

ВЕСТНИК ВОРОНОВСКОГО РАЙ ЦГЭ

информационный бюллетень



государственное учреждение

«Вороновский районный центр гигиены и эпидемиологии»

Понедельник • 05.03.2018

№ 3 (23)

1 МАРТА – МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С НАРКОТИКАМИ



В течение последних лет проблема немедицинского потребления наркотических средств, психотропных, токсических и других одурманивающих веществ актуальна для большинства стран мира, в том числе и для Республики Беларусь.

Наркомания – это тяжелое психическое заболевание, которое начинается со случайного или принудительного приема наркотика, с последующим формированием наркотической зависимости организма человека. Наиболее характерными проявлениями наркомании являются непреодолимое желание или навязчивое стремление дальше принимать наркотическое вещество и получать его любыми способами. Современные наркотические средства способны сформировать такую зависимость всего с первого приема.

Последствия этого заболевания чрезвычайно опасны, так как происходят грубые нарушения функций внутренних органов, нервной системы и деградация личности.

Наркотики – химические вещества растительного или синтетического происхождения, способные вызвать изменение психического состояния.

В последнее время актуальной проблемой является распространение курительных смесей – СПАЙС. Спайс – это общее название для многочисленных ку-

рительных смесей и является однородной смесью для курения, состоящей из разнообразных синтетических веществ и натуральных компонентов.

Согласно информации, полученной из медицинских интернет-сайтов и научных изданий, употребление «спайсов» приводит к следующим последствиям:

1. Локальные реакции организма, которые возникают по причине прямого негативного влияния дыма на слизистые организма.

Почти все приверженцы курительных смесей страдают постоянным кашлем, усиленным слезоотделением, имеют хриплый голос, как во время курения, так и в промежутках. Постоянное воздействие дыма смесей на слизистые становится причиной, которая вызывает развитие воспалений дыхательных путей хронического характера. Часто развиваются хронические ларингиты, фарингиты и воспаления легких. Продолжительное курение таких смесей может привести к развитию рака полости рта и гортани, глотки и легких.

2. Реакции центральной нервной системы.

Влияние ингредиентов дыма на центральную нервную систему обуславливает привыкание к курению «спайса». Со стороны центральной нервной системы могут проявляться разнообразные реакции: состояние эйфории, неаргументированная истерика или взрывы хохота, расстройства координации и ориентирования, визуальные и слуховые галлюцинации, абсолютная утрата

способности контролировать себя и свое поведение. Известно огромное количество случаев, когда накурившиеся люди прыгали с последнего этажа высотного дома или купались в ледяной воде.

При регулярном курении «спайсов» возникают необратимые нарушения деятельности центральной нервной системы. Могут наблюдаться стойкие нарушения внимания, ослабление памяти и снижение интеллекта, появляется склонность к депрессии и суициду. Кроме всего прочего, курильщики «спайса» имеют все шансы если не умереть, то стать инвалидами по причине тяжелых поражений центральной нервной системы.

3. Сильная интоксикация организма.

При проникновении с дымом отравляющих веществ могут возникнуть токсические реакции – тошнота и рвота, учащенное сердцебиение и высокие показатели артериального давления, спазмы и судороги, обморок и кома, что существенно затрудняет диагностику и назначение грамотного лечения. Систематическое применение такого рода курительных смесей провоцирует физическое и психическое привыкание, а абстинентный синдром (или синдром отмены) проявляется болями во всем теле, тошноте, лихорадке. Курение смеси приводит к расстройству психики и про-



20 МАРТА – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ ПОЛОСТИ РТА

воцирует нарушения памяти, умственной деятельности, внимания. По другим клиническим наблюдениям, долгосрочное употребление «Спайс» оказывает негативное воздействие на печень, половую и сердечно-сосудистую системы и другие заболевания.

Необходимо всегда помнить, что:

* лжец тот, кто делит наркотики на «сильные» и «слабые», утверждая, что последние безвредны;

* первая доза наркотика доставляет кратковременное удовольствие. Затем доза многократно возрастает – начинается привыкание. Современные наркотические средства способны сформировать зависимость с первого приема;

* наркотическое одурманивание лишает интереса к жизни, доводя до одиночества и самоубийства;

* ни запреты, ни свобода потребления наркотиков от заболевания наркоманией не спасают.

В настоящее время существуют различные виды помощи лицам, страдающим зависимостью от наркотических веществ:

* отделение неотложной наркологической помощи УЗ «ГОКЦ «Психиатрия-наркология» – стационарное купирование симптомов «ломки», т.е. состояния отмены;

* дневной стационар (наркология) УЗ «ГОКЦ «Психиатрия-наркология» – купирование состояния отмены наркотических препаратов (возможно лечение на анонимной основе);

* наркологическое отделение реабилитации лиц, зависимых от психоактивных веществ (лечение стационарное, 28 дней, при условии полного отказа от употребления наркотических веществ);

* общество анонимных алкоголиков и наркоманов.

Более полную информацию о лечении можно получить по телефонам:

8 (0152) 75 67 54 – регистратура диспансерного наркологического отделения

8 (0152) 75 69 47 – дневной стационар (наркология)

8 (0152) 75 67 52 – отделение неотложной наркологии

8 (0152) 75 74 62 – наркологическое отделение для лечения и реабилитации лиц, страдающих зависимостями.

В центре круглосуточно работает телефон доверия – 170, по которому можно получить консультативную помощь по вопросу лечения наркотической зависимости.

*Помощник врача-гигиениста
Ирина Метелица*

Всемирный день здоровья полости рта – это международный день, провозглашающий важность здоровья полости рта для людей всех возрастов во всех странах мира. Забота о полости рта является одним из основных компонентов общей профилактики и заботе об организме. Красивая улыбка и здоровая полость рта позволяет на протяжении всей жизни быть человеку уверенным, является символом благополучия и здоровья.

Первичная профилактика основных стоматологических заболеваний, значительно улучшает стоматологическое здоровье, что положительно влияет на общее здоровье и качество жизни людей. По сути, кариес зубов и патология околозубных тканей – это инфекционные заболевания, развивающиеся в благоприятных для микрофлоры условиях. Но стоит только изменить эти условия – и вы сможем достаточно эффективно бороться за сохранение стоматологического здоровья. И что это за условия? Наверное, наследственность? Или экология? Или что-то еще? Нет. Это всего три простых правила, на которых базируется весь мировой опыт. И они достаточно просты: правильная гигиена полости рта, правильное питание и использование фторидов. И регулярное посещение стоматолога с профилактической целью. Да, это так просто. Остановимся подробнее на каждом.

Правила гигиены полости рта.

С самого рождения ребенка родители, бабушки, дедушки, да и все люди испытывают глубокое чувство нежности и любви. И часто нам хочется просто расцеловать это чудо. Но если вы имеете патологию в полости рта, то с к а ж д ы м поцелуем инфицируете ребенка бактериями, способствующими развитию кариеса и болезней периодонта. А с момента прорезывания зубов



это становится особенно актуальным. Пользуйтесь специальными ополаскивателями для полости рта, чтобы снизить концентрацию бактерий. До появления зубов полость рта ребенка следует ежедневно очищать с помощью тканевой или бумажной салфетки. С момента прорезывания зубов их следует 2 раза в день очищать от налета с помощью мягкой зубной щетки. Зубную щетку и пасту для ребенка поможет выбрать детский врач-стоматолог. Если ребенок хочет чистить зубы самостоятельно, то родители должны обязательно контролировать сам процесс и количество наносимой на зубную щетку пасты.

Кроме того, существует множество дополнительных средств гигиены полости рта – зубные нити, межзубные ершики, ополаскиватели, щетки для протезов и т.д. Пользоваться всем этим Вас может научить врач-стоматолог.

Рациональное питание

Для предупреждения стоматологической крайне важно правильно организовать рацион и режим питания в соответствии с потребностями организ-



ма, которое будет сбалансировано по содержанию и количеству белков, жиров, витаминов, углеводов. Избыточное содержание и длительное пребывание в полости рта продуктов, богатых углеводами, и, особенно, сахарами, оказывает негативное влияние на стоматологическое здоровье. Количество приемов пищи не должно превышать 5–6 раз в день, включая 3 основных приема пищи и 2 перекуса. Очень важно организовать правильное питание для детей. Сладости и фрукты следует давать ребенку сразу после приема пищи или перед чисткой зубов. В качестве промежуточного приема пищи лучше использовать сыр, йогурт, орехи, несладкие фрукты и овощи. Не следует давать ребенку в детский сад конфеты, сладкое печенье, вафли и другие сладости, так как их употребление между основными приемами пищи особенно вредно для зубов.

Использование фторидов

В качестве носителя добавок фторидов всему населению рекомендуется пищевая йодировано-фторированная соль, которую следует добавлять к пище в процессе ее приготовления. Фторид-содержащие зубные пасты рекомендуются для постоянного ежедневного двукратного применения при чистке зубов всему населению (с возрастными ограничениями по концентрации и расходу пасты для детей).

Регулярное посещение стоматолога

Посещайте стоматолога не менее одного раза в год. При этом Вам будут своевременно назначены и проведены профилактические мероприятия, а при необходимости и лечение зубов. Не откладывайте визит к стоматологу, если Вы заметили появление на зубах белых пятен. Чаще всего так проявляется начальная форма кариеса. Лечение кариеса зубов на ранних стадиях безболезненно и наиболее эффективно, в то время как в запущенных случаях зуб нередко приходится удалять. Соблюдение этих простых правил поможет сохранить вашу улыбку белоснежной и избавить от стоматологических и многих других заболеваний.

Улыбайтесь на здоровье!

*Помощник врача-гигиениста
Ирина Метелица*

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О КОРИ



Корь – это острое вирусное инфекционное заболевание, характеризующееся острым началом, повышением температуры до 38 °С и выше, обильными выделениями из носа, конъюнктивитом, кашлем, характерной пятнисто-папулезной сыпью кожных покровов, сыпью на слизистой оболочке рта, напоминающей манную крупу. Типичный вид больного корью: глаза красные, гноящиеся, веки утолщены, светобоязнь, лицо одутловатое, нос и верхняя губа отекают.

Корь – одно из самых заразных заболеваний. Если не болевший корью или не привитый человек общается с больным, то вероятность заражения корью приближается к ста процентам.

Передача возбудителя инфекции от больного происходит воздушно-капельным путем при кашле, чихании, крике, плаче, разговоре по воздуху.

Заражение возможно как при тесном общении с больным, так и при нахождении в соседних с больным помещениях. Это связано с тем, что вирус кори отличается очень высокой летучестью – в составе аэрозоля с потоками воздуха может переноситься по вентиляционным трубам, шахтам лифтов в другие помещения и даже на другие этажи.

Опасность кори заключается в возможном развитии постинфекционных осложнений. Наиболее распространенные из них – пневмония, энцефалит, менингит, отит, слепота, пиодермия, умственная отсталость.

Единственной радикальной мерой, способной защитить от заболевания корью является вакцинация. Вакцины против кори создают надежный иммунитет, сохраняющийся более 20 лет.

Вакцинация проводится детям в возрасте 12 месяцев, ревакцинацию проводят в 6 лет комбинированной вакциной против кори, краснухи и эпидемического паротита.

Вороновский районный центр гигиены и эпидемиологии рекомендует по возможности воздержаться от поездок в неблагополучные страны Европейского региона (Украина, Румыния, Италия, Великобритания, Греция, Германия, Латвия, Польша, Франция, Швеция). А перед выездом уточнить свой прививочный статус в амбулаторно-поликлинических учреждениях по месту жительства и, при необходимости, вакцинироваться против кори (если Вы не болели корью или у Вас отсутствуют данные о прививках против кори или имеются сведения только об одной прививке).

В случае возвращения из поездки за границу и появления симптомов инфекционного заболевания (повышение температуры тела, сыпь, боли в горле, кашель, конъюнктивит) нужно немедленно обращаться к врачу и акцентировать его внимание на недавнее возвращение из зарубежных стран.

*Врач эпидемиолог
Галина Белоус*

24 МАРТА – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С ТУБЕРКУЛЕЗОМ



24 марта 1882 года немецкий ученый Роберт Кох открыл микробактерию туберкулеза, которую назвали «палочкой Коха». Именно в этот день – отмечается Международный день борьбы с туберкулезом.

Возбудитель заболевания – необычайно жизнеспособный микроорганизм, который сохраняет свои свойства при высыхании, замерзании, после обработки спиртом, кислотой, щелочью. Но бактерия быстро погибает при воздействии прямых солнечных лучей, высоких температур. Наибольшая опасность заражения отмечается в темных, сырых и непроветриваемых помещениях.

Источник – больной человек, иногда даже не знает о болезни, так как туберкулез может протекать под видом обычной простуды, длительно не вылечивающейся пневмонии, а иногда без каких-либо проявлений. Чаще всего люди заражаются воздушно-капельным путем, общаясь с больным-бактериовыделителем, при чихании, разговоре, кашле. Любому человеку может вдохнуть инфицированный воздух, в котором содержится микобактерия туберкулеза. Тем не менее, чем длительнее и чаще контакты с бактериовыделителями, тем выше вероятность заболеть туберкулезом. Поэтому самый большой риск заражения у членов семьи и друзей больного. К счастью, не все люди, имевшие контакт с больным туберкулезом, заболевают. Из

общего количества людей, инфицированных туберкулезом, заболевает каждый десятый, то есть только 10 % из всех инфицированных заболевает на протяжении жизни, остальные 90 % остаются до конца жизни инфицированными, но болезнь у них не развивается.

Симптомы туберкулеза зависят от того, какой орган поражается заболеванием. Наиболее часто поражаются легкие, и основным симптомом туберкулеза легких является кашель, продолжающийся более 3-х недель, сопровождающийся отделением мокроты, иногда с кровохарканьем. Другие наиболее частые признаки заболевания: повышенная температура, ночная потливость, потеря аппетита, утомляемость, потеря массы тела, слабость.

Если появились такие симптомы, необходимо незамедлительно обратиться к врачу и обязательно пройти рентгенографическое исследование органов грудной клетки. Не следует бояться диагноза «Туберкулез». Чем раньше начато лечение, тем больше вероятность выздоровления.

В настоящее время туберкулез является одной из важных и актуальных медико-социальных проблем. Государство и медики прилагают массу усилий для профилактики, выявления и лечения больных туберкулезом. Профилактика туберкулеза подразделяется на социальную, санитарную, специфическую.

Социальная профилактика представ-

ляет собой широкий спектр мероприятий, способствующих предотвращению не только туберкулеза, но и других заболеваний. Она направлена на улучшение питания, жилищно-бытовых условий, экологии, повышение материального благосостояния и укрепление здоровья населения, развитие массовой физической культуры и спорта, проведение мероприятий по борьбе с алкоголизмом, наркоманией, табакокурением и другими вредными привычками.

Санитарная профилактика – система мероприятий, целью которой является предупреждение заражения людей туберкулезом. Основная задача санитарной профилактики – ограничение контактов больных туберкулезом, способных заразить окружающих, со здоровым населением.

Специфическая профилактика – вакцинация и химиопрофилактика. Доказано, что вакцинация младенцев в роддоме является основным методом профилактики туберкулеза. Она снижает заболеваемость, а также предупреждает развитие остро прогрессирующих форм туберкулеза (менингит, милиарный туберкулез, казеозная пневмония). Химиопрофилактика – профилактическое противотуберкулезное лечение проводится лицам, находящимся в тесном контакте с больным туберкулезом (проживание в одной комнате, тесное общение на работе).

Борьба с туберкулезом проводится во всех странах мира, тем не менее эпидемиологическая ситуация с туберкулезом в республике остается напряженной. В 2017 г. показатель заболеваемости в республике составил 21,92 на 100 тыс. населения. В Гродненской области было зарегистрировано 261 случай, показатель заболеваемости – 24,88 на 100 тыс. населения. Из числа заболевших 120 человек с бактериовыделением. В Вороновском районе зарегистрировано 10 случаев впервые выявленного туберкулеза, показатель заболеваемости – 38,73 на 100 тыс. населения.

Однако нельзя возлагать проблемы борьбы с туберкулезом только на государственные структуры. Каждый взрослый человек несет личную ответственность за свое здоровье.

*Помощник врача-эпидемиолога
Анна Высоцкая*

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: Дервоедов Д.Г.

Тираж 200 экз.