

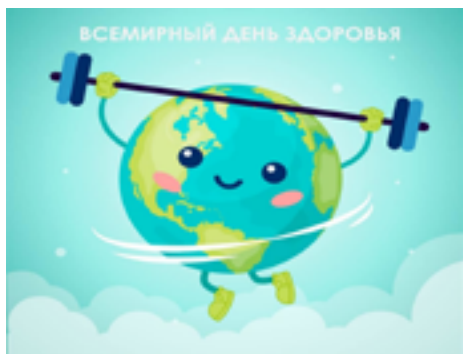
ВЕСТНИК ВОРОНОВСКОГО РАЙОННОГО ЦГЭ

информационный бюллетень

Понедельник • 01.04.2024

№ 04 (96)

7 АПРЕЛЯ - ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ



7 апреля 1948 года вступил в силу устав Всемирной организации здравоохранения (далее – ВОЗ). Эта дата считается «днем рождения» организации и ежегодно ее отмечают как Всемирный день здоровья. В уставе ВОЗ право на здоровье указано как неотъемлемое основное право любого человека без различия расы, религии или социального

Тема 7 апреля 2024 года дня здоровья – «**Мое здоровье – мое право**». Этот девиз напоминает о том, что право на здоровье одно из базовых прав человека, от реализации которого зависят все остальные наши права.

Здоровье, по определению ВОЗ, это не просто отсутствие болезней. Здоровье — это состояние полного физического, душевного и социального благополучия. С ростом благосостояния общества основные риски для здоровья смещаются в сторону поведенческих факторов: курение, употребление алкоголя, малоподвижный образ жизни, высокий уровень холестерина.

Все они приводят к росту числа неинфекционных заболеваний. Раковые, респираторные, сердечно-сосудистые заболевания и сахарный диабет становятся причиной 71% всех смертей в мире. К сожалению, виновниками этого во многом становимся мы сами.

Право на жизнь и здоровье име-

ют все люди, независимо от расы, национальности, пола и возраста. Оно принадлежит нам от рождения и включает в себя как право на полное физическое и психическое благополучие, так и право на достойную и доступную медицинскую помощь. Это право закреплено во Всеобщей декларации прав человека и в уставе Всемирной организации здравоохранения.

Медицина – это не очередная статья расходов, на которой можно сэкономить, и не коммерческое предприятие для извлечения максимальной прибыли. В первую очередь здравоохранение – это инвестиции в будущее государства и его населения. Здоровые и благополучные граждане лучше смогут реализовать себя, и в перспективе, возместят любые расходы. И это не только в финансовом смысле: здоровые и активные люди смогут производить блага и создавать духовные ценности.

Право на здоровье ассоциируется в первую очередь с развитым здравоохранением, но это понятие намного шире. В него входит обширный перечень факторов, помогающих каждому из нас вести здоровый образ жизни. ООН называет эти факторы «Основные детерминанты здоровья». Этот список включает следующие права:

- Доступ к чистой воде для питья и гигиены
 - Доступность безопасной пищи
 - Достаточное питание и комфортное жилье
 - Безопасные условия труда и окружающей среды
 - Образование и информирование в области здоровья
 - Гендерное равенство
- В реализации любого из прав

человека есть общие принципы, касаются они и права на здоровье.

Первый из них – равноправие. Любой житель земли должен иметь возможность вести здоровую жизнь, невзирая на национальность, пол, возраст.

Второй принцип – участие. Здравоохранение должно работать в интересах людей, как пациентов, так и медицинских работников.

Третий принцип – прозрачность. Статическая информация, финансовая отчетность, план развития и другая информация должна быть доступна всем желающим. Кроме того, право на здоровье включает в себя 4 важных и взаимосвязанных элемента:

- Охват. Население должно быть обеспечено тем количеством медицинских учреждений, товаров и услуг, которое ему требуется.
- Доступность. Медицинская помощь должна быть доступна всем, независимо от возраста, пола или достатка.
- Приемлемость. Медицинская помощь должна оказываться максимально корректно, с соблюдением стандартов медицинской этики, с уважением принятых в обществе норм, к особенностям пола и возраста пациента. Неукоснительно должны соблюдаться врачебная тайна и принцип информированного согласия.
- Качество. Медицина должна быть в первую очередь безопасной: древний принцип «не навреди» будет актуален всегда. Медицинская помощь должна быть целесообразной, не наносить неоправданного вреда организму пациента и не загрязнять окружающую среду.

*помощник врача-гигиениста
Ирина Метелица*

17 АПРЕЛЯ - 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.

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 Кристмаса), 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 кро-

вотечение. 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.

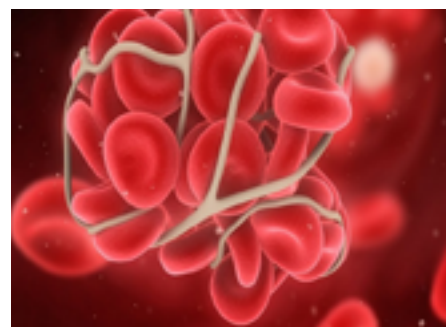
Среди **профилактических мер** важное место занимает медико-генетическое консультирование вступающих в брак. Больному гемофилией и женщине-кондуктору гемофилии, а также здоровому мужчине и женщине-кондуктору не рекомендуется иметь детей. При беременности здоровой женщины от больного гемофилией на сроке 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.

Людам с гемофилией настоятельно рекомендуется соблюдать ряд предосторожностей:

- все внутримышечные инъекции при гемофилии строго запрещены, так как могут приводить к образованию обширных кровоизлияний в мягкие ткани;
- любые лекарственные препараты следует водить 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.

Фельдшер-лаборант
Валентина Бутя



КЛЕЩИ ПРОСНУЛИСЬ

Быстрыми шагами наступает весна. Это значит, что сезон насекомых начинается. В частности, самых страшных и неприятных насекомых – клещей. Не многие осознают опасность этого небольшого паукообразного существа, питающегося кровью животных и людей. Но в действительности многие клещи являются переносчиками смертельного заболевания энцефалита, а также болезни Лайма, тифа и лихорадки, именно поэтому так важно беречь себя от них.

Начало активности

Активность клеща наступает в начале апреля, с первым потеплением до +4 и +5 градусов тепла. С ростом численности клеща растёт и количество нападений. Если температура внезапно опускается до -5 и ниже, клещ прячется в листву и впадает в оцепенение. Второй пик активности клещей происходит в конце лета — начале осени, он связан с циклом развития личинок.

Места обитания

Клещи обитают на всей территории Беларуси и в большинстве стран Европы. Чаще всего они прячутся в лесах, парках и густой траве. Трава – любимое место клещей, поэтому вероятность нападения из кустов высотой от 20 см до 1.5 метров равна 90%. В низкой траве шанс встретить клеща заметно ниже. Также клещи постоянно концентрируются около тропинок и лесных дорог. В сухих сосновых борах и местах редкой травы встретить насекомое практически невозможно.

Способы заражения

Переносчиками вирусного энцефалита являются иксодовые клещи. Не все клещи являются инфицированными, поэтому важно после укуса извлечь клеща и отнести его на диагностику в лабораторию, которая занимается такими исследованиями. Заражение происходит при заносе клещей животными или людьми на одежду, обуви или принесенными с улицы растениями.

Не все знают, что это не единственный возможный вариант заражения. При употреблении в пищу сырого молока коз и коров, в период нападения клещей, в их молоке также может содержаться инфекция. Поэтому необходимо употреблять этот продукт только после кипячения. Следует подчеркнуть, что заразным является не только сырое молоко, но и продукты, приготовленные из него:

творог, сметана и т.д.

Симптомы заражения

К заражению клещевым энцефалитом восприимчивы все люди, независимо от возраста и пола. Наибольшему риску заражения подвержены лица, деятельность которых связана с пребыванием в лесу.

Болезнь начинается остро, сопровождается ознобом, сильной головной болью, резким подъемом температуры до 38-39 градусов, тошнотой, рвотой. Беспокоят мышечные боли, которые наиболее часто локализуются в области шеи и плеч, грудного и поясничного отдела спины, конечностей. Внешний вид больного характерен – лицо гиперемировано, гиперемия нередко распространяется на туловище.

Профилактика заражения

Обязательным минимумом при посещении лесных зон в сезон клещей является:

- избегание темных тонов в одежде чтобы легче заметить клеща;
- заправлять верхнюю одежду в штаны, а штаны – в носки;
- обязательно использовать головной убор (шапка, капюшон, козырьок);
- обрабатывать одежду специальными химическими средствами защиты.

Самым же эффективным способом защиты от клещевого вирусного энцефалита является вакцинация. Важно помнить, что существующая вакцина направлена на защиту только от клещевого энцефалита. Для профилактики других инфекций, переносимых клещом (боррелиоз, риккетсиоз, эрлихоз, бабезиоз) пока вакцин нет. Прививка от клещевого энцефалита (как и любая другая) нужна для того, чтобы обучить иммунную систему определять вирус и бороться с ним. В процессе вакцинации появляются антитела (иммуноглобулины), и в случае встречи их с вирусом они его уничтожат.

5 главных мифов о клещах

Миф: Энцефалитная инфекция невероятно опасная, потому что каждый третий после укуса энцефалитного клеща умирает.

Правда: это заболевание поражает одного из нескольких сотен людей, которых укусил клещ. Среди заболевших на территории Европы умирают 1-2 процента. Если бы умирал каждый третий, то ежегодно была бы другая статистика: несколько десят-



ков тысяч смертей.

Миф: если постараться максимально быстро удалить присосавшегося клеща, то риск заболеть энцефалитом минимизируется.

Правда: Вирус содержится в слюне клеща, поэтому он попадает в организм человека моментально после укуса. Поэтому скорость извлечения в данном случае не играет никакой роли. Однако, быстрое извлечение клеща существенно снижает риск развития боррелиоза.

Миф: если анализ крови клеща показал наличие у него вируса, то укушенный человек в любом случае заболеет.

Правда: Присутствие вируса в организме клеща вовсе не говорит о том, что у человека также разовьется заболевание. В большинстве случаев наш иммунитет справляется с вирусом, попавшим в организм.

Миф: По внешнему виду можно легко отличить здорового клеща от инфицированного.

Правда: это ложь. Инфицированный клещ не обладает никакими отличительными особенностями.

Миф: когда вас укусил энцефалитный клещ, то место укуса болит гораздо сильнее.

Правда: когда вас укусил клещ – носитель вируса, на месте укуса вы не увидите и не почувствуете никаких особенных изменений. Никто вам по виду места укуса не скажет, какой именно клещ вас укусил, потому что это невозможно.

Друзья, будьте аккуратны и берегите себя! Соблюдайте все меры осторожности при выездах на природу в период обострения клещевой инфекции.

*Помощник врача-эпидемиолога
Анна Хадыц*

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ А

Вирусный гепатит А — одно из самых распространенных заболеваний печени, которое, в отличие от более тяжелых вирусных гепатитов, передается достаточно легко и поддается лечению практически без последствий для человека.

Вирус гепатита А может попасть в организм любого человека, он непрехотлив и устойчив к кислотной и водной среде, поэтому нередко заражение происходит через загрязненную воду и пищу.

Каковы симптомы?

Симптомы обычно проявляются по прошествии 2 - 6 недель после заражения. Продолжительность заболевания варьируется; больные, как правило, оправляются от болезни в течение 3 недель. Степень тяжести гепатита А повышается с возрастом; в редких случаях болезнь может стать причиной серьезных осложнений и печеночной недостаточности.

У взрослых на ранней стадии заболевания отмечаются **следующие симптомы:**

1. Потеря аппетита
 2. Тошнота и рвота
 3. Утомляемость
 4. Повышение температуры
 5. Боли в животе или боках в боку
- В ряде случаев могут наблюдать-

ся следующие характерные признаки заболевания, такие как: темно-желтая или коричневая моча, бледный или белый кал (экскременты), желтуха (желтые белки глаз или кожа).

Больные могут ощущать проявление всех либо некоторых симптомов заболевания.

В некоторых случаях, в частности у маленьких детей, характер течения гепатита А может напоминать гриппозную болезнь умеренной тяжести без желтухи; в отдельных случаях симптомы могут отсутствовать полностью.

Как распространяется заболевание?

Вирус покидает организм инфицированных лиц вместе с калом. Инфицирование окружающих происходит вследствие контакта со слизистой оболочкой ротовой полости рук, продуктов питания или объектов, предварительно контактировавших с инфицированным калом. Для распространения инфекции необходимо очень малое количество инфицирующего материала, невидимое невооруженным глазом.

Условия распространения гепатита А:

1. Игнорирование инфицированным лицом необходимости тщательного мытья рук после посещения

туалета.

2. Употребление воды или морепродуктов, зараженных вирусом.

Больной гепатитом наиболее заразен в течение 2 недель до и 1 недели после начала проявления симптомов заболевания.

Гепатит А не передается при поцелуях, чихании и не разносится слюной.

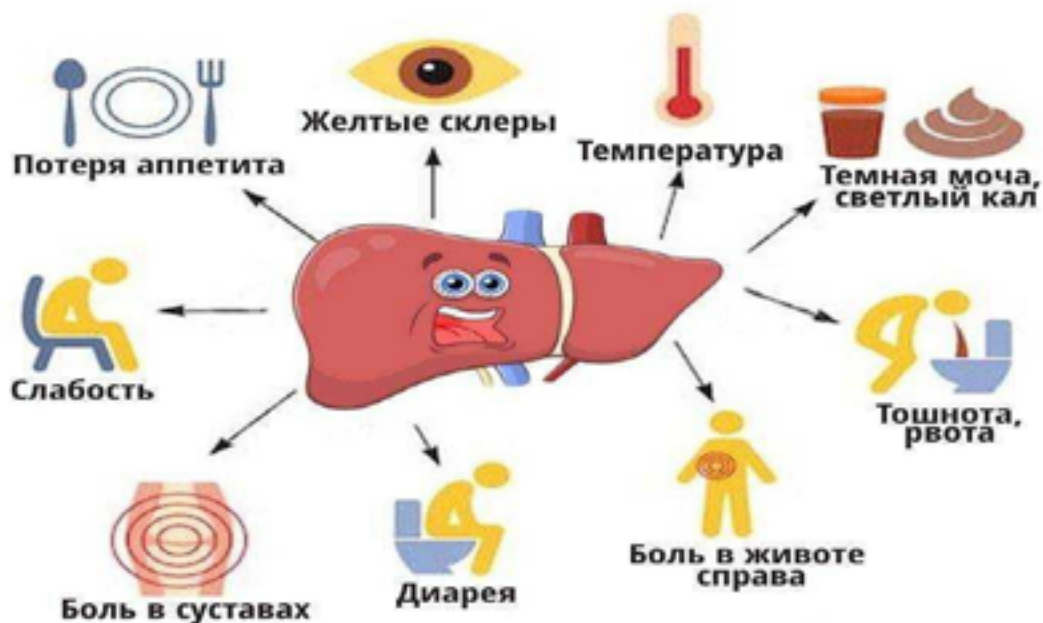
Профилактика гепатита А

Все медики сходятся во мнении, что профилактика вирусного гепатита А должна заключаться прежде всего в своевременной вакцинации, а также в соблюдении правил личной гигиены. На сегодняшний день вакцинация является единственным гарантированным методом защиты от гепатита.

Согласно статистике ВОЗ, ежегодно в мире гепатитом А заболевает более полутора миллионов человек. В отличие от более серьезных видов гепатита, данный вирус не опасен для жизни человека и его близких. При соблюдении рекомендаций врача можно без труда избавиться от гепатита А и полностью восстановить здоровье.

*Помощник врача-эпидемиолога
Алеся Берцевич*

Симптомы гепатита А



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.by>

E-mail: voronovo@cgev.by

Ответственный за выпуск: Берцевич А.П.