 20 saniye yıkayın

📺 SU & GIDA GÜVENLİĞİ:

- Ambalajlı su tercih edin
- Açık su ve buzdan kaçınin
- Meyve & sebzeleri yıkamadan tüketmeyin
- Deniz ürünleri ve etleri iyi pişirin
- Açıkta satılan dondurma ve gıdalardan uzak durun