

ВЕСТНИК ВОРОНОВСКОГО РАЙ ЦГЭ

информационный бюллетень

государственное учреждение

«Вороновский районный центр гигиены и эпидемиологии»



Понедельник • 06.04.2020

№ 4 (48)

2 АПРЕЛЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ РАСПРОСТРАНЕНИЯ ИНФОРМАЦИИ О ПРОБЛЕМЕ АУТИЗМА

2 апреля ежегодно отмечается Всемирный день распространения информации о проблеме аутизма (WorldAutismAwarenessDay). Он был установлен резолюцией Генеральной Ассамблеи ООН от 18 декабря 2007 года, в которой была выражена обеспокоенность высокой численностью детей, страдающих аутизмом. По данным Всемирной организации здравоохранения, ежегодно число детей с аутизмом увеличивается на 13%.

Аутизм — это постоянное нарушение развития, которое проявляется в течение первых трех лет жизни. Аутизмом страдают преимущественно дети независимо от пола, расовой принадлежности или социально-экономического положения. Многие специалисты считают, что аутизм — это не болезнь, скорее — особенность психики.

Детям-аутистам трудно различить лица и понять, о чем говорят окружающие, резкие звуки невыносимы, все вокруг страшно и опасно. Ни один ученый в мире вам не скажет, почему вдруг радостный полуторагодовалый малыш замыкается, и словно живёт в каком-то своем мире, где вместо друзей — мягкие игрушки, а вместо детских шалостей — истерики и капризы.

Причины развития заболевания до конца не выяснены, большинство уче-

ных предполагает связь заболевания с врожденной дисфункцией мозга, наследственностью и влиянием окружающей среды. Аутизм обычно диагностируется в возрасте до 3 лет, первые признаки могут быть заметны уже в младенчестве. Полное выздоровление считается невозможным, однако иногда диагноз с возрастом снимают.

Аутизм сам по себе является обшим понятием. В современ-



ной медицине общий аутизм разделили на несколько направлений:

- собственно аутизм (синдром Каннера);
- синдром Аспергера (облегченная форма аутизма);
- синдром Ретта (женское психоневрологическое заболевание);
- атипичный (комбинированный) ау-

тизм. Характерными чертами взрослого аутиста, которые выделяют его среди остальных, является замкнутость, нарушение коммуникативных навыков, постоянство внутреннего мира аутиста. Взрослый человек с расстройством поведения аутистического спектра очень трудно налаживает социальные контакты и на протяжении всей жизни находится в стороне от общества.

Лечение аутизма должно начинаться в раннем возрасте, как только заболевание диагностировано. При этом лечение сводится к реабилитационным мероприятиям. Для лечения детей используются индивидуальные программы психологической коррекции.

Каких-то строго определенных правил для профилактики аутизма не существует, но есть некоторые рекомендации специалистов, используя которые, родители могут избежать появления этого заболевания у ребенка. Беременным женщинам и кормящим мамам необходимо очень строго следить за своим питанием и стараться избегать продуктов, которые содержат генно-модифицированные организмы, так называемые ГМО.

*Помощник врача-гигиениста
Елена Зверко*

7 АПРЕЛЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

Ежегодно 7 апреля, в день основания Всемирной организации здравоохранения (далее – ВОЗ), во всем мире проходит Всемирный день здоровья.

2020 год объявлен **Международным годом работников сестринских и акушерских служб**, поэтому мероприятия Всемирного дня здоровья посвящены жизненно важной роли медицинских сестер и акушерок в охране здоровья людей во всем мире и необходимости укрепле-

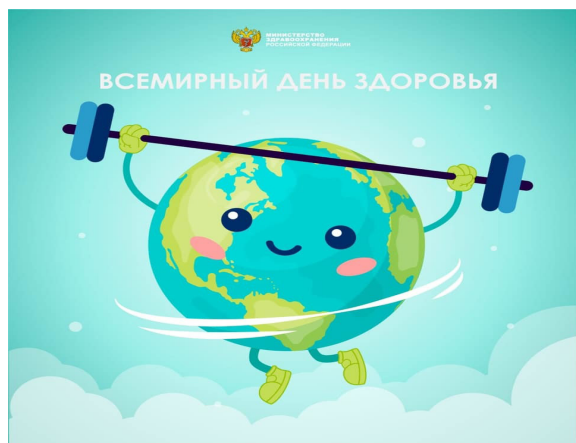
ния сестринских и акушерских служб.

Медсестры и акушерки работают на всех уровнях системы здравоохранения, в различных условиях и контекстах, оказывая качественную помощь, руководя работой медицинских бригад, осуществляя исследования, обучая новое поколение работников сестринских и акушерских служб. Без профессии медицинской сестры и акушерки трудно представить завтрашний день. Нужно ценить труд медицинских сестер и аку-

шерок и выражать им благодарность за вклад в охрану нашего здоровья.

День здоровья — всеобщий праздник всех людей, придерживающихся основ здорового образа жизни.

Здоровье человека — это самое ценное, что есть у него. Ничто не может сравниться с ним: ни богатство, ни положение в обществе, ни слава. Это настоящая драгоценность, подаренная нам природой. Человек обязан беречь свое здоровье смолоду, ведь именно



легко потерять. Люди, страдающие теми или иными, особенно хроническими заболеваниями, на практике ежедневно сталкиваются с массой проблем, которые усложняют их жизнь.

Быть здоровым - это целая наука и одно из ее направлений - формирование культуры здоровья: совершенство физическое, духовное, социальное. В связи с этим человек и должен сотворить себя: быть здоровым и найти свой путь в жизни. Рост и развитие человека должны сопровождаться диагностикой уровня здоровья, приверженностью к здоровому питанию и физической активности, отсутствием вредных привычек. Здоровье населения - не просто медицинское понятие. Уста-

новлено, что уровень состояния здоровья людей зависит от уровня здравоохранения и медицинского обслуживания только на 8-10%. Остальное формируется из множества иных факторов: экологической, экономической, социальной обстановки, исторически сложившихся традиций поведения, культуры питания, наследственности и от отношения людей к себе, своему здоровью.

Что может сделать каждый из нас в этот день, да и не только в этот день?

Цените труд, проявляйте уважение к медицинским сестрам и акушеркам и выражайте им благодарность за вклад в охрану нашего здоровья. Прислушайтесь к их мнениям и учитывайте их предложения.

*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.

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 крови (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 кровотечение. У людей с гемофилией умеренной тяжести симптомы могут наблюдаться на ранней стадии заболевания: кровоточивость при инвазивных вмешательствах

Республика Беларусь

**Всемирный
день
гемофилии**

17 апреля



(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, методам ухода за больным ребенком.

В Республике Беларусь органи-

зовано **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 Бе-

ларусь 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 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

25 АПРЕЛЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ ПРОТИВ МАЛЯРИИ

Всемирный день борьбы против малярии отмечается ежегодно 25 апреля.

Малярия широко распространена в странах с тропическим и субтропическим климатом. Ежегодно в мире заболевает малярией более 100 млн. человек, из которых 90% случаев приходится на тропические области Африки. Начиная с 70-х годов ежегодно на территории Республики Беларусь регистрируются только завозные случаи малярии от 5 до 12 случаев в год.

Малярия – паразитарная тропическая болезнь, характеризующаяся приступами лихорадки, анемией и увеличением селезенки. **Существует 4 вида малярии: тропическая, трехдневная, четырехдневная и овале-малярия.** Раннее проявление различных видов малярии практически ничем не отличаются. Начало заболевания похоже на другие болезни бактериальной и вирусной природы (ОРВИ, пневмония, гепатит и др.). В начале заболевания отмечается повышение температуры, озноб, головная боль, боли в мышцах, тошнота, увеличение печени и селезенки. Три вида малярии (3-дневная, 4-дневная и «овале») являются доброкачественными инфекциями и почти никогда не вызывают летального исхода, в то время как тропическая малярия при позднем и неадекватном лечении практически всегда ведет к тяжелым осложнениям и гибели больного.

Переносчиками возбудителей ма-

лярии являются кровососущие комары рода Анофелес, которые широко распространены в мире, а также на территории нашей республики. Сами по себе комары не содержат возбудителей малярии, чтобы стать малярийными, они должны выпить крови человека, больного малярией. Наличие или отсутствие возбудителя малярии никак не сказывается на внешнем виде или поведении комара, поэтому различить зараженных комаров без специального анализа невозможно. После того как комар напился крови больного человека, дождно пройти в это время, чтобы малярийный плазмодий прошел определенные стадии развития и комар

стал заразным (обычно 15-20 дней). На скорость развития малярийных плазмодиев в организме комара влияет множество факторов, главный из которых это температура воздуха. При температуре окружающей среды ниже +16 градусов развитие замедляется и прекращается при более низких температурах.

Профилактика заражения малярией включает два направле-

ния: предупреждение заражения и профилактика заболевания.

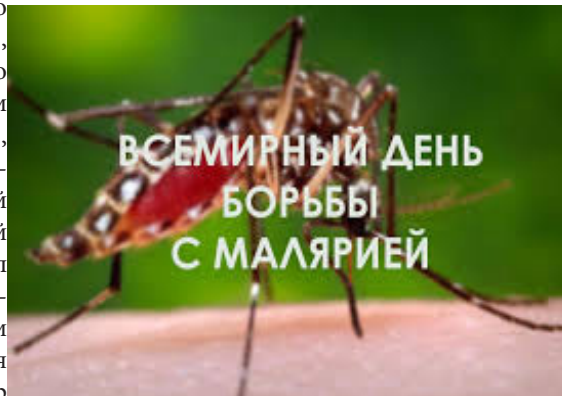
Предупреждение заражения

– это защита от проникновения переносчиков (засетчивание окон) и защита от их укусов (защита марлевыми пологам, уничтожение комаров инсектицидными средствами с помощью электрофумигаторов, а вне помещения обработка открытых участков тела отпугивающими препаратами - репеллентами).

Основу профилактики составляет

использование противомалярийных препаратов, прием которых начинают за неделю до выезда и продолжают весь период нахождения в неблагоприятных по малярии регионах и еще месяц после возвращения. Противомалярийные препараты должен назначить врач. В течение трех лет после пребывания в неблагоприятной по малярии стране в случае повышения температуры рекомендуется предупреждать врача о пребывании в эндемичной стране, с целью проведения лабораторных исследований крови и установления скорейшего диагноза.

Помощник врача-эпидемиолога
Анна Хадъиш



МЕЖДУНАРОДНЫЙ «АСТМА-ДЕНЬ»

С 1998 года Всемирной организацией здравоохранения по инициативе проекта «Международная инициатива против астмы» «GINA» с целью привлечения внимания общественности всего мира к проблеме бронхиальной астмы проводится Международный «Астма-день».

Бронхиальная астма (далее - БА) - это хроническое рецидивирующее воспали-

тельное заболевание органов дыхания, патогенетической сущностью которого является гиперреактивность бронхов, связанная с иммунопатологическими механизмами, а главным клиническим симптомом болезни является приступ удушья вследствие воспалительного отека слизистой оболочки бронхов, бронхоспазма и гиперсекреции слизи.

Приступ бронхиальной астмы часто развивается после предвестников и характеризуется коротким резким вдохом и шумным длительным выдохом. Обычно он сопровождается кашлем с вязкой мокротой и громкими свистящими хрипами.

За последние два десятка лет заболеваемость бронхиальной астмой неуклонно возрастает, и на сегодняшний день в мире

около 300 миллионов астматиков. Это одно из самых распространенных хронических заболеваний, которому подвержены все люди, вне зависимости от пола и возраста. Несмотря на сложность заболевания, оно хорошо поддается лечению, благодаря которому можно добиться стойкой и длительной ремиссии.

БА подразделяется по: Этиологии; тяжести течения; уровню контроля и другим параметрам.

По происхождению выделяют:



Международный «Астма-день»
1 мая

- аллергическую,
- неаллергическую (в т. ч. аспириновую БА),
- неуточненную,
- смешанную.

По степени тяжести различают следующие формы БА:

- Интермиттирующая (эпизодическая). Симптомы возникают реже одного раза в неделю, обострения редкие и короткие.
- Персистирующая (постоянного течения). Делится на 3 степени:
 - легкая - симптомы возникают от 1 раза в неделю до 1 раза в месяц;
 - средняя - частота приступов ежедневная;
 - тяжелая - симптомы сохраняются практически постоянно.

В течении астмы выделяют обострения и ремиссию (нестабильную или стабильную). По возможности контроля над приступами БА может быть контролируемой, частично контролируемой и неконтролируемой.

ПРИЧИНЫ

Наиболее часто возникновение заболевания провоцируют аллергены. Самыми распространенными являются бытовые – это домашняя и книжная пыль, корм для аквариумных рыбок и перхоть, слюна животных, растительного происхождения и пищевые аллергены.

Инфекционные факторы являются так же частой причиной. Такие

факторы, как переохлаждение, отягощенная наследственность и стрессовые состояния тоже занимают одно из важных мест в развитии заболевания

СИМПТОМЫ

Приступ удушья при бронхиальной астме делится на три периода: период предвестников, период разгара и период обратного развития. Во время приступа положение пациента вынужденное, обычно он старается принять сидячее положение с наклоненным вперед корпусом, и найти точку опоры или опирается локтями в колени. Лицо становится одутловатым, а во время выдоха шейные вены набухают. В зависимости от тяжести приступа можно наблюдать участие мышц, которые помогают преодолеть сопротивление на выдохе. В периоде обратного развития начинается постепенное отхождение мокроты, количество хрипов уменьшается, и приступ удушья постепенно угасает.

Проявления, при которых можно заподозрить наличие болезни:

- сухие свистящие хрипы при выдохе, особенно у детей;
- повторяющиеся эпизоды свистящих хрипов, затрудненного дыхания, чувства стеснения в грудной клетке и кашель, усиливающийся в ночной время;
- сезонность ухудшений самочувствия со стороны органов дыхания;
- наличие экземы, аллергических заболеваний в анамнезе;
- ухудшение или возникновение симптоматики при контакте с аллергенами, приеме препаратов, при контакте с дымом, при резких изменениях температуры окружающей среды, ОРЗ, физических нагрузках и эмоциональных напряжениях;
- улучшение состояние после приема антигистаминных и противоастматических препаратов.

Самыми эффективными средствами борьбы являются гормоны причем не в таблетках, а в виде ингаляций.

НЕМЕДИКАМЕНТОЗНОЕ ЛЕЧЕНИЕ

Устранение факторов риска развития астмы. Факторы, способствующие развитию астмы: пыль (домашняя и уличная), пылевые клещи, пыльца растений, формальдегид, фенол, бензопирен, шерсть домашних животных, дым от табачных и курительных смесей (курение, в т.ч. пас-

сивное), инфекционные болезни (грипп, ОРЗ, ОРВИ, синуситы), некоторые лекарственные препараты, загрязненные фильтры кондиционеров, испарения бытовой химии (чистящие и моющие средства) и косметических средств, строительные материалы (гипс, гипсокартон, штукатурка, краска, лаки) и др.

Спелеотерапия – метод лечения, основанный на длительном пребывании пациента в помещении, в котором обеспечен микроклимат природных пещер, в которых присутствует воздух с содержанием солей и других минералов, благотворно воздействующих на органы дыхания.

Галотерапия – фактически является аналогом спелеотерапии, различия состоит лишь в том, что галотерапия подразумевает под собой лечение только «соленым» воздухом.

Диета позволяет исключить из рациона продукты питания, которые обладают высокой аллергенностью: рыба, морепродукты, икра, мясо курицы и телятины, копчености, яйца, бобовые, орехи, шоколад, мёд, томаты, соусы на основе томатов, пицца на дрожжах, цитрусовые (апельсины, лимон, мандарины, помело, грейпфруты), клубника, малина, смородина, абрикос, персик, дыня, алкоголь. Необходимо ограничить в употреблении: хлебобулочные изделия из высших сортов муки, сдобу, сахар и соль, молочные продукты (молоко, сметана, творог).

Режим питания – 4-5 раз/день, без переедания. Готовить пищу лучше на пару, но можно и варить, тушить, запе-



кать. Кушать только в теплом виде.

Прогноз

Прогноз при лечении бронхиальной астмы положительный, но во многом зависит от степени, на которой болезнь обнаружена, тщательной диагностики, точного выполнения пациентом всех предписаний лечащего врача. Чем раньше диагностировано заболевание, тем более благоприятный прогноз лечения.

*Помощник врача-гигиениста
Андрей Войшнис*

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.