

ВЕСТНИК ВОРОНОВСКОГО РАЙ ЦГЭ

информационный бюллетень



государственное учреждение

«Вороновский районный центр гигиены и эпидемиологии»

Понедельник • 01.04.2019

№ 4 (36)

2 АПРЕЛЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ РАСПРОСТРАНЕНИЯ ИНФОРМАЦИИ О ПРОБЛЕМЕ АУТИЗМА



Существуют разные теории, но, ни одна из них не может целиком и полностью объяснить природу данного расстройства.

Для того, чтобы понять что происходит с таким ребенком, представьте себе, что все, что вы ощущаете, чувствуете, увеличилось или уменьшилось стократно. Легкие прикосновения могут вызывать у вас боль или, наоборот, сильный удар – остаться незамеченным. Яркая вещь, ранее привычные звуки станут пугающими, а речь собеседника превратится просто в мелодию.

Цель этой даты — подчеркнуть необходимость помогать людям, страдающим неизлечимым заболеванием, и повышать уровень их жизни. Ведь численность детей, страдающих аутизмом, высока во всех регионах мира и имеет громадные последствия для детей и их семей.

Сам термин «autismus» был придуман швейцарским психиатром Эйгеном Блейлером в 1910 году при описании симптомов шизофрении. В основу этого неологизма, означающего «ненормальное самолюбование», он положил греческое слово «ауто» («сам»), намереваясь подчеркнуть «уход пациента в мир собственных фантазий, любое внешнее воздействие на который воспринимается как нестерпимая назойливость».

Аутизм – психическое расстройство, которое возникает в результате нарушений развития головного мозга, характеризуется дефицитом социального контакта и общения, ограниченными интересами и однотипными, повторяющимися действиями.

На сегодняшний день аутизм, наверное, смело можно назвать одним из самых «странных» психических расстройств в детском возрасте, потому что до сих пор неизвестно, что является причиной его возникновения и, что именно нарушается у такого ребенка.

Конечно, взрослый человек мог бы как-то приспособиться даже к таким трудностям, но ребенок с **расстройством аутистического спектра (РАС)** испытывает их с самого рождения. Сложно такое представить, но можно понять, что в таком случае мир людей и мир вещей воспринимаются им иначе. Но как это «иначе» мы можем только догадываться. Именно такое искажение психического развития у детей с аутизмом приводит к формированию защитного механизма, который «отгораживает» такого ребенка от воздействий внешнего мира и тем самым затрудняет контакт с ним, искажая все его развитие. У таких детей отмечаются выраженные трудности во взаимодействии с другими людьми и с окружающим миром в целом. У них нарушены эмоциональные связи даже с самыми близкими людьми. Одни дети с аутизмом могут вообще не пользоваться речью, а другие выдают развернутые взрослые монологи, цитируют фразы из книжек и мультфильмов. И в том, и в другом случаи их речь практически не выступает средством общения. Что же касается их интеллектуальных способностей, то здесь такая же картина: ребенок с аутизмом может решать сложные математические задачи и быть не способным

сходить в магазин или завязать шнурки.

Игра, если ее можно так назвать, весьма своеобразна. Она заключается в манипулировании какими-то, часто не игровыми предметами: переливание воды, любование бликами, выкладывание палочек в ряды. При этом попытки вмешаться, изменить или остановить игру вызывают бурный протест.

Если уж такой ребенок смог как-то влиться в этот мир, то он будет оберегать привычный для него уклад жизни. Не потому что он упрям, а потому, что любые, даже незначительные изменения, подобны кошмару.

Такого ребенка отличает крайняя необычность, часто вычурность в поведении, привычках, которая отнюдь не связана с плохим воспитанием или дурным характером, который им часто приписывают окружающие. Ребенок с аутизмом развивается иначе уже с самого рождения, его развитие искажается, поэтому внимательные родители уже в младенчестве замечают характерные особенности.

Аутизм одно из тех заболеваний, которое кроме нарушений психического здоровья, имеет ряд социально значимых последствий: проблемы социальной адаптации; проблемы обучения, профессиональной подготовки; значительное снижение качества жизни; высокий уровень инвалидности; наличие серьезного стресс-фактора (установление диагноза аутизм) для семьи и ближайшего окружения пациента.

В настоящее время становится все более понятным, что детский аутизм не является проблемой одного только детского возраста. Трудности коммуникации и социальной адаптации меняют форму, но не уходят с годами, и помощь и поддержка должны сопровождать человека, страдающего аутизмом, всю жизнь.

Помощник врача-гигиениста
Ирина Метелица

7 АПРЕЛЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

Всемирный день здоровья – это глобальная кампания, которая направлена на привлечение внимания каждого жителя нашей планеты к проблемам здоровья и здравоохранения, с целью проведения совместных действий для защиты здоровья и благополучия людей.

В нашем общественном сознании бытует одно очень простое мнение, напрямую связанное с вопросами здоровья и проблемами его отсутствия. «Будет здоровье – остальное всё приложится» - так звучит это многовековое незамысловатое наблюдение. И действительно, наличие или отсутствие у человека этого ценнейшего состояния коренным образом определяет его повседневную жизнь, социальное и общественное окружение.

Здоровье – это настоящее богатство, которое мы с вами частенько игнорируем. Здоровые люди редко задумываются о том, как правильно и разумно устроить свой быт, питание и жизнедеятельность, чтобы их здоровье оставалось крепким и надёжным на продолжительную перспективу. А между тем здоровье очень легко потерять - спросите у любого врача. Люди, страдающие теми или иными, особенно хроническими заболеваниями, на практике каждодневно сталкиваются с массой проблем, которые отвлекают их от полноценной жизни.

Международный праздничный день,



направленный на привлечение широкого общественного внимания к этим проблемам и вопросам – Всемирный день здоровья, отмечается ежегодно 7 апреля. Этот праздник вошел в традицию, по данным проекта WebPlus.info, с середины прошлого столетия. Дата празднования Всемирного дня здоровья приурочена ко дню создания Всемирной организации здравоохранения, известной нам под аббревиатурой «ВОЗ», а точнее дню принятия устава этой организации. Устав ВОЗ был принят 7 апреля 1948 года, тогда же, на первой сессии Всемирной ассамблеи здравоохранения и возникла идея проводить этот международный праздник.

До 1950 года этот день отмечался 22 июля, в день, когда произошла масштабная ратификация предложенного Устава ВОЗ, затем День закрепился за нынешней датой.

Традиции празднования Всемирного дня здоровья неразрывно связаны с де-

ятельностью всей системы нашего здравоохранения, профилактике опасных заболеваний. Работники клиник, больниц и госпиталей, те кто так или иначе по долгу профессии и службы оказывает медико-санитарную помощь всем, кто в ней нуждается, как нельзя лучше понимают ценность здоровья, вопросы вакцинации. Профилактика и внимание к нашему собственному здоровью является основной целью проводимых мероприятиями в этот день акций и мероприятий. Многочисленные информационные материалы, брошюры и буклеты, семинары, выступления специалистов и даже концерты, которые приурочены этому Дню, в простой и доступной форме объясняют нам важность этой позитивной инициативы.

Здоровье может иметь очень дорогую цену. И в основном это касается попыток вернуть его на свое место.

Во Всемирный день здоровья мы желаем всем его надежной сохранности. Всем больным – скорейшего выздоровления. Медикам – хорошей материальной и технической базы. Всем нам – быть здоровыми и жизнерадостными! С праздником Вас!

*Помощник врача-гигиениста
Ирина Метелица*

17 АПРЕЛЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ГЕМОФИЛИИ

17 апреля в Республике Беларусь отмечается Всемирный день гемофилии. Общая цель – привлечь внимание общества к проблеме гемофилии и сделать все возможное для улучшения качества медицинской помощи.

Гемофилия (от греческого *haima* – кровь и *philia* склонность к чему-либо) относится к редким наследственным заболеваниям крови и проявляется повышенной кровоточивостью. В основе гемофилии лежит нарушение функционирования свертывающей системы крови.

При нарушении целостности сосудов (травмы, медицинские вмешательства) система свертывания обеспечивает сохранение крови внутри сосудов – не дает ей изливаться наружу, закрывая повреждения специальными сгустками (тромбами). Сгустки образуются в результате биохимических реакций между молекулами, присутствующими в крови каждого человека. При изучении системы свертывания их назвали «факторами свертывания».

Причина повышенной кровоточивости при гемофилии – нарушение синтеза

молекул плазменных факторов свертывания. В связи с этим различают следующие основные формы гемофилии:

гемофилия А – вызвана дефицитом VIII фактора свертывания;

гемофилия В – обусловлена дефицитом IX фактора;

Симптомы гемофилии. Основное проявление гемофилии – очень медленное свертывание крови при кровотечениях. В некоторых случаях кровь не сворачивается в течение нескольких суток.

Диагноз гемофилии выставляется специалистом после изучения семейного анамнеза. В 25-30% случаев выявить склонность к кровотечениям у родственников больного гемофилией не удается.

Лечение гемофилии. Заместительная терапия – основной метод лечения гемофилии. С этой целью используют концентраты VIII и IX факторов свертывания крови в индивидуальных дозах для каждого больного и вида кровотечения.

Профилактика гемофилии.

Заболевание это неизлечимо, первичной профилактики нет, единственно возможная профилактика гемофилии – это комплекс мер по недопущению

кровотечений. Нужно стараться избегать терапии с внутримышечным введением лекарственных препаратов в связи с опасностью возникновения гематом. Препараты, как правило, назначают перорально или, вводят внутривенно. Любые оперативные вмешательства категорически запрещены, это касается даже обычного удаления зубов.

Рекомендуется избегать травматизации различного рода, участвовать в травматичных видах спорта, таких, как хоккей, бокс, футбол и т. д. Из спортивных дисциплин допустимо только плавание. Соблюдать диету, состоящую из продуктов, насыщенных витаминами групп А, В, С и D, а также микроэлементами (кальций, фосфор).

Проводя профилактику и лечение, гемофилию можно частично нейтрализовать, но до конца избавиться от ее проявлений пока невозможно поскольку заболевание генетически обусловлено.

*Помощник врача-гигиениста
Наталья Волюнец*

18 АПРЕЛЯ – ДЕНЬ ПРОФИЛАКТИКИ БОЛЕЗНЕЙ СЕРДЦА



Сердечно-сосудистые заболевания являются ведущей причиной смерти как в большинстве европейских стран, так и в Беларуси. В число этих заболеваний входят ишемическая болезнь сердца (инфаркты), цереброваскулярная болезнь (инсульт), повышенное кровяное давление (гипертензия), болезнь периферических артерий, ревматический порок сердца, врожденный порок сердца и сердечная недостаточность.

По мнению экспертов ВОЗ, положительная динамика в уровне заболеваемости и смертности вследствие болезней системы кровообращения может быть достигнута только при условии комплексного воздействия на факторы, влияющие на состояние здоровья населения, повышение мотивации людей к соблюдению здорового образа жизни, лечению артериальной гипертензии.

Что же можно сделать для профилактики болезней сердца?

Правильный рацион питания: для поддержания здоровой сердечно-сосудистой системы огромное значение имеет сбалансированный рацион питания, включающий большое количество фруктов и овощей, блюда из цельного зерна, нежирное мясо, рыбу и бобовые с ограниченным потреблением соли, сахара и жира.

Вредны для сердца и сосудов: жирное

мясо; сахар и продукты с ним; соленья, консервы, копчености; фаст-фуд; кофе.

Регулярная физическая активность: Борьба со стрессом: частые стрессовые ситуации приводят к износу сосудов и миокарда. Во время нервного перенапряжения повышается уровень адреналина. В ответ на его воздействие сердце начинает биться учащенно, а сосуды сковываются спазмом. В результате происходит скачок давления, и миокард изнашивается намного быстрее.

Борьба с лишним весом: ожирение всегда повышает риск патологий сосудов и сердца — каждые лишние 10 кг могут повышать давление на 10-20 мм рт. ст. Всем людям необходимо регулярно взвешиваться и измерять окружность живота для определения абдоминального ожирения.

- индекс массы тела — до 28,0 (определяется как масса тела, деленная на квадрат роста)
- обхват талии — до 88 см у женщин, до 102 см у мужчин.

При превышении этих показателей необходимо соблюдать низкокалорийную диету и быть физически активным.

Отказ от вредных привычек: все исследования о влиянии курения, алкоголя и наркотиков указывают на один неоспоримый факт — отказ от этих вредных привычек позволяет в десятки раз снизить риск возникновения заболеваний сердца и сосудов. Поступление этих токсических веществ в организм приводит к следующим последствиям: повышение давления; развитие аритмии; учащение пульса; ожирение; повышение уровня «вредного» холестерина; развитие атеросклероза; жировая инфильтрация и токсическое поражение

сердечной мышцы; ухудшение состояния миокарда и стенок сосудов.

Знать свое кровяное давление: высокое кровяное давление обычно не сопровождается какими-либо симптомами, но может привести к внезапному инсульту или инфаркту. Проверяйте свое кровяное давление.

Поводом для обязательного измерения АД могут стать такие признаки: головная боль или головокружение; шум в ушах; затрудненность дыхания; «мушки» перед глазами; тяжесть или боли в груди или сердце.

При выявлении повышенных показателей давления метод по его снижению при помощи лекарственных средств должен подобрать врач.

Знать уровень сахара в крови: начинать ежегодно контролировать уровень сахара в крови необходимо после 40-45 лет. Его уровень не должен превышать 5,5 ммоль/л (в крови из пальца), 6,2 ммоль/л (в крови из вены).

Знать уровень липидов в крови: начинать ежегодно контролировать уровень холестерина в крови необходимо после 30 лет. У здоровых людей его уровень не должен превышать 5,2 ммоль/л.

Берегите своё здоровье!

*Заведующий санитарно-эпидемиологическим отделом
Анна Сухолет*

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С МАЛЯРИЕЙ

Ежегодно 25 апреля мировая общественность отмечает Всемирный день борьбы с малярией. По данным Всемирной организации здравоохранения в мире 3 миллиарда человек живут под риском заражения малярией, почти половина которых приходится на население стран Африки, Юго-Восточной Азии и Латинской Америки.

Малярия передается исключительно через укусы комаров рода Анофелес. Интенсивность передачи зависит от факторов, связанных с паразитом, переносчиком, инфицированным человеком и окружающей средой. Переносить малярию способны только некоторые комары данного рода. Их и называют малярий-

ными комарами. Эти комары широко распространены по всему миру. В том числе и в тех регионах, где малярия была ликвидирована. Встречаются они и у нас в Беларуси. Сами по себе комары не содержат возбудителей малярии. Чтобы действительно стать малярийными они должны выпить крови человека больного малярией. Комар может заразиться только от больного человека, поэтому случаи местной малярии возможны и на территории Беларуси, так как туристы, выезжавшие в неблагополучные регионы, или мигранты могут служить источником инфицирования комаров. Особенно высок риск в жаркие года.

Клиника малярии отличается значи-

тельным разнообразием. Наиболее характерными ее признаками являются лихорадочные приступы с кратковременным ознобом, высокой температурой, головными и мышечными болями, головокружением, тошнотой, рвотой, учащенным сердцебиением, задержкой



мочевыделения – подобное состояние держится 6-8 часов и заканчивается резким падением температуры (до 35 -36 гр.С) и обильным потоотделением, повторяются приступы через 1-2 дня, но могут продолжаться и без перепадов температур. Без своевременного лечения эффективными лекарственными средствами малярия может принимать тяжелую форму и заканчиваться смертельным исходом. Особо уязвимы перед болезнью люди, совершающие поездки из свободных от малярии стран в страны, где эта болезнь широко распространена. Человек при этом может заболеть уже на второй неделе пребывания в неблагополучном регионе, а может и через 1,5 года после возвращения отсюда.

Профилактика малярии складывается из двух направлений: предупреждение заражения и профилактика заболевания.

Предупреждение заражения – это защита помещений от проникновения переносчиков (засетчивание окон) и защита от их укусов (установка прикро-

ватных марлевых пологов, уничтожение залетевших комаров инсектицидными средствами с помощью электроиспарителей-фумигаторов; вне помещения - обработка открытых участков тела отпугивающими препаратами – репеллентами).

Профилактика заболевания – это прием по назначению врача лекарственных препаратов противомаларийных препаратов (химиопрофилактика), начиная за неделю перед выездом в неблагополучный регион, весь период пребывания там и еще 4-6 недель после возвращения домой.

Малярия может проявляться через несколько месяцев и даже лет после пребывания в эндемичных странах, поэтому в течение 3-х лет после возвращения из неблагополучной по малярии страны, при любом повышении температуры следует немедленно обратиться в лечебное учреждение и сообщить врачу о своем пребывании в стране, неблагополучной по малярии.

С развитием туризма все большее количество жителей Беларуси выезжает

в зарубежные страны. Во время путешествия существует реальная возможность заразиться тем или иным инфекционным заболеванием. Поэтому, перед тем как отправиться в путешествие, следует с особым вниманием изучить страну, ее климатические условия, инфекционные заболевания которые, могут возникнуть при посещении или после возвращения из этой страны, а также о необходимости проведения профилактических прививок или приема лекарственных препаратов для профилактики этих инфекционных заболеваний.

Юридические лица и индивидуальные предприниматели, осуществляющие туроператорскую и турагентскую деятельность, организуя поездки в неблагополучные регионы по инфекционным заболеваниям, должны провести инструктаж о рекомендуемых мерах профилактики в отношении посещаемой страны.

Помощник врача-эпидемиолога

Анна Хадыш

ПРЕДУПРЕДИТЬ. ЗАЩИТИТЬ. ПРИВИТЬ

Ежегодно в апреле по инициативе Всемирной организации здравоохранения (далее – ВОЗ) в странах Европейского региона, в том числе и в Республике Беларусь, проводится Европейская неделя иммунизации (далее – ЕНИ). В этом году она будет проводиться в 14 раз. Основная идея ЕНИ в том, что иммунизация каждого ребенка имеет важнейшее значение для профилактики заболеваний и защиты жизни.

Целью проведения ЕНИ является информированность населения о важности иммунизации для здоровья и благополучия людей, а также повышение уровня совместной ответственности граждан страны.

По данным ВОЗ каждый год в мире вакцинация позволяет предотвращать от 2 до 3 миллионов случаев смерти от дифтерии, столбняка, коклюша и кори.

За прошедшие десятилетия прошлого и настоящего века проведение профилактических прививок позволило добиться значительных успехов в профилактике ряда инфекционных заболеваний во всем мире: ликвидирована натуральная оспа, только в трех странах мира продолжают регистрироваться случаи паралитического полиомиелита, значительное снижение количества слу-

чаев кори, краснухи, дифтерии, столбняка, генерализованных форм туберкулеза у детей и других инфекций, предупреждаемых с помощью иммунизации.

Республика Беларусь активно продвигается по пути искоренения инфекционных заболеваний и участвует в программах ВОЗ по ликвидации полиомиелита, элиминации кори и врожденной краснухи. Важной частью этих программ является защита населения от распространения инфекций, посредством проведения профилактических прививок среди тех возрастных групп населения, которые наиболее уязвимы, что отражено в Национальном календаре профилактических прививок, который включает вакцинацию против 12 инфекций: дифтерия, полиомиелит, столбняк, коклюш, туберкулез, корь, гепатит В, краснуха, эпидемический паротит-всем лицам в указанном возрасте, а также грипп, пневмококковая и гемофильная инфекция – контингентам риска.

Благодаря успешно проводимым программам иммунизации, в нашей стране сохраняется стабильная ситуация по ряду инфекций, управляемых средствами вакцинопрофилактики: отсутствуют случаи полиомиелита, дифтерии, столбняка. Регистрируются единич-

ные, в основном завозные случаи кори, эпидемического паротита и краснухи, в отдельные годы – их ограниченная местная передача, отмечается значительное снижение заболеваемости коклюшем и острым вирусным гепатитом В.

На протяжении длительного периода в Республике Беларусь поддерживаются оптимальные охваты профилактическими прививками (более 97% среди детей), что обеспечивает предупреждение массового распространения возбудителей инфекционных заболеваний в случае их завоза на территорию нашей страны.

Каждый человек заслуживает защиты от болезней, предотвращаемых иммунизацией, и играет жизненно важную роль в защите окружающих путем выбора вакцинации. Вакцинация – это инвестиция в здоровье и благополучие детей на протяжении всей жизни.

Иммунизация необходима для каждого человека.

Защищая себя, Вы обеспечиваете здоровье всего населения в целом!

Помощник врача-эпидемиолога

Анна Высоцкая

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

Юридический адрес: ул. Советская, 81а, 231391, г.п. Воронovo, 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.