



# Ориентир – здоровье!

№12 октябрь –  
декабрь 2022



**ЦЕЛИ**  
устойчивого развития в  
БЕЛАРУСИ

Государственное учреждение «Дзержинский  
районный центр гигиены и эпидемиологии»

(ГУ «ДРЦГЭ»)

**Уважаемый читатель!**



## Темы номера:

Единые дни  
здоровья в октябре-  
декабре

1 стр.

О проведении  
вакцинации против  
гриппа и  
подготовке к сезону  
ОРИ и гриппа  
2022/2023 гг.

2 стр.

1 декабря 2022 года  
– Всемирный день  
борьбы со СПИДом  
3 стр.

14 ноября 2022 -  
Всемирный день  
диабета

4 стр.

## Единые дни здоровья в Республике Беларусь в октябре-декабре 2022г.

- 1 октября- Международный день пожилых людей.
- 8 октября- Всемирный день паллиативной и хосписной помощи.
- 10 октября- Всемирный день психического здоровья.
- 12-октября-Всемирный день артрита.
- 14 октября- Республиканский день матери.
- 29 октября- Всемирный день борьбы с псориазом.
- 14 ноября-Всемирный день диабета (республиканская акция).
- 18 ноября- Всемирный день некурения. Профилактика онкологических заболеваний.
- 18-24 ноября- Всемирная неделя рационального использования антибиотиков.
- 1 декабря- Всемирный день профилактики ВИЧ-инфекции.
- 15 декабря- День профилактики травматизма.

## О проведении вакцинации против гриппа и подготовке к сезону ОРВИ и гриппа 2022/2023 гг.

Каждый год мы сталкиваемся с острыми респираторными инфекциями, на долю которых в Дзержинском районе приходится более 98,17% всех регистрируемых инфекционных заболеваний.

За последние 10 лет достигнуты значительные успехи в вакцинации населения против гриппа, когда охват профилактическими прививками достигал и превышал 40%, что неоспоримо демонстрируют эффективность данного профилактического мероприятия.

Анализируя эффективность проведения иммунизации населения района против гриппа установлено, что индекс эффективности иммунизации населения достаточный, т.е. риск заболеваний гриппом и ОРВИ у привитых в 10 раз ниже, чем у не привитых, а коэффициент заболеваемости показывает, что среди привитых заболеваемость на 90,0% ниже заболеваемости среди не привитых.

В сентябре 2022 г. начата кампания по вакцинации против гриппа, до этого проведена подготовительная работа, сформированы контингенты и заявки на вакцины.

В первую очередь, защита от гриппа важна для групп высокого риска тяжелого течения и неблагоприятных последствий гриппа и высокого риска заболевания гриппом – детей в возрасте от 6 месяцев до 3-х лет, всех детей от 3-х лет и взрослых с хроническими заболеваниями и иммунодефицитными состояниями, лиц в возрасте старше 65 лет, беременных женщин, медицинских и фармацевтических работников, детей и взрослых, находящихся в учреждениях с круглосуточным режимом пребывания, работников государственных органов, обеспечивающих безопасность государства и жизнедеятельность населения. Кроме того, вакцинация важна для работников учреждений образования, торговли, общественного питания, коммунальной сферы и др., которые по роду своей профессии сталкиваются с большим количеством людей, в том числе и заболевших.

Вакцинация против гриппа в 2022 г. проходит в период продолжающейся регистрации случаев COVID-19 и проводимой вакцинации против COVID-19. В связи с этим разработана тактика вакцинации, при этом учтены позиции международных и отечественных экспертов, а также рекомендации производителей вакцин.

Согласно разработанному Минздравом порядку вакцинации против COVID-19, допускается совместное (в один день) применение вакцин против гриппа и COVID-19 (за исключением живых вакцин) либо сделать минимальный интервал в 2 недели между введением двух вакцин.

Необходимо напомнить, что в сезон заболеваемости гриппом при условии одновременной циркуляции вирусов гриппа и коронавирусной инфекции существует высокая вероятность одномоментного заражения данными инфекционными агентами, что усугубит тяжесть течения заболеваний и повысит риск их неблагоприятного исхода.



Для обеспечения готовности к периоду подъема заболеваемости ОРВИ, в том числе гриппом и COVID-19, в организациях здравоохранения находится на контроле оценка полноты наличия материальных ресурсов для работы – наличие медикаментозных, в.т.ч. противовирусных препаратов, специальной медицинской аппаратуры, антисептических средств и средств дезинфекции, средств индивидуальной защиты, готовности имеющегося холодильного и измерительного оборудования для обеспечения и контроля «холодовой цепи» при транспортировке и хранении вакцин, наличие спецтранспорта для перевозки пациентов, наличие схемы дополнительного развертывания необходимого количества инфекционных коек, подготовка медицинских работников по вопросам оказания

специализированной медицинской помощи населению при коронавирусной инфекции, гриппе, ОРВИ, внебольничных пневмониях.

Проводятся мероприятия по обеспечению готовности учреждений образования, социальных учреждений, медицинских, жилищно-коммунальных организаций к работе в осенне-зимний период года, включая поддержание необходимого температурного режима.

В целях минимизации воздействия респираторных инфекций на членов трудовых коллективов и рабочий процесс, руководителям предприятий и организаций района необходимо обеспечить проведение иммунизации своих работников против гриппа и коронавирусной инфекции, а также продолжить контроль температуры тела и состояния здоровья сотрудников перед допуском их на рабочие места и в течение рабочего дня, принимать оперативные меры по недопущению к работе лиц с признаками ОРВИ. Кроме того, необходимо обеспечить сотрудников средствами защиты органов дыхания, при необходимости и кожных покровов, принять меры по недопущению переохлаждения работников, обеспечив наличие помещений для обогрева и приема пищи для работающих на открытом воздухе и соблюдение оптимального температурного режима и эффективной вентиляции в помещениях.

Весьма большой долей вероятности можно говорить, что активная вакцинация против гриппа и COVID-19, а также ответственное отношение каждого человека к мерам неспецифической профилактики (использование средств защиты органов дыхания, физическая дистанция, социальное дистанцирование, правила личной гигиены) позволят повлиять на эпидемический процесс путем снижения числа случаев заражения респираторными патогенами.

Главный врач

Шука Л.П.

### 1 декабря 2022 года – Всемирный день борьбы со СПИДом.

Ежегодно 1 декабря во всем мире проводятся профилактические мероприятия в рамках Всемирной кампании против ВИЧ/СПИДа, приуроченные ко Всемирному дню борьбы со СПИДом. Этот день демонстрирует международную солидарность в борьбе с эпидемией.

Всемирный день борьбы со СПИДом был учрежден в 1988 году по инициативе Всемирной организации здравоохранения и Генеральной Ассамблеи ООН. Этот день стал одним из самых важных международных дней, связанных с повышением информированности и возможности отметить достижения в сфере профилактики ВИЧ-инфекции и расширения доступа к лечению.

Символом борьбы со СПИДом является красная ленточка, которая обозначает поддержку, сострадание и надежду на будущее без СПИДа.



Всемирный день борьбы со СПИДом каждый год посвящен определенной теме. В 2022 году определена тема «**Время для равенства**». Спустя четыре десятилетия борьбы со СПИДом, продолжает существовать неравенство в доступности тестов, лекарств, новых технологий и научных данных в странах Африки и Азии. Проблема распространения ВИЧ-инфекции остается одним из медицинских и социальных глобальных вызовов, с которым сталкиваются все без исключения государства. Необходимо и дальше расширять равную доступность для каждого человека качественных средств профилактики, диагностики и лечения заболевания; программ поддержки ключевых и уязвимых групп населения; реализовывать мероприятия, способствующие устранению неравенства и искоренению СПИДа.

Впервые в мире случаи синдрома приобретенного иммунодефицита (СПИДа) человека были описаны в начале 80-х годов. В связи с отсутствием в те времена антиретровирусной терапии (АРВТ) заболевание прогрессировало с развитием глубокого поражения иммунной системы и являлось фатальным. АРВТ получила распространение только в середине 90-х годов и в настоящее время достигнуты значительные успехи в борьбе с ВИЧ/СПИДом.

Сейчас ВИЧ-инфекция – не приговор, а хроническое заболевание, требующее ежедневного приема антиретровирусных лекарств.

При соблюдении предписаний врача у ВИЧ-положительных людей ожидаемая продолжительность жизни практически не отличается

от таковой у людей без ВИЧ в их семьях рождаются здоровые дети. В нашей стране АРВТ назначается и выдается бесплатно всем без исключения пациентам с диагнозом ВИЧ-инфекция.

По данным Всемирной организации здравоохранения общемировое число людей, живущих с ВИЧ, в 2021 году составило 38,4 миллиона человек, с начала эпидемии от связанных со СПИДом болезней умерло 40,1 миллиона человек.

По состоянию на 1 ноября 2022 года в Республике Беларусь с ВИЧ-положительным статусом проживает более 24 тысяч человек, на территории Минской области – более 4 тысяч, в Дзержинском районе более 100 человек. За последнее десятилетие наибольшее количество новых случаев регистрируется в возрастной группе 30-49 лет, преобладает половой путь передачи ВИЧ – на его долю приходится более 80% впервые выявленных случаев.

Республика Беларусь устойчиво проводит активную политику в области противодействия распространению ВИЧ/СПИДа. В рамках национальных ответных мер на распространение ВИЧ-инфекции реализуется Государственная программа «Здоровье народа и демографическая безопасность» на 2021–2025 годы, в которой определены задачи и пути достижения новой стратегической цели ЮНЭЙДС «95-95-95», включая меры по вовлечению в программы лечения всех людей, живущих с ВИЧ, в том числе из ключевых групп населения, а также поддержание и расширение научно-обоснованных мер профилактики ВИЧ-инфекции.

В нашей стране создана система, обеспечивающая максимальную доступность к консультированию и тестированию на ВИЧ-инфекцию. Пройти тестирование, в том числе анонимное, можно в любом учреждении здравоохранения, располагающем процедурным кабинетом.

На базе государственных организаций здравоохранения и негосударственных некоммерческих организаций функционируют кабинеты профилактики ВИЧ-инфекции и анонимно-консультативные пункты, предоставляющие услуги по консультированию и тестированию на ВИЧ-инфекцию для ключевых групп населения. В Минской области такие кабинеты функционируют в организациях здравоохранения Борисовского, Молодечненского, Солигорского, Минского районов и г.Жодино. Обследование на ВИЧ можно пройти не только в учреждении здравоохранения, но и дома самостоятельно, купив тест в аптеке.

С 2018 года в Беларуси предусмотрен универсальный доступ пациентов к АРВТ, то есть государство гарантирует предоставление лечения ВИЧ-инфекции всем людям, живущим с ВИЧ, независимо от стадии болезни и уровня иммунитета.

На сегодняшний день в республике 87% людей, живущих с ВИЧ, получают антиретровирусную терапию, тем самым сохраняя свое здоровье и качество жизни, в организациях здравоохранения Минской области АРВТ получает 92,6% лиц, живущих с ВИЧ. В Дзержинском районе АРВТ получает 90,1% лиц, живущих с ВИЧ. За последние пять лет охват лечением пациентов с ВИЧ-инфекцией вырос в 1,8 раза. В стране налажено производство антиретровирусных препаратов, которое обеспечивает 82,1% от всех назначаемых в настоящее время схем лечения.



Благодаря скоординированной работе государственных, международных и негосударственных некоммерческих организаций в Республике Беларусь сформировалась устойчивая тенденция к снижению заболеваемости ВИЧ-инфекцией и СПИДом, а также смертности от причин, связанных с ВИЧ. Республика поддерживает статус элиминации передачи ВИЧ от матери ребенку, расширяется география сервисов предоставления профилактических услуг для ключевых групп в государственных организациях здравоохранения.

В рамках Всемирного дня борьбы со СПИДом на республиканском и региональном уровнях, в учреждениях организовываются информационно-просветительские мероприятия. Они будут проходить как в традиционных форматах, таких как акции, ток-шоу, выступления, так и в современных форматах мероприятий с использованием интернет-пространства, флеш-мобов, конкурсов и выставок работ с демонстрацией личного отношения к проблеме и предложений по повышению эффективности профилактических мероприятий, недопущению стигмы и дискриминации в отношении людей, живущих с ВИЧ.

В рамках Всемирного дня борьбы со СПИДом в Дзержинском районе планируется проведение различных информационно-образовательных мероприятий, в том числе: информационной кампании по проблеме ВИЧ/СПИДа (лекции и беседы; публикации в прессе, радиопередачи, информации на официальных сайтах медицинских организаций и др.); массовых мероприятий для населения (акции, концерты, ток-шоу, круглые столы, дискотеки и др.).

Так в начале декабря в районе прошла районная профилактическая акция «#ТЫСИЛЬНЕЕ».



Ежегодно 14 ноября проходит Всемирный день диабета. Дата 14 ноября была выбрана в связи с тем, что в этот день родился Фредерик Бантинг, в октябре 1921 года совместно с Чарльзом Бестом впервые предложивший использование инсулина для лечения сахарного диабета.

**Сахарный диабет** — группа эндокринных заболеваний, связанных с нарушением усвоения глюкозы и развивающихся вследствие абсолютной или относительной (нарушение взаимодействия с клетками-мишенями) недостаточности гормона инсулина, в результате чего развивается гипергликемия — стойкое увеличение содержания глюкозы в крови. Заболевание характеризуется хроническим течением, а также нарушением всех видов обмена веществ: углеводного, жирового, белкового, минерального и водно-солевого.



В настоящее время известно несколько типов сахарного диабета (СД).

**СД 1-го типа** – инсулинозависимый, юношеский или детский, для которого характерна недостаточная выработка инсулина, необходимо ежедневное введение инсулина. Несмотря на то, что СД 1-го типа многие годы называется «детским» или «юношеским», данные о глобальных тенденциях свидетельствуют о том, что 42 % СД 1-го типа манифестирует у лиц старше 30 лет. Причина этого типа диабета неизвестна, поэтому в настоящее время его нельзя предотвратить.

**СД 2-го типа** – инсулинонезависимый, диабет взрослых людей, развивается в результате неэффективного использования инсулина организмом. Большинство больных диабетом страдают от СД 2 типа, что в значительной мере является результатом излишнего веса и физической инертности. Симптомы заболевания могут быть не ярко выраженными. В результате болезнь может быть диагностирована по прошествии нескольких лет после ее начала, уже после возникновения осложнений. До недавнего времени диабет этого типа наблюдался лишь среди взрослых людей, но в настоящее время он поражает и детей.

Во всем мире обеспокоены увеличением **гестационного** сахарного диабета (ГСД), который развивается или впервые выявляется у молодых женщин во время беременности.

ГСД является серьезным угрозой для здоровья матери и ребенка. У многих женщин с ГСД беременность и роды протекают с осложнениями, такие как высокое кровяное давление, большой вес при рождении младенцев и осложненные роды. У значительного числа женщин с ГСД в дальнейшем развивается СД 2 типа, что приводит к дальнейшим осложнениям. Чаще всего ГСД диагностируется во время пренатального скрининга.

Кроме того, имеются здоровые люди, у которых отмечается пониженная толерантность к глюкозе (ПТГ) и нарушение гликемии натощак (НГН), которые являются промежуточными состояниями между нормой и СД. Люди с ПТГ и НГН подвергаются высокому риску заболевания диабетом 2 типа, но этого может и не произойти.

На ранних стадиях симптомы диабета могут быть слабовыраженными, отсутствовать вовсе или смешиваться с симптоматикой других патологий, что требует проведения дифференциальной диагностики. Однако существует ряд признаков, к которым следует отнестись с особым вниманием. Среди них:

- сухость во рту при нормальном уровне потребления воды;
- частые позывы к мочеиспусканию;
- сухость и зуд кожи на ладонях, локтях, ступнях;
- постоянное чувство голода;
- быстрый набор(потеря) веса;
- медленное заживление ран;
- повышенная потливость;
- постоянное чувство усталости, низкая работоспособность.

Чтобы способствовать **предупреждению** диабета второго типа и его осложнений необходимо следующее:

- поддерживать оптимальный вес тела;
- быть физически активным (ежедневные физические упражнения снижают степень риска заболевания сахарным диабетом);
- придерживаться здорового питания и уменьшать потребление углеводов (сахара и др.) и насыщенных жиров;
- воздерживаться от употребления табака;
- контроль уровня глюкозы в крови;
- соблюдать рекомендации врача.

Диагноз «диабет» – не приговор, особенно для тех, кто готов решительно взяться за восстановление своего здоровья. Переходом к здоровому образу жизни с правильным питанием и достаточной двигательной активностью можно добиться не только заметного снижения дозы гормона, но и достичь стойкой ремиссии заболевания с полной отменой лекарств. Диабет 1-го типа с утратой функциональных участков поджелудочной железы излечению не поддается, возможна лишь успешная коррекция с искусственным поддержанием нормального обмена веществ.

Врач по профилактической медицине

Савицкая С.А

Издается Государственное учреждение «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: 801716-7-45-57; E-mail: [dz\\_rcg@tut.by](mailto:dz_rcg@tut.by); Наш сайт: [dzrcge.by](http://dzrcge.by)

Ответственный за выпуск: врач по медицинской профилактике Савицкая С.А.

Тираж – 500 экземпляров