

# HEPATİT A DAN KORUNMA

written by Dr. Aydođan Lermi

## **Hepatit A dan korunmanın en önemli yolu aşı olmaktadır.**

Hepatit A gıdalar ve sular yoluyla bulaşır. Sanitasyon kurallarına uymak hastalıktan korunmada önemlidir:

- El yıkama alışkanlığını küçük yaşta edinmek,
- Yemek öncesi ve sonrası el yıkamak,
- Mutfakta hijyene ve sanitasyon kurallarına uymak,
- Gıdaları düzgün ve gerektiği şekilde ęişirmek,
- Suları kaynatmadan kullanmamak,
- Hepatit A hastasının ortak eşyalarını ayırmak ve uygun şekilde temizlemek,
- Salgın olan yerlerde kapalı şişe su kullanmak,
- Buz kullanmamak,
- Gıdaları pişirmeden yememek,
- Meyveleri soymak,

Hepatit A dan korunmak için dikkat edilmesi gereken kurallardır.