

ВЕСТНИК ВОРОНОВСКОГО РАЙ ЦГЭ

информационный бюллетень



государственное учреждение

«Вороновский районный центр гигиены и эпидемиологии»

Понедельник • 02.12.2019

№ 12 (44)

1 ДЕКАБРЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ ПРОТИВ СПИДА

1 декабря – Всемирный день борьбы против СПИДа. Этот день приобрел статус ежегодного события в большинстве стран мира и демонстрирует международную солидарность в борьбе с эпидемией ВИЧ/СПИДа. «Стремление к нулю: ноль новых случаев ВИЧ-инфекции. Ноль дискриминации. Ноль смертей вследствие СПИДа» – таков девиз Всемирного Дня борьбы со СПИДом. Этот девиз, провозглашенный Объединенной Программой ООН по ВИЧ/СПИДУ (ЮНЭЙДС) на 2011-2015 годы, ставит целью развитие успехов в борьбе с ВИЧ-инфекцией,

достижение стабилизации в распространении заболевания в мире. В этом году тема Всемирного дня – «Ускорение мер для искоренения СПИДа». Согласно статистике Всемирной ассоциации здравоохранения, на планете живет более 35 миллионов человек, инфицированных вирусом иммунодефицита (ВИЧ), и каждый день эта цифра увеличивается еще на 14–15 тысяч. По оценке ООН ВИЧ-инфекция занимает 5-е место среди причин смертности в мире. В Беларуси проживает с ВИЧ-положительным статусом 15 031 человек, показатель распространенности составляет 158,5 на 100 тысяч населения. Учитывая возрастающую роль полового пути передачи ВИЧ-инфекции, высокую распространенность ВИЧ-инфекции среди работающего населения в возрастных группах 30 лет и старше, противодействие распространению ВИЧ-инфекции является одним из стратегических направлений в обеспечении сохранения здоровья населения и демографической безопасности



Республики Беларусь.

Вот пять шагов, которых нужно знать, чтобы остановить СПИД.

1. Узнай, как передается ВИЧ-инфекция

ВИЧ-инфекция передается:

Через кровь при использовании общих шприцев при употреблении наркотиков, при нанесении татуировок зараженным инструментом, использовании чужих бритвенных принадлежностей.

При сексуальных контактах без презерватива.

От матери ребенку во время беременности, родах и грудном вскармливании.

2. Выбери безопасное поведение

Многие люди не защищают себя, потому что считают, что ВИЧ их не коснется. В настоящее время ВИЧ-инфекция вышла за пределы групп, подверженных наибольшему риску инфицирования и стала распространяться среди всего населения. Займись собой и прими решение, как ты будешь защищаться от ВИЧ.

Обсуди ВИЧ-инфекцию с друзьями, которым ты доверяешь. Будь последователен. Чтобы остановить ВИЧ-инфекцию ты должен вести себя безопасно в любой ситуации. Пообещай это себе. Даже если все вокруг рискуют заразиться.

3. Следуй выбранной позиции

Выбери, как ты будешь защищаться от ВИЧ-инфекции. Ты выбираешь следующее:

Быть верным одному сексуальному партнеру, который в свою очередь должен быть верен тебе.

Всегда использовать презерватив.

Это не символ «легкомысленности», а знак ответственного к себе отношения. Никогда не употреблять наркотики.

Пройди тест на ВИЧ. Попроси своего партнера сделать тоже самое.

4. Поговори со своим партнером

Разговор о ВИЧ-инфекции позволит тебе и твоему партнеру поделиться друг с другом важной информацией. Задай вопрос самому себе. Что ты знаешь о ВИЧ-инфекции, как ты относишься к проблеме ВИЧ/СПИД?

Убедись, что ты и твой партнер знаете, как передается ВИЧ.

5. Практикуй безопасное сексуальное поведение

Преобразуй сексуальные контакты в сексуальные отношения. Главное то, что ты чувствуешь себя свободным от страха перед возможностью заразиться ВИЧ.

Никто не позаботится о тебе лучше, чем ты сам!

Врач-эпидемиолог
Галина Белоус

19 ДЕКАБРЯ – ДЕНЬ ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВМАТИЗМА

По данным ВОЗ травмы и другие несчастные случаи (внешние причины) ежегодно становятся причиной гибели около 5 миллионов человек, что составляет почти 9% от общего числа смертей.

Травматизм – одна из значительных причин в структуре «глобального бремени болезней» и, соответственно, экономических потерь. Более 65% смертности от внешних причин приходится на тру-

доспособный возраст.

В нашей стране выделяют **производственные и непроизводственные травмы** (бытовые, уличные, дорожно-транспортные, спортивные и прочие).



ганду;

- целенаправленную работу по созданию здорового быта;
- организацию при жилищных советах специальных комиссий по борьбе с бытовым травматизмом;
- широкое привлечение общественности.

Одной из ведущих причин непосредственной гибели от травм являются дорожно-транспортные происшествия (ДТП). По

Производственная травма — травма, полученная работающим на производстве и вызванная несоблюдением требований безопасности труда.

Для **профилактики производственного травматизма** необходимо строго соблюдать правила техники безопасности. Рабочие должны обеспечиваться исправными средствами индивидуальной защиты и спецодеждой. Для оказания первой медицинской помощи обязательно наличие аптечек с восполняемым набором медикаментов, перевязочного материала, шин и др. Все новые сотрудники должны проходить периодический медицинский осмотр и обязательный инструктаж по технике безопасности. Получение знаний в области техники безопасности и их проверка должны носить постоянный характер.

Бытовые травмы включают несчастные случаи, не связанные с профессиональной деятельностью и произошедшие в доме, квартире, во дворе и других местах.

Основной причиной подобных травм (около трети случаев) является выполнение домашней работы (приготовление пищи, уборка и ремонт помещений и т.д.). Среди травм преобладают ушибы, ранения, ожоги и другие. Кисть является наиболее уязвимым местом. Около четверти бытовых травм возникает при падении во дворе или квартире. Алкогольное опьянение — основная причина возникновения бытовых травм, особенно в праздничные и выходные дни. Травмы, полученные в быту, у мужчин встречаются в 3-4 раза чаще, чем у женщин, причем у лиц в возрасте 18-25 лет они возникают в 4-5 раз чаще, чем у людей 45-50 лет.

Профилактика бытовых травм включает:

- улучшение условий быта;
- рациональную организацию досуга; проведение разнообразных культурно-массовых мероприятий;
- широкую антиалкогольную пропа-

данном, приведенным Всемирной Организацией Здравоохранения в результате дорожно-транспортных происшествий гибнет ежегодно около 1,25 миллиона человек, а от 20 до 50 миллионов получают травмы или становятся инвалидами. Почти половина (49%) случаев смертей в результате дорожно-транспортных происшествий в мире приходится на долю «уязвимых участников дорожного движения» — пешеходов, велосипедистов и мотоциклистов.

Снижению уровня травматизма и гибели людей в ДТП способствуют законы в области безопасности дорожного движения в отношении таких ключевых факторов риска как скорость, управление транспортными средствами в нетрезвом состоянии и использование мотоциклетных шлемов, пристяжных ремней и детских удерживающих устройств. Ношение мотоциклетных шлемов, как водителем, так и пассажиром, при использовании моторизованных двухколесных транспортных средств может способствовать снижению риска гибели на 40% и снижению риска тяжелых травм примерно на 70%. Управление транспортными средствами в нетрезвом состоянии повышает вероятность ДТП со смертельным исходом или серьезными травмами. Использование ремней безопасности способствует снижению риска смерти среди водителей и пассажиров, сидящих на переднем сидении на 45-50% и риск незначительных и серьезных травм на 20-45% соответственно. Среди пассажиров, сидящих на заднем сидении, ремни безопасности способствуют снижению смертельных и серьезных травм на 25%, а незначительных травм вплоть до 75%. Детские удерживающие устройства способствуют снижению вероятности смерти в результате аварии примерно на 90% среди де-

тей грудного возраста и на 54%-80% среди детей раннего возраста. Кроме того, в большей безопасности находятся дети, сидящие на заднем сидении транспортного средства.

Степень зрелости, интересы и потребности у детей иные, чем у взрослых. Как только дети достигают пятилетнего возраста, неумышленные травмы становятся самой большой угрозой их жизни, которая может надолго повлиять на отношения с другими людьми, учебу и игры. Причиной травм в детском возрасте часто является отсутствие должного надзора за детьми всех возрастных групп. В возрасте до 4 лет дети получают травмы, познавая окружающий мир. В возрасте от 5 до 10 лет травмы получают вследствие шалости, неосторожности. В возрасте от 10 лет и старше — вследствие борьбы за лидерство.

С наступлением зимы все чаще население получает травмы.

Причиной травматизма часто служит гололед, раннее наступление темноты, скользкая обувь. Ухудшение состояния проезжей части сказывается на увеличении частоты дорожных происшествий и роста числа пострадавших. Наиболее частые повреждения при этом: черепно-мозговая травма, переломы костей конечностей, сочетанная травма. Согласно статистическим данным на зимний травматизм приходится до 15% заболеваемости с временной утратой трудоспособности.

Основной причиной травматизма зимой является банальная спешка. Многие не замечают льда, припорошенного снегом, в результате чего падают и получают различные травмы.

У женщин этому способствует также ношение обуви на высоком каблуке. В ней легко споткнуться и упасть.

Потенциально травмоопасные места в период гололеда:

- ступеньки подъездов;
- ступеньки подземных переходов,
- остановки общественного транспор-



та;

- горки, в том числе детские.

В гололед лучше остаться дома, ну а если необходимо выйти на улицу, то надеть максимально удобную обувь на плоской подошве, избегать спешки, обходить опасные участки; при выходе из общественного транспорта или спуске по лестнице обязательно держаться за перила или попросить прохожих о помощи.

Ознобления и отморожения (15-17% всех зимних травм) – ещё одна серьёзная проблема травматологии. Получить ознобление конечностей можно и при температуре +4 градуса, если будет повышенная влажность воздуха. Обувь должна быть теплой и просторной, так вы предотвратите ознобления и отморо-

жения.

При отморожениях никогда не растирайте пораженную область снегом. Чтобы предотвратить омертвление тканей, согревание пораженной области должно быть постепенным! Когда пострадавший попадет в теплое помещение, укутайте отмороженную руку шарфом, чтобы предотвратить резкое повышение температуры. Если отморожение несильное, можно слегка растереть эту область чистой шерстяной тканью. Дайте выпить пострадавшему горячего чая.

Отягощающим фактором травматизма является состояние алкогольного опьянения, сопровождающее травмы почти в 30% случаев. В зимний период алкогольное опьянение может стать непосредственной причиной не только

переохлаждения, отморожения кистей и стоп, но и замерзания при относительно небольших морозах.

Во время новогодних праздников хочется предостеречь от вероятности получения травм в результате использования многообразных пиротехнических изделий, которые нередко становятся причиной очень тяжелого ожога или даже смертельного случая.

Крепкого всем здоровья. Помните, что травму легко получить, но можно себя предостеречь, если быть более бдительным и внимательным!

*Помощник врача-гигиениста
Наталья Вольнец*

ВСЕМИРНАЯ НЕДЕЛЯ ПРАВИЛЬНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АНТИБИОТИКОВ

Неуклонный рост антибиотикорезистентности – одна из острейших глобальных медицинских и социальных проблем. Следствием этого является увеличение заболеваемости, сроков стационарного лечения и уровня смертности. Сегодня человечество вплотную подошло к тому рубежу, за которым устойчивость к антибиотикам станет серьёзной угрозой для общественного здравоохранения.

Разработка новых антибиотиков – сложный, длительный и крайне дорогостоящий процесс. Антибиотики теряют свою эффективность так быстро, что фармацевтические компании не успевают создавать новые. Рациональное применение имеющихся на рынке антибиотиков – одно из условий сохранения чувствительности микроорганизмов к ним.

Начиная с 2015 года по инициативе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в ноябре проводится Всемирная неделя правильного использования антибиотиков (World Antibiotic Awareness Week). В текущем году Всемирная неделя правильного использования антибиотиков в Европейском регионе ВОЗ в очередной раз посвящена реализации подхода «единое здравоохранение», в основе которого лежит неразрывная связь между охраной здоровья людей и охраной здоровья животных. Неправильное использование противомикробных препаратов для лечения как людей, так и животных ускоряет распространение устойчивости к этому виду лекар-



ственных средств, что в перспективе может привести к серьёзным последствиям для здоровья населения.

Основные факты об устойчивости к антибактериальным лекарственным средствам.

Устойчивость к антибиотикам – одна из наиболее серьёзных угроз для здоровья человечества, продовольственной безопасности и развития.

Устойчивость к антибиотикам может затронуть любого человека, в любом возрасте и в любой стране.

Устойчивость к антибиотикам – естественное явление, однако неправильное использование антибиотиков людьми и их неправильное введение животным ускоряет этот процесс.

Все больше инфекционных заболеваний (например пневмонию, туберкулез, сальмонеллез) становится труднее лечить из-за снижения эффективности антибиотиков.

Следствием устойчивости к ан-

тибиотикам являются более продолжительные сроки госпитализации, рост медицинских расходов и смертности.

В настоящее время по причине антимикробной устойчивости погибают порядка 700 тысяч человек в год. По мнению экспертов, если ситуация с применением антибиотиков не изменится, то к 2050 году антимикробная резистентность станет причиной 10 миллионов смертей ежегодно и превысит смертность от онкологических заболеваний.

Что каждый может сделать для предотвращения распространения устойчивости к антибиотикам?

принимать антибактериальные лекарственные средства *только по назначению медицинского работника;*

всегда *соблюдать рекомендации медработника при использовании антибактериальных лекарственных средств;*

никогда *не давать свои антибактериальные лекарственные средства другим лицам,* не использовать оставшиеся антибиотики;

предупреждать заражение инфекционными заболеваниями путем *своевременной вакцинации, соблюдения правил личной гигиены, исключения тесного контакта с заболевшими.*

*Врач-эпидемиолог
Галина Белоус*

В ОЖИДАНИИ ПРАЗДНИКА...

Не за го-рами всеми любимые и долгожданные рождественские и новогодние праздники. Каждый стремится побаловать своих родных подарками и вкусной едой, купленными в магазинах и на рынках.

Чтобы не омрачить праздник и не испортить себе настроение хочется напомнить в очеред-



случайных продавцов; игрушки для детей не должны издавать сильный запах, громкие звуки, окрашивать руки;

не гонитесь за очень дешевой продукцией, так как **дешевая продукция, не всегда является качественной.** Ведь чтобы удешевить продукцию, производители используют дешевые заменители натуральных состав-

ной раз **основные правила покупателя:**

всегда смотрите на сроки годности пищевой продукции. Не забывайте, что вся парфюмерно-косметическая продукция имеет также сроки годности;

уточняйте у продавцов **наличие документов, подтверждающих качество и безопасность покупаемых товаров;**

помните: каждая единица пищевой продукции, упакованная в пакет, полиэтиленовую пленку должна иметь **четкую маркировку с указанием сроков годности и температурного режима**

хранения;

следите за соблюдением **температурных режимов хранения и реализации пищевой и парфюмерно-косметической продукции,** ведь от этого зависит качество приобретаемых товаров;

покупая пищевую продукцию у физических лиц помните, что качество и безопасность этих продуктов зависит напрямую от добросовестности и порядочности людей, их изготовивших и вырастивших;

не покупайте товары, а особенно пищевую продукцию, у

ляющих.

К слову, санитарной службой района за истекший период 2019 года изъято из обращения около 350 кг пищевой продукции и 110 единиц непродовольственных товаров, несоответствующих установленным требованиям.

Последнее слово всегда за покупателем. И пусть ничего не омрачит Ваше ожидание праздника.

Помощник врача-гигиениста

Елена Зверко



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@mail.grodno.by

Ответственный за выпуск: Ёдчик В.А.