



ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ 2021 Г. – ПОСТРОИМ БОЛЕЕ СПРАВЕДЛИВЫЙ, БОЛЕЕ ЗДОРОВЫЙ МИР

От пандемии COVID-19 пострадали все страны, но наибольшим ударом она стала для тех сообществ, чье положение было уязвимым еще до пандемии. Эти группы населения более других подвержены риску заболевания, имеют меньше возможностей для получения качественной медицинской помощи и в наибольшей степени страдают от негативных последствий мер, принимаемых для сдерживания пандемии.

Для предупреждения возникновения и распространения инфекции COVID-19 необходимо соблюдать некоторые требования:

1. использовать маски в соответствии с рекомендованными правилами.;

2. перед надеванием маски вымыть руки водой с мылом, если к проточной воде и мылу доступ затруднен, обработайте руки антисептиком. Все участки кожи кистей рук должны быть затронуты в процессе их обработки.

Наденьте маску цветной стороной наружу держась за ушные фиксаторы, расположив ее таким образом, чтобы складки на наружной поверхности были

направлены вниз. Плотно прижмите крепления в области носа. При наличии специальных складок на маске их необходимо развернуть. Маска должна закры-



вать рот, нос и подбородок.

Многоразовые средства индивидуальной защиты органов дыхания могут применяться только при условии индивидуального использования. После использования многоразовой маски перед ее повторным применением необходима стирка в горячей воде (не менее 60 градусов) с мылом или стиральным порошком, затем проглаживание утюгом с паром. При невозможности немедленной обработки многоразовые маски (например, нахождение вне дома), следует поме-

стить ее в индивидуальный пакет.

После снятия маски вымойте руки проточной водой с мылом или обработайте антисептиком.

Общие правила использования одноразовых и многоразовых масок:

Правило 1. Использовать маску не более двух часов.

Правило 2. Немедленно заменить маску в случае ее намочения (увлажнения), даже если прошло менее двух часов с момента использования.

Правило 3. Не касаться руками закрепленной маски.

Правило 4. Тщательно вымыть руки с мылом или обработать антисептиком после прикосновения к используемой или использованной маске.

Поддерживайте здоровье для всех: никто из нас не будет в безопасности, пока в безопасности не будут все.

*Помощник врача-гигиениста
Ирина Метелица*

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ГЕМОФИЛИИ

Всемирный день гемофилии — международный день, который отмечается по всей планете ежегодно, 17 апреля.

«Всемирный день гемофилии» призван привлечь внимание мировой общественности к проблемам, с которыми ежедневно сталкиваются больные гемофилией.

В мире в настоящее время насчитывается более 400 тыс. человек (один из 10 тысяч мужчин) больных гемофилией. В мировой истории самой известной носительницей гемофилии была английская королева Виктория. Болел гемофилией сын российского царя Николая II царевич Алексей.

Что такое гемофилия?

Гемофилия – это группа наследственных заболеваний, при которых нарушен процесс свертывания (коагуляции).

Гемофилия, она же «королевская болезнь» – страшное заболевание, способное полностью лишить человека радости жизни и значительно ее укоротить. Страдающий ею человек способен умереть от небольшой царапины или ушиба.

Обычно гемофилией страдают мужчины (наследственное заболевание, связанное с полом), женщины же обычно выступают как носительницы гемофилии и могут родить больных сыновей или дочерей-носительниц.

Причины гемофилии

Гемофилия вызвана мутациями в генах X-хромосомы. Гены кодируют белки (факторы крови), необходимые для свертываемости крови (образованию фибрина). Когда факторы крови отсутствуют или их количество недостаточно, свертываемость нарушается и кровотечение продолжается.

В зависимости от дефицита того или иного фактора свертываемости крови, различают гемофилию А (классическую), В (болезнь Кристианса), С и др.

Симптомы гемофилии

Пациенты с легкой гемофилией могут не иметь никаких симптомов, пока не возникнут повреждения кожи или тканей, в результате чего наблюдается

более длительное кровотечение. У людей с гемофилией умеренной тяжести симптомы могут наблюдаться на ранней стадии заболевания: кровоточивость при инвазивных вмешательствах (инъекциях, операциях, удалении зуба), гематурии, гемаартрозы. У детей легко возникают синяки, могут наблюдаться признаки внутренних кровотечений.

Гемофилия может проявиться в любом возрасте. На ранних стадиях — это может быть кровотечение перевязанной пуповины у младенца, кровоизлияние в кожу, клетчатку под кожей. У детей до одного года, может возникать кровотечение в период прорезывания зубов. Но в основном заболевание дает о себе знать после года, в период, когда ребенок становится более активным, учиться ходить.

Среди профилактических мер важное место занимает медико-генетическое консультирование вступающих в брак. Больному гемофилией и женщине-кондуктору гемофилии, а также здоровому мужчине и женщине-кондуктору не рекомендуется иметь детей. При беременности здоровой женщины от больного гемофилией на сроке от 14-й до 16-й недели беременности устанавливают пол плода с помощью метода трансабдоминального амниоцентеза. Если он покажет, что будущий ребенок является девочкой, то матери рекомендуют прервать беременность из-за опасности распространения гемофилии через женщину-кондуктора.

Для родителей гемофилия — это необходимость пожизненного ухода за больным ребенком, оберегание его от травм. Родителей учат оказанию первой помощи при гематомах и кровотечениях, медотикам ухода за больным ребенком.

В Республике Беларусь организовано Общественное объединение «Белорусская Ассоциация Больных Гемофилией».

Основные цели, которые ставит перед собой организация:



- улучшение качества жизни больных гемофилией, болезнью Виллебранда и другими врожденными коагулопатиями, и лечение их современным арсеналом лекарственных средств;

- защита интересов больных гемофилией, болезнью Виллебранда и другими врожденными коагулопатиями в органах здравоохранения Республики Беларусь и международных организациях.

Лечение гемофилии.

Людям с гемофилией настоятельно рекомендуется соблюдать ряд предо-

сторожностей:

- все внутримышечные инъекции при гемофилии строго запрещены, так как могут приводить к образованию обширных кровоизлияний в мягкие ткани;

- любые лекарственные препараты следует вводить только внутривенно, либо принимать внутрь;

- людям, больным гемофилией, следует избегать употребления таких лекарственных средств, как аспирин, ибупрофен и других препаратов, ухудшающих процессы свертывания крови;

- любое кровотечение у больного гемофилией может представлять угрозу для жизни, в связи с чем требуется немедленное обращение за медицинской помощью;

- при посещении стоматолога следует обязательно предупредить врача о своей болезни.

При достаточном количестве лекарственных средств больной гемофилией может вести полноценную жизнь: учиться, работать, создать семью, то есть являться полноценным членом общества и приносить пользу своей стране.

Для обеспечения необходимым количеством лекарственных средств больных гемофилией в Республике Беларусь проводятся все требуемые мероприятия.

В настоящее время, люди страдающие гемофилией, при правильном лечении живут столько же, сколько и здоровые люди.

**Врач-гигиенист
Анна Сухолет**

РЕСПУБЛИКАНСКАЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ АКЦИЯ «ДОМ БЕЗ НАСИЛИЯ» В 2021 ГОДУ ПРОВОДИТСЯ С 5 ПО 9 АПРЕЛЯ

По определению всемирной организации здравоохранения (далее – ВОЗ), насилие – это преднамеренное применение физической силы или власти, действительное или в виде угрозы, направленное против себя, против иного лица, группы лиц или общины, результатом, которого являются (либо имеется высокая степень вероятности этого) телесные повреждения, смерть, психологическая травма, отклонения в развитии или различного рода ущерб.

Согласно официальной позиции ВОЗ, причины насилия отчасти обусловлены биологическими или иными личностными факторами, предрасположенностью человека к агрессии, однако, чаще всего, такие факторы взаимодействуют с семейными, культурными и прочими факторами внешнего характера

и таким образом создают ситуацию, в которой возникает насилие.

Семья – это одна из величайших ценностей, созданных человечеством за всю историю его существования. В ее позитивном развитии и сохранении заинтересовано общество и государство, в креп-



кой, надежной семье нуждается каждый человек независимо от возраста.

Насилие в семье (домашнее насилие) является распространенным явлением во всем мире. В последние годы проблема насилия в семье вызывает к себе повышенное внимание со стороны правоохранительных органов и общественности. Демонстрация насилия в семье несет в себе угрозу для будущих поколений. Дети, являясь свидетелями домашнего насилия, усваивают пример насилия как основное средство разрешения семейных конфликтов и в будущем прибегают к нему в собственной семье.

Насилие в семье порождает и ряд таких социальных проблем, как рост числа разводов и неполных семей, детскую беспризорность и преступность несовершеннолетних.

Выделяют четыре основных вида домашнего насилия:

Психологическое насилие – чаще всего встречающийся вид насилия в се-

мье, к нему относится унижение, оскорбление, контроль поведения, изоляция, ограничение круга общения жертвы, «промывание мозгов», допрос, шантаж, угрозы причинения насилия.

Физическое насилие – прямое или косвенное воздействие на жертву с целью причинения физического вреда: нанесение увечий, тяжких телесных повреждений, побои, пинки, шлепки, толчки, пощечины, и другое. Одной из форм домашнего насилия в семье является телесное наказание.

Сексуальное насилие – любое принудительное сексуальное действие или использование сексуальности другого человека.

Экономическое насилие – попытки лишения одним взрослым членом семьи другого возможности распоряжаться семейным бюджетом, иметь средства и права распоряжаться ими по своему усмотрению, отказ в содержании детей, утаивание доходов, трата семейных денег, строжайший контроль расходов.

Злоупотребление алкоголем часто приводит к различному виду насилия в семье. Алкоголизм может не только усугублять такое поведение, но и проявлять ранее скрываемую агрессию.

Особую проблему в настоящее время представляет собой семейный алкоголизм, так как пьющие родители наносят вред не только своему здоровью, но и здоровью своих детей, так как воспитываются они в условиях постоянного страха, скандалов, неуравновешенного

поведения родителей, а часто жестокости и насилия с их стороны. В итоге, дети вырастают нервными, эмоционально неустойчивыми и с заниженной самооценкой, с различными формами патологического поведения. Таким образом, алкоголь воздействует не только на самого пьющего, но и на людей, окружающих его. Часто мужчины или женщины, склонные к алкоголизму, пренебрегают своими обязанностями, семьей и детьми, друзьями для того, чтобы удовлетворить свою потребность.

Социальный ущерб от алкоголизма огромен: распадаются семьи, растёт преступность, сокращается продолжительность жизни, снижается интеллектуальный уровень общества, что в конечном итоге тормозит нормальное развитие общества в целом.

В семье наиболее частыми жертвами насилия становятся женщины и дети. Согласно официальным данным статистики: каждая третья женщина в стране страдает от физического насилия в семье, в то время как за помощью обращается лишь треть из них.

Практические советы по предупреждению домашнего насилия.

Как не стать жертвой домашнего насилия? Что предпринять, если столкнулись с ним? Советов немного, но они очень важны.

Не молчите! Звоните на горячие линии, обращайтесь в государственные органы!

Обращайте внимание на «маркеры»

ВРЕМЯ КЛЕЩЕЙ ПРИШЛО

С середины весны начинается сезон активности клещей. У этих насекомых активный период бывает не один раз в году, а два. Весенний начинается, когда температура воздуха достигает приблизительно +10 °С, а второй период активности наступает примерно в конце августа и длится до середины октября.

Место укуса, в зависимости от возраста человека, состояния здоровья, вида клеща, длительности его пребывания на теле, может иметь разные признаки. В большинстве случаев укус клеща может быть безболезненным, многие часто не замечают его даже после того, как клещ отвалился от кожи. Наиболее частыми местами присасывания клещей к человеку являются область ушей, грудь, подмышки, шея, паховая область, живот и поясница

Как правило, место укуса проявляется покраснением округлой формы, которое не превышает одного сантиметра. Помимо характерного покраснения, распознать место укуса можно по слег-

ка припухшему месту на коже, в центре которого имеется черная точка. Если паразит еще не отвалился, то его торчащее тельце можно увидеть поверх пятна. На месте укуса также может развиваться жжение и зуд, которые обычно исчезают



в течение недели. Если в слюне клеща содержались возбудители опасных заболеваний, к примеру, боррелиоза, то при укусе может возникнуть эритема (растущее пятно), размер ее может достигать от 10 до 60 см. Пятно может иметь ярко-алый цвет, правильную круглую или эллипсоидную форму. При болезни Лайма

насилия уже на первом этапе знакомства с молодыми людьми: запрещает ли вам мужчина видиться с подругами, ограничивает ли общение с родителями?

Присматривайтесь друг к другу заранее. Психологи утверждают: агрессия и насилие встречаются чаще в семьях, где оба партнера имеют взрывной характер, не наделены терпением, не умеют ждать и анализировать.

Не будьте равнодушными, если знаете, что кто-то из знакомых подвергается домашнему насилию, или видите его.

Воспитывайте детей в уважении друг к другу.

Обращайте внимание на насилие в отношении детей. Оно не менее важно, чем в отношении женщин, и может иметь более серьезные последствия.

Помните, что психологическая помощь нужна и жертвам насилия и агрессорам.

Во всех областях республики и г. Минске создана и функционирует служба Экстренной психологической помощи по телефону «Телефон доверия». Помощь оказывается высококвалифицированными специалистами в области психологии и психотерапии бесплатно и анонимно.

Номер службы экстренной психологической помощи «Телефон доверия»:

Гродненская область – 8 – 0152 – 170

*Помощник врача-гигиениста
Ирина Метелица*

на коже может появиться сыпь и пятна размером 10- 12 см темно-красного или синего цвета, похожие на синяк. Пятна могут появиться как через два дня после укуса, так и спустя недели и возникают чаще в месте укуса или рядом с ним.

Как известно, болезнь легче предупредить, чем лечить. В первую очередь это меры личной профилактики. Отправляясь на природу, позаботьтесь о соответствующей одежде. Надевайте закрытую, плотно прилегающую одежду, лучше светлую, однотон-

ную (так легче заметить клеща), обязательно головной убор. Очень эффективно проведение периодических осмотров друг друга на предмет ползающих клещей и своевременное их удаление. Отпугнуть значительное количество клещей можно, нанося на одежду репелленты. После контакта с обработанной тканью

уже через 3-5 минут все прицепившиеся клещи становятся неспособными к присасыванию и отпадают от одежды. Избегайте употребления сырого козьего молока (может быть заражено клещевым

энцефалитом, вирус которого погибает после 2-х минутного кипячения).

Помните: каждый случай присасывания клеща должен сопровождаться обращением в медучреждение, для

проведения, при необходимости, профилактического лечения.

Помощник врача-эпидемиолога

Анна Хадый

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ БЕЗОПАСНОЙ ПАРФЮМЕРНО-КОСМЕТИЧЕСКОЙ ПРОДУКЦИИ

При выборе косметики и парфюмерии в первую очередь стоит обратить внимание на срок годности парфюмерно-косметического товара. Продавец обязан передать его покупателю с таким расчетом, чтобы он мог быть использован по назначению до истечения срока годности. После этого необходимо изучить обязательные сведения для этой группы товаров: название косметики, ее компонентный состав, эффект, который она оказывает, характер действия косметики, применение, противопоказания для применения, способы и условия хранения, объем или масса, уточнить сведения о государственной регистрации.

Помните, что вся необходимая информация о парфюмерно-косметической продукции в наглядной и доступной форме должна своевременно представляться потребителю продавцом, чтобы помочь правильно выбрать товар.

При передаче парфюмерно-косметических товаров в упаковке с целлофановой оберткой или фирменной лентой покупателю должно быть предложено проверить содержимое упаковки путем снятия целлофана или фирменной ленты.

При продаже данной продукции продавец должен соблюдать требования Закона БФ от 09.01.2002 № 90-З «О защите прав потребителей» и Технического регламента Таможенного союза ТР ТС 009/2011 «О безопасности парфюмерно-косметической продукции».

Парфюмерно-косметическая продукция, соответствующая требованиям ТР ТС 009/2011 «О безопасности парфюмерно-косметической продукции», должна иметь маркировку единым знаком обращения продукции на рынке государств — членов Таможенного союза.

Информация о товаре, размещенная на упаковке, этикетке изделия, открытке или листе-вкладыше, должна содержать следующие сведения о товаре:

наименование, название (при наличии) парфюмерной продукции и ее назначение;

наименование изготовителя и его

местонахождение (юридический адрес, включая страну);

страна происхождения парфюмерной продукции (если страна, где расположено производство продукции, не совпадает с юридическим адресом изготовителя);

наименование и местонахождение организации (юридический адрес), уполномоченной изготовителем на принятие претензий от потребителя (уполномоченный представитель изготовителя или импортер), если изготовитель не принимает претензии сам на территории государства — члена Таможенного союза;

номинальное количество (объем или масса) продукции в потребительской таре, за исключением парфюмерной продукции номинальным объемом менее 5 мл, или ее пробника;

срок годности (дата изготовления (месяц, год) и срок годности (месяцев, лет), или надпись «годен до» (месяц, год)



или «использовать до» (месяц, год);

описание условий хранения в случае, если эти условия отличаются от стандартных;

особые меры предосторожности при применении продукции (при необходимости);

номер партии или специальный код, позволяющие идентифицировать партию парфюмерной продукции;

сведения о способах применения парфюмерной продукции, отсутствие которых может привести к неправильному использованию потребителем парфюмерной продукции;

список ингредиентов/состав продукции (при этом, парфюмерную (арома-

тическую) композицию указывают как единый ингредиент без раскрытия ее состава).

Список ингредиентов может быть представлен либо на государственном языке, либо в соответствии с международной номенклатурой косметических ингредиентов (INCI) с использованием букв латинского алфавита.

Наименование изготовителя, местонахождения изготовителя и название продукции могут быть написаны с использованием букв латинского алфавита.

По требованию потребителя продавец обязан ознакомить его с товарно-сопроводительной документацией на товар, содержащей сведения об обязательном подтверждении соответствия товара требованиям законодательства о техническом регулировании (сертификат соответствия, его номер, срок его действия, орган, выдавший сертификат, или сведения о декларации о соответствии, в том числе ее регистрационный номер, срок ее действия, наименование лица, принявшего декларацию, и орган, ее зарегистрировавший).

Эти документы должны быть заверены подписью и печатью поставщика или продавца (при наличии печати) с указанием его места нахождения (адреса) и телефона.

Важно знать, что сведения о декларации о соответствии или о сертификате соответствия должны быть указаны в сопроводительной документации на продукцию. Отсутствие, вышеуказанных документов, а также отсутствие информации о товаре и изготовителе ставит под сомнение качество, безопасность и происхождение реализуемой парфюмерии.

Покупателю парфюмерной продукции необходимо знать, что вернуть такой товар в магазин можно только в том случае, если в нем есть недостатки, либо если при покупке не была предоставлена необходимая и достоверная информация о товаре.

Врач-гигиенист

Анна Сухолет

Издатель: Государственное учреждение «Вороновский районный центр гигиены и эпидемиологии»

Юридический адрес: ул. Советская, 81а, 231391, г.п. Вороново, Гродненская обл.

Телефон/факс: +375 (1594) 2-17-59

Официальный сайт: <http://www.cgev.grodno.by>

E-mail: cge-voronovo@yandex.by

Ответственный за выпуск: Ёдчик В.А.

Тираж 200 экз.