

به منظور پیشگیری از بروز بیماری های اسهالی و واگیردار، سبزیجات و میوه جات را پس از گندزدایی و سالم سازی مصرف کنید.

روش سالم سازی سبزیجات

۱. **پاک سازی:** ابتدا سبزیجات را بخوبی پاک کرده و شستشو دهید تا مواد زائد و گل و لای آن برطرف شود.

۲. **انگل زدایی:** سپس آنرا در یک ظرف (۵ لیتری) ریخته بازای هر لیتر ۳ تا ۵ قطره مایع ظرفشویی معمولی به آن اضافه کرده و ظرف را از آب پر کرده قدری بهم بزنید تا تمام سبزی در داخل کفاب قرار گیرد. مدت ۵ دقیقه سبزی را در کفاب نگهدارید سپس سبزی را از روی کفاب جمع آوری و کفاب را تخلیه کرده و ظرف و سبزی را مجدداً با آب سالم شستشو دهید تا تخم انگل و باقیمانده مایع ظرفشویی از آنها جدا شوند.

۳. **گندزدایی:** برای ضدعفونی و از بین بردن میکروبها، یک گرم (نصف قاشق چایخوری) پودر پرکلرین ۷۰٪ را در ظرف ۵ لیتری پر از آب ریخته کاملاً حل کنید تا محلول ضد عفونی کننده بدست آید. سپس سبزی انگل زدایی شده را برای مدت ۵ دقیقه در محلول ضد عفونی کننده اخیر قرار دهید تا میکروبهای آن کشته شوند. توضیح آنکه اگر پر کلرین در دسترس نباشد میتوانید از یک قاشق مرباخوری آب ژاول ۱۰٪ یا دو قاشق مرباخوری آب ژاول ۵٪ (بجای یک گرم پرکلرین) و یا هر ماده ضد عفونی کننده مجاز دیگری که در داروخانه ها و سوپر مارکت ها و بقالیها وجود دارد طبق دستور العمل مصرف کنید.

۴. **شستشو:** سبزی ضدعفونی شده را مجدداً با آب سالم بشوئید تا باقیمانده کلر از آن جدا شود و سپس مصرف نمائید.

