



## КАК ВЫБРАТЬ МОРОЖЕНОЕ?



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

### ВИДЫ

**молочное**

не более **7,5%**  
молочного жира

**сливочное**

**8-11,5%**  
молочного жира

**пломбир**

не менее **12%**  
молочного жира

**кисломолочное**

не более **7,5%**  
молочного жира

**с заменителем  
молочного жира**

не более **12%**



### ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ

- Вес. Должен быть указан в граммах
- Допускаются натуральные стабилизаторы: E410, E412, E415, E417, E440, E401 и некоторые другие.
- Внешний вид. Цвет – однородный
- Текстура и форма. Делится на два вида по способу производства: мягкое и закалённое. Мягкое мороженое имеет меньший срок хранения.

### ВАЖНО!

Вынутое из морозильной камеры мороженое должно откалываться, а не размазываться.

Признак повторного замораживания – это ощущение «песка», продукт может быть испорчен

Обращайте внимание на маркировку и срок годности



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

## КАК ВЫБРАТЬ ОДЕЖДУ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ



### СОВЕТЫ ПРИ ВЫБОРЕ ОДЕЖДЫ

- При выборе одежды следует обращать внимание на качество материала
- Отдавайте предпочтение натуральным материалам – шерсть, хлопок, вискоза
- Чем меньше процент синтетических волокон в одежде, тем лучше
- Синтетические волокна не дают коже дышать, в результате нарушается тепловой обмен, и ребенок начинает потеть
- Увеличение потливости может привести к переохлаждению, что чревато в дальнейшем возникновением простудных заболеваний
- Большое количество синтетических волокон в одежде может привести к возникновению у детей аллергии
- Уход за изделием должен быть легким и простым, от химчистки детской одежды лучше отказаться

**ВНИМАТЕЛЬНО ИЗУЧИТЕ МАРКИРОВКУ ОДЕЖДЫ.  
ИНФОРМАЦИЯ ДОЛЖНА БЫТЬ НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ**



### МАРКИРОВКА ОДЕЖДЫ

Маркировка одежды должна содержать информацию с указанием:

- даты изготовления
- единого знака обращения на рынке
- вида и массовой доли (процентного содержания) натурального и химического сырья в материале верха и подкладке изделия
- размера изделия, символов по уходу за изделием и (или) инструкции по особенностям ухода за изделием в процессе эксплуатации.

#### **ВАЖНО!**

Если на маркировке есть указания «экологически чистая», «ортопедическая» и другие аналогичные указания, то это должно быть подтверждено соответствующими документами, например, подтверждающими проведение клинических испытаний и пр.

Подробнее на [www.rosпотребнадzor.ru](http://www.rosпотребнадzor.ru)



## ПРОФИЛАКТИКА ПЕДИКУЛЕЗА



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

Педикулез или вшивость - заразное заболевание, вызываемое специфическим паразитированием на человеке вшей - мелких кровососущих, бескрылых насекомых, питающихся его кровью.

Все вши узко специфичны, на человеке паразитируют три вида вшей: головная, платяная и лобковая.

### ПРОФИЛАКТИКА

Для предупреждения заражения вшами избегать контакта с заражёнными педикулёзом людьми и соблюдать правила личной гигиены, проводить регулярную уборку жилых помещений

При головном педикулёзе при обнаружении небольшого количества головных вшей (от 1 до 5 насекомых), ещё не успевших отложить яйца (гниды), можно использовать частый гребень для вычёсывания вшей из волос; при незначительном количестве платяных вшей - бельё можно прокипятить, а верхнюю одежду особенно швы и складки прогладить горячим утюгом

В тех случаях, когда насекомые уже отложили яйца, рекомендуется применять специальные инсектицидные средства - педикулициды, предназначенные для уничтожения вшей



### СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА

- Не разрешайте ребенку пользоваться чужими расческами, полотенцами, шапками, наушниками, заколками, резинками для волос, так как через эти предметы передаются вши
- Проводите взаимные осмотры членов семьи после их длительного отсутствия. Проводите периодический осмотр волос и одежды у детей, посещающих детские учреждения
- Внимательно осматривайте постельные принадлежности во время путешествий
- После каникул и пребывания детей в оздоровительных учреждениях будьте особенно бдительными: проведите осмотр головы ребенка

### МЕРЫ БОРЬБЫ С ПЕДИКУЛЕЗОМ

- Приобрести в аптеке средство для обработки от педикулеза с учетом возраста ребенка
- На диметиконе - с 3 лет, бензилбензоате, эфирных и минеральных маслах - с 5 лет
- Обработать волосистую часть головы средством в соответствии с прилагаемой инструкцией
- После этого вымыть голову с использованием шампуня или детского мыла; удалить механическим способом (руками или частым гребнем) погибших вшей и гнид
- Надеть ребенку чистое белье и одежду
- Постирать постельное белье и одежду, прогладить горячим утюгом с паром
- Осмотреть всех членов семьи и себя на присутствие вшей
- Повторить осмотр ребенка и членов семьи в течение месяца через каждые 7-10 дней

Подробнее на [www.rospotrebnadzor.ru](http://www.rospotrebnadzor.ru)



## КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБИРАТЬ И ПРИМЕНЯТЬ РЕПЕЛЛЕНТЫ

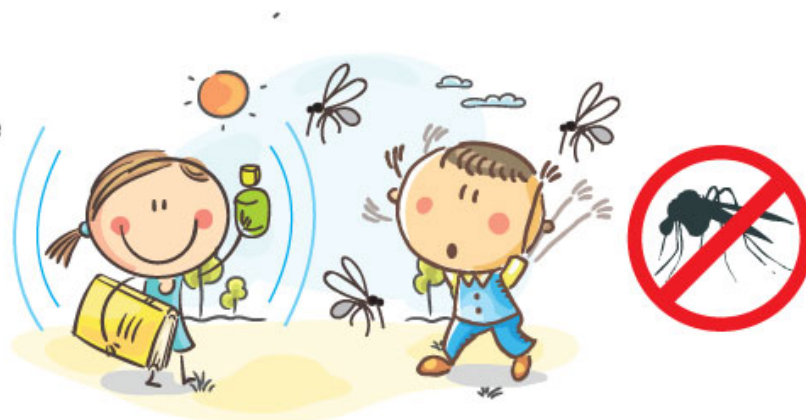


РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



**РЕПЕЛЛЕНТЫ** – вещества, отпугивающие (вызывающие реакцию избегания) у различных организмов. Наиболее часто этот термин применяют относительно членистоногих (насекомых и клещей)



Наиболее эффективное и длительное отпугивание различных групп насекомых обеспечивает ДЭТА (DEET), но одновременно это действующее вещество и более токсично, наименее токсично при более низкой эффективности вещество ИР3535 (IR3535), которое наиболее часто используют для производства репеллентных средств для детей



### ДЛЯ ПРАВИЛЬНОГО ВЫБОРА РЕПЕЛЛЕНТНОГО СРЕДСТВА НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ:

**1** Каждое репеллентное средство должно иметь свидетельство о государственной регистрации, номер которого указан в документах для продажи (можно спросить у продавца).

**2** Вся информация о назначении средства, способе применения и мерах предосторожности, изготовителя и др. изложена в этикетке на средство, разработанной в ходе его государственной регистрации.

**3** Выбирать репеллентное средство для покупки следует, согласуя свои потребности с данными, указанными на этикетке



**ВАЖНО!** Длительность отпугивающего действия репеллентных средств, нанесенных на одежду, значительно больше, чем нанесенных на кожу людей: обычно это несколько суток против нескольких часов.

**ВАЖНО!** Рекомендуем для защиты от клещей применять акарицидные (инсектоакарицидные) или инсектоакарицидно-репеллентные средства, предназначенные для обработки одежды специально для защиты от клещей. При правильном применении такие средства обеспечивают практически полную защиту.

**ВАЖНО!** Нет репеллентных средств длительного действия (более 4 часов при нанесении на кожу) разрешенных для нанесения на кожу детей.

Подробнее на [www.rosпотребнадзор.ru](http://www.rosпотребнадзор.ru)

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИННЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

# О ПРОФИЛАКТИКЕ ПЕРЕГРЕВА В ЖАРУ У ДЕТЕЙ

Роспотребнадзор напоминает, что в жаркую погоду необходимо учитывать особенности детского организма и внимательно следить за состоянием здоровья детей.

## КАК НУЖНО ОДЕВАТЬСЯ

### ЧТО НАДЕТЬ

ГОЛОВНОЙ УБОР  
РУБАШКУ СО  
СВОБОДНЫМ ВОРОТОМ

ЛЕГКУЮ СВОБОДНУЮ  
СВЕТЛУЮ ОДЕЖДУ ИЗ  
НАТУРАЛЬНЫХ ТКАНЕЙ

ЛЕГКУЮ ОБУВЬ



### НЕ СЛЕДУЕТ НАДЕВАТЬ

ОДЕЖДУ ТЕМНЫХ  
РАСЦВЕТОВ

ОДЕЖДУ ИЗ  
СИНТЕТИЧЕСКИХ  
ТКАНЕЙ

ОБЛЕГАЮЩУЮ  
ОДЕЖДУ

## ПИТАНИЕ

### ПРЕДПОЧТЕНИЕ



ФРУКТЫ, ЧАЙ, МОРС, ОТВАР ИХ СУХОФРУКТОВ,  
РЫБА И МОРЕПРОДУКТЫ, КИСЛОМОЛОЧНЫЕ  
НАПИТКИ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ ЖИРА,  
ВЫБИРАЙТЕ НИЗКОКАЛОРИЙНУЮ ПИЩУ

### ЛУЧШЕ ОТКАЗАТЬСЯ



ЖАРЕНОЕ, КОПЧЕНОЕ, САЛАТЫ НА ОСНОВЕ  
МАЙОНЕЗА И МЯСА, ГАЗИРОВАННЫЕ НАПИТКИ,  
ВЫСОКАЛОРИЙНАЯ ПИЩА

## ОСНОВНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ



1. ОГРАНИЧЬТЕ ПРЕБЫВАНИЕ  
НА ОТКРЫТОМ СОЛНЦЕ



2. БОЛЬШЕ УПОТРЕБЛЯЙТЕ  
ЖИДКОСТИ



3. НАДЕВАЙТЕ ЛЕГКУЮ  
ОДЕЖДУ



4. В РАЦИОНЕ ПИТАНИЯ  
ИСПОЛЬЗУЙТЕ  
НИЗКОКАЛОРИЙНУЮ ПИЩУ



5. ПРОВЕТРИВАЙТЕ  
И ВЕНТИЛИРУЙТЕ  
ПОМЕЩЕНИЕ



6. КУПАНИЕ СТРОГО  
В ОТВЕДЕННЫХ  
И ОБОРУДОВАННЫХ МЕСТАХ