

Как обезопасить себя от птичьего гриппа?

Чтобы обезопасить себя от птичьего гриппа, сначала защититесь от обычного гриппа. Самый действенный способ - поставить прививку. И, конечно, укрепляйте иммунитет витаминами, свежим воздухом, сбалансированным питанием.

О питании подробнее. Покупайте мясо, яйца и другие товары птицеводства только на организованных рынках. Требуйте у продавца сертификат. Вся продукция должна проверяться в лабораториях.

Не покупайте импортную птицу. Воздержитесь также от покупки курятины из Курганской и Челябинской областей.

Употреблять в пищу куриное мясо можно только после тщательной термической обработки. Вирус мгновенно погибает при 100 градусах, через 2-3 минуты - при 65-70 градусах, а при нагревании до 50-60 градусов только через 30-40 минут. Яйцо перед употреблением следует мыть мыльной водой и варить не менее 10 минут, а мясо - не менее 30 минут при температуре 100 градусов.

Воздержитесь от покупки декоративных птичек: канареек, попугайчиков. Их часто завозят в страну контрабандой.

Птичьим гриппом могут заразиться не только люди и пернатые – хвостатые питомцы тоже могут заболеть. Не кормите кошек сырым куриным мясом.

Автор: Артур Скальский © Телекомпания "Город" ЗДОРОВЬЕ, МИР 👁 2258 11.11.2005, 12:20 📌 200

URL: <https://babr24.com/?ADE=25794> Bytes: 1132 / 1132 [Версия для печати](#)[👍 Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: [@kras24_link_bot](https://t.me/@kras24_link_bot)
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: [@nsk24_link_bot](https://t.me/@nsk24_link_bot)
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: [@tomsk24_link_bot](https://t.me/@tomsk24_link_bot)
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: [@babrobot_bot](https://t.me/@babrobot_bot)
эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)