

10 правил профилактики описторхоза при употреблении рыбы семейства карповых



1. Варить рыбу следует **15-20 минут** с момента закипания (крупную резать на куски).
2. Жарить рыбу необходимо **20-25 минут**, порезав ее небольшими кусочками и распластав в достаточном количестве жира, обязательно под крышкой.
3. Рыбный пирог запекайте **не менее часа** в духовке.
4. Для соления рыбы используйте 2 кг соли на 10 кг рыбы, **посол мелкой рыбы проводите 10-21 суток, а крупной - 40 суток** (свыше 25 см): язей, лещей, линей.
5. Вяление: рекомендуется вялить только мелкую рыбу после выдержки в растворе соли в течение трех дней из расчета 2 кг соли на 10 кг рыбы. **Само по себе вяление способом обезвреживания не является.**
6. Замораживание при температуре в теле рыбы -35°C в течение 14 часов, при -28°C в течение 32 часов. **При хранении рыбы в морозильной камере бытового холодильника личинки остаются жизнеспособными в течение месяца.**
7. **Нельзя употреблять малосоленую рыбу, кратковременного посола, сырой рыбный фарш и струганину.**
8. Не забывайте, что при разделке рыбы и резке других продуктов, следует использовать **разные разделочные доски.**
9. **Использованный разделочный инвентарь следует ошпарить кипятком и тщательно вымыть моющими средствами.**
10. **Не рекомендуется заниматься самолечением.** По вопросам диагностики, лечения, профилактики описторхоза, Вы можете обратиться к участковым врачам и врачам-инфекционистам по месту жительства.