

EPATITE A

Indicazioni per ridurre la possibilità di contrarre la malattia nei bambini



ESISTE UN VACCINO FACOLTATIVO MOLTO EFFICACE ANCHE POST-CONTAGIO CHE AIUTA A PREVENIRE LA MALATTIA O ATTENUARNE IL DECORSO



I sintomi



1. Febbre, stanchezza, nausea, ittero (colorazione gialla di pelle e occhi), urine scure e feci chiare

Il decorso



2. I bambini infettati con epatite A, in genere, hanno una forma più leggera della malattia (di solito della durata di 1-3 settimane) e guariscono completamente, senza danni al fegato

Come prevenire



1. Mantenere una corretta igiene delle mani e delle superfici



2. Lavare accuratamente le verdure con acqua corrente. Usare soluzioni disinfettanti per alimenti. Se necessario, cuocere bene in acqua bollente. Consumare i frutti di bosco surgelati sempre cotti facendoli bollire per almeno due minuti. Se vengono usati per preparare i dolci, ricordarsi di cuocerli prima



3. Acquistare solo frutti di mare etichettati da esercizi autorizzati. Conservarli in frigorifero alla corretta temperatura, 0° - 4° gradi, in una ciotola coperta da un panno umido, mai in acqua. Dopo l'ebollizione continuare la cottura per almeno 4 minuti con il coperchio chiuso e scartare i frutti di mare non aperti



EPATITE A

INDICAZIONI PER IL CORRETTO ACQUISTO E CONSUMO DI ALIMENTI PER
RIDURRE LA POSSIBILITA' DI CONTRARRE LA MALATTIA

PRIMA DI TUTTO CURARE IGIENE DELLE MANI E DELLA CUCINA

TENERE SEPARATI CIBI COTTI DAI CRUDI



FRUTTI DI MARE

- ACQUISTA, SOLO SE ETICHETTATI, DA ESERCIZI AUTORIZZATI. CONSERVALI IN FRIGORIFERO ALLA CORRETTA TEMPERATURA , 0° - 4° GRADI, IN UNA CIOTOLA COPERTA DA UN PANNO UMIDO, MAI IN ACQUA
- CUOCI BENE I FRUTTI DI MARE:

ATTENZIONE

DOPO L'EBOLLIZIONE CONTINUA LA COTTURA PER
ALMENO 4 MINUTI CON IL COPERCHIO CHIUSO.
SCARTA I FRUTTI DI MARE RIMASTI CHIUSI



VEGETALI

- LAVA BENE SOTTO ACQUA CORRENTE
- UTILIZZA SOLUZIONI DISINFETTANTI PER ALIMENTI
- SE NECESSITA, CUOCI BENE IN ACQUA BOLLENTE
- CONSUMA I FRUTTI DI BOSCO SURGELATI SEMPRE COTTI FACENDOLI BOLLIRE A 100°C PER AMENO 2 MINUTI. SE LI USI PER PREPARARE I TUOI DOLCI RICORDATI DI CUOCERLI PRIMA

