



Ориентир – здоровье!

№2 март -
июнь 2020



ЦЕЛИ
УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ В
БЕЛАРУСИ

Государственное учреждение «Дзержинский районный центр
гигиены и эпидемиологии»
(ГУ «Дзержинский РЦГЭ»)

Уважаемый читатель!

Перед Вами второй номер информационного бюллетеня
санитарно-эпидемиологической службы Дзержинского
района

Темы номера:

День медицинского
работника

1 стр.

Роль центров
гигиены и
эпидемиологии

2 стр.

«Беларусь против
табака»

2 стр.

«Вечных»
продуктов не
бывает

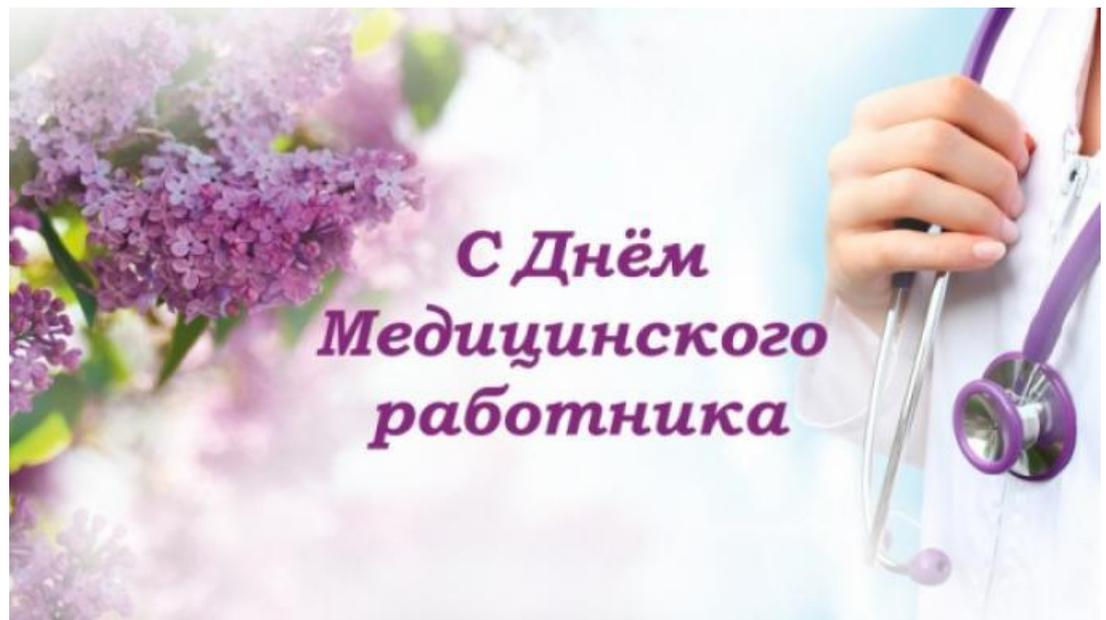
3 стр.

В разгар «дачного»
сезона

3 стр.

Лето, солнце,
пляж...

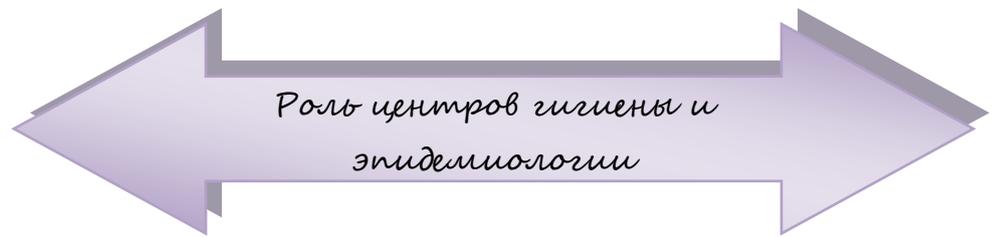
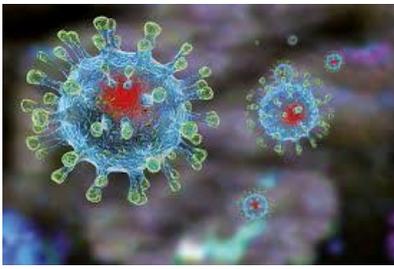
4 стр.



В третье воскресенье июня ежегодно все медики Беларуси отмечают свой профессиональный праздник – День медицинских работников.

Поздравляем Вас, медицинских работников, с профессиональным праздником! Ваша профессия — это каждодневный труд, несущий добро, заботу и свет, позволяющий людям вновь становиться здоровыми. Желаем Вам достижения значительных результатов в медицине, успеха, бодрости и оптимизма.

Л.П.Шука



Роль центров гигиены и
эпидемиологии

По оценке Всемирной организации здравоохранения, ведущими факторами, влияющими на здоровье, являются условия и образ жизни людей. И основная работа центров гигиены и эпидемиологии в связи с эпидемической обстановкой в мире направлена на обеспечение оптимальных условий жизнедеятельности, минимизацию условий для возникновения и распространения коронавирусной инфекции. Так, центры уделяют пристальное внимание состоянию детских учреждений; следят за санитарно-бытовыми условиями на предприятиях и в организациях; контролируют работу объектов торговли и общественного питания, сферу производства пищевых продуктов; предупреждают распространение инфекционных заболеваний, а в частности коронавирусной инфекции; осуществляют лабораторный контроль за качеством продуктов и объектами внешней среды на территории района и многое другое.

Сегодня мы, как правило, имеем дело с заболеваемостью коронавирусной инфекцией. Но здесь ситуация напрямую зависит от поведения людей, их грамотного отношения к своему здоровью, так как основные пути передачи – воздушно-капельный и контактно-бытовой. Поэтому значительная часть нашей работы направлена на проведение санитарно-просветительной работы среди населения, работников предприятий и организаций, проведение профилактических и противоэпидемических мероприятий.

Главный врач

Л.П.Шука



<Беларусь против табака>

Ежегодно 31 мая отмечается Всемирный день без табака, который был провозглашен в 1988 году Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) на 42 сессии Всемирной ассамблеи здравоохранения.

С 31 мая по 21 июня 2020 года пройдет республиканская информационно-образовательная акция «Беларусь против табака» приуроченная к Всемирному дню без табака. Девиз этого дня в 2020 году: «Защита молодежи от манипуляций табачной индустрии и профилактика употребления табака и никотина».

Так что все-таки курение – болезнь или привычка?

Курение – это привычка, в большинстве случаев переходящая в болезнь, то есть в химическую зависимость организма от психоактивного вещества, название которому - никотин. О заболевании речь идет уже тогда, когда организм человека требует регулярного введения никотина. Абсолютную аналогию можно привести с зависимостью алкогольной и наркотической, отличие только в отсутствии асоциального и криминогенного поведения. Именно поэтому курение, пока, социально допустимо. Однако, клиника ни-котиновой зависимости не исчерпывается только наркоманическим синдромом. Присутствие в табачном дыме более 100 вредных веществ, обуславливают общетоксическое воздействие, 40 из них канцерогенные, и являются причиной онкологических заболеваний. В настоящее время, пятая часть от всех смертей в цивилизованном мире связана с курением табака.

Зачем бросать курить?

- Чтобы продлить свою жизнь (в среднем 10-20 лет курение «крадет» у человека).
- Чтобы не страдать хроническим бронхитом.
- Чтобы резко снизить риск заболевания раком легки, гортани, трахеи, языка, полости носа, пищевода, желудка, почек.
- Чтобы не развился облитерирующий эндартериит нижних конечностей, часто заканчивающийся гангреной и ампутацией ног.
- Чтобы не ускорять и осложнять развитие сердечно-сосудистых заболеваний, гастрита, язвенной болезни желудка.
- Чтобы иметь более крепкую нервную систему.
- Чтобы цвет вашего лица и кожи не имел землистый и синюшный оттенок.
- Чтобы ваше дыхание не было зловонным и не вызвало отвращение у окружающих.
- Чтобы ваши зубы прослужили вам намного дольше.
- Чтобы снизить вероятность того, что ваши дети и внуки станут курильщиками.
- Чтобы сэкономить достаточно большую сумму денег. В течении жизни курящий человек тратит деньги, за которые он мог бы купить новый автомобиль.

Выбор за Вами!

Врач-валеолог

М.А.Шешко



«Вечных» продуктов не бывает

Чтобы не засорять организм вредными веществами, нужно знать, как правильно выбрать продукты питания. Внимательно осмотрите товар и оцените:

1) ВНЕШНИЙ ВИД ТОВАРА:

- состояние упаковки, цвет и запах продукта, наличие бомбажа, деформации - для консервов;
- признаки микробиологической порчи - (плесневение, брожение, ослизнение, заветренность) - для скоропортящихся продуктов.

Полуфабрикаты, имеющие вмятины, скорее всего были неоднократно заморожены, либо подверглись неправильной транспортировке и хранению. А нарушенная упаковка уже сама по себе говорит о том, что продукт может быть небезопасен для здоровья.

2) УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ, ХРАНЕНИЯ

- сырые продукты (мясо, рыба, яйца, овощи и фрукты) и полуфабрикаты из них не должны реализовываться совместно с продуктами, готовыми к употреблению;
- особо скоропортящиеся (мясные, рыбные полуфабрикаты, молочные продукты, кремовые и кондитерские изделия и т.п.) продукты должны храниться в условиях охлаждения, а замороженные – отдельно от охлажденных;
- продавец не должен брать не упакованный и не расфасованный товар руками, взвешивать продукты на весах без упаковки или оберточной бумаги.

3) ДАТУ ИЗГОТОВЛЕНИЯ, СРОК ГОДНОСТИ

На упаковке, этикетке, должна содержаться информация об изготовителе, дате выработки и сроке годности; весе или объеме, составе, условиях хранения, о специальных способах обработки продукта и др.

Срок хранения продукта может быть обозначен несколькими способами: «Годен до» означает, что в определенную дату и время продукт теряет годность. Если указан конкретный срок хранения, на упаковке надо искать дату и время производства продукта и рассчитывать, когда срок хранения у него заканчивается.

Пищевых продуктов с неограниченным сроком хранения не бывает. Выбирайте только те продукты, срок хранения которых указан явно и ещё не истёк.

Врач-гигиенист

И.А.Драпеза



В разгар «дачного» сезона

С наступлением весны начинается дачный сезон. За долгие месяцы ожидания дачные домики, погреба, сараи, поленицы дров заселяются грызунами, и с приездом, в домиках и на прилегающей территории, можно найти следы их пребывания (помёт и сухие выделения). Грызуны являются источником таких инфекций как иерсиниоз, геморрагическая лихорадка с почечным синдромом, туляремия, лептоспироз и т.д.

Человек может заразиться данными инфекциями при вдыхании пыли, образующейся при уборке; при употреблении в пищу загрязненных экскрементами или трупами павших грызунов пищевых продуктов и воды; при контакте загрязненных рук со слизистой оболочкой глаз, рта; при соприкосновении с различными предметами (хворост, солома, строительный и бытовой мусор и т.д.), которые могут быть загрязнены выделениями грызунов.

Чтобы отдых на даче принес только радость и для того, чтобы избежать заражения инфекционными заболеваниями от грызунов, необходимо соблюдать несколько правил:

1. Уборку дома, подвалов после зимы, где имеются следы жизнедеятельности грызунов, проводить только влажным способом, без предварительного подметания мусора и мышинного помёта, с использованием средств индивидуальной защиты органов дыхания (респиратор, маска, подручные материалы) и рук (резиновые перчатки). Использовать для уборки дезинфицирующее средство, растворы для уборки готовить согласно прилагаемой инструкции к препарату.

2. Посуду необходимо вымыть с использованием любых дезинфицирующих средств или обдать кипятком.

3. Матрацы, подушки, одеяла просушить на солнце в течение нескольких часов, периодически переворачивая. Постельное белье и прочие принадлежности перед использованием необходимо выстирать.

4. Пищевые продукты следует хранить в недоступном для грызунов и иных животных месте, в герметичной таре. Все ёмкости с водой должны быть плотно закрыты крышками. Если же Вы все-таки обнаружили следы грызунов около либо на пищевых продуктах, воды - то не употребляйте такие продукты в пищу.

5. Если Вы решили перебрать строительные материалы, навести порядок в сарае, убрать с дачного участка прошлогоднюю листву, защищайте органы дыхания респиратором или маской. Во время работы на садовых участках надевайте рукавицы.

6. Не забывайте о правилах личной гигиены.

Получить консультацию и подать заявку на обработку против мышевидных грызунов можно по телефону 801716-6-57-02 (отдел профилактической дезинфекции ГУ «Дзержинский РЦГЭ»).

Заведующий ОПД

Л.С.Сазонова



Пляжный сезон в Беларуси по сравнению с всемирно известными курортами невелик: строго по календарю — три летних месяца. Может, плюс-минус неделю, но с перерывами на похолодания и продолжительные осадки. Тем, кто не выезжает на отдых в другие страны, надо использовать это время с максимальной отдачей. Местные власти помогают в этом как могут: пляжи и места массового отдыха населения у воды уже ко второй половине мая подготовлены к приему отдыхающих.

В преддверии летнего сезона специалисты центра проинспектировали все места разрешенного отдыха у воды. Оценке подлежали не только песок и вода, а также наличие и состояние урн, туалетов, источников чистой воды и прочих установленных элементов, сопровождающих цивилизованный отдых на пляже.

Дзержинским райисполкомом определен перечень зон отдыха населения на водных объектах с правом купания в 2020 году и организаций, ответственных за их безопасность и благоустройство:

- Акватория, примыкающая к пляжной зоне пруда деревни Дягильно Дзержинского сельсовета (УП «Дзержинское ЖКХ»);
- Акватория, примыкающая к пляжной зоне пруда деревни Полоневици Боровского сельсовета (Дзержинское лесничество ГЛХУ «Минский лесхоз»);
- Акватория, примыкающая к пляжной зоне пруда общества с ограниченной ответственностью «Сервисный центр «Веста» (ООО «Сервисный центр «Веста»).

Как и в прошлые годы, регулярно проводится анализ качества воды в прудах. В случае ее несоответствия санитарным нормам население будет предупреждено об опасности купания через СМИ.

Чтобы минимизировать ущерб природе от наплыва отдыхающих, в купальном сезоне 2020 года особое внимание было решено уделить созданию временных парковок, установке информационных знаков, контейнеров для сбора мусора.

Врач-интерн

К.А.Зубович

Издается ГУ «Дзержинский районный центр гигиены и эпидемиологии»
Выпускается за собственные средства раз в квартал
Распространяется бесплатно на территории Дзержинского района
Наш адрес: 222720, Минская область, Дзержинский район, ул.Молодежная, д.38
Тел./факс: 801716-6-54-47
E-mail: dz_rcg@tut.by
Наш сайт: dzrcge.by
Ответственный за выпуск: врач-валеолог Шешко М.А., врач-интерн Зубович К.А.
Тираж – 500 экземпляров