

ВЕСТНИК ВОРОНОВСКОГО РАЙ ЦГЭ

информационный бюллетень



государственное учреждение

«Вороновский районный центр гигиены и эпидемиологии»

Понедельник • 07.11.2016

№ 7 (7)

10 НОЯБРЯ 2016 ГОДА – ДЕНЬ ОХРАНЫ ТРУДА

10 ноября проводится областной День охраны труда с единой повесткой «Обеспечение требований безопасности при ремонте и обслуживания транспортных средств».

По итогам 9 месяцев 2016 года в Гродненской области на производстве погибло 12 человек (за аналогичный период 2015 года – 12) и 56 (49) получили тяжелые травмы.

При этом из-за несоблюдения требований безопасности при ремонте и обслуживании транспортных средств, в результате несчастных случаев на производстве погибло 5 (41,7 % от количества погибших) и тяжело травмировано 21 (37,5 % от всех тяжело травмированных) работников.

Наиболее тревожная ситуация с обеспечением требований безопасности при ремонте и обслуживании транспортных средств, складывается в сельскохозяйственных организациях области.

Среди причин этому способствующих: грубое нарушение работниками инструкций по охране труда, трудовой и производственной дисциплины; невыполнение руководителями и специалистами обязанностей по охране труда; отсутствие надлежащего контроля со стороны должностных лиц; неудовлет-

ворительная организация производства работ и т.д.

Так, в ремонтно-механической мастерской при рубке проволоки отскокшим осколком проволоки получил тяжелую травму глаза зашедший в мастерскую 21-летний водитель автомобиля ГЛХУ «Островецкий

лесхоз»; при разгрузке пиломатериала с прицепа автомобиля был смертельно травмирован 26-летний водитель автомобиля ОАО «БиоЭкоРесурс» Берестовицкого района; при накачивании собранного колеса вырвавшимся стопорным кольцом получил тяжелую травму 55-летний водитель автомобиля СПК «Ошмянский рассвет»; при резке металлоконструкции упавшей частью получил тяжелую травму левой ноги 42-летний тракторист-машинист СПК имени Деньщикова Гродненского района; при снятии колеса со ступицы автомобиля МАЗ в результате разрыва замочного кольца получил тяжелую травму слесарь по ремонту автомобилей ОАО «Гродноагротранс» г. Гродно; при замене внутреннего заднего колеса



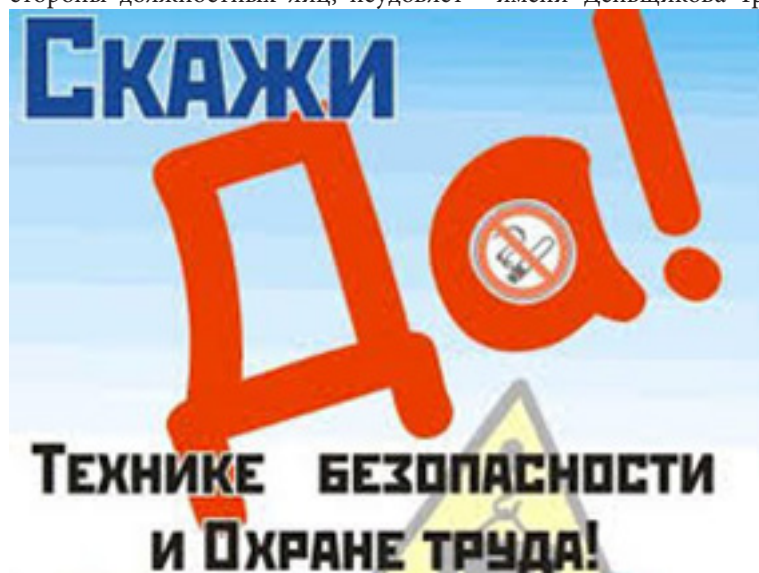
автомобиля МАЗ вылетевшим стопорным кольцом обода получил тяжелую травму головы 53-летний водитель СПК «Мостовчанка» Мостовского района и т.д.

Вышеперечисленные факты свидетельствуют о том, что в ряде организаций качество проведения проверок знаний и инструктажей по вопросам охраны труда, трудовая и производственная дисциплина работников находятся на неудовлетворительном уровне, а контроль за соблюдением требований законодательства об охране труда со стороны руководителей и должностных лиц отсутствует.

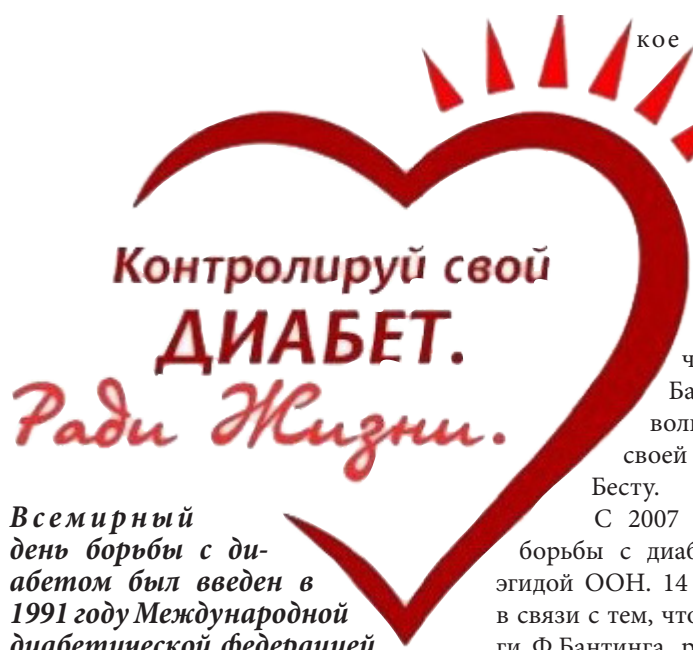
В трудовых коллективах при попущении руководителей и специалистов, а также равнодушии коллег по работе имеют место случаи пьянства и нарушения трудовой и производственной дисциплины, требований Директивы Президента Республики Беларусь от 11.03.2004 № 1 «О мерах по укреплению общественной безопасности и дисциплины».

Помните, что соблюдение требований охраны труда сохранит Вам здоровье и жизнь!

Помощник врача-гигиениста
Лариса Митянец



14 НОЯБРЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ ПРОТИВ ДИАБЕТА



Всемирный день борьбы с диабетом был введен в 1991 году Международной диабетической федерацией (International Diabetes Federation, IDF) и Всемирной организацией здравоохранения в ответ на угрозу возрастания заболевания диабетом во всем мире.

В январе 1922 года молодой канадский ученый Фредерик Бантинг впервые в истории спас жизнь, сделав инъекцию инсулина 14-летнему мальчику, страдавшему тяжелой ювенильной формой сахарного диабета. Вместо того, чтобы получить патент на инсулин и впоследствии сказочно разбогатеть, Бантинг передает все права Торонтскому университету. В дальнейшем права на производство инсулина перешли к Канадскому совету по медицинским исследованиям, и в конце 1922 года новый препарат появился на рынке лекарств. Открытие Фредерика Бантинга и его коллеги Чарльза Беста спасло жизнь миллионам людей.

В 1923 году, признавая первое вели-

кое достижение 20 века в области биохимии и медицины, Бантингу и Маклеоду была присуждена Нобелевская премия. Заслуги Беста были проигнорированы, что чрезвычайно задело Бантинга, и он добровольно вручил половину своей Нобелевской премии Бесту.

С 2007 года Всемирный день борьбы с диабетом проводится под эгидой ООН. 14 ноября было выбрано в связи с тем, чтобы увековечить заслуги Ф.Бантинга, родившегося 14 ноября 1891 года.

Долгие века люди не знали средства для борьбы с этой болезнью, и диагноз «сахарный диабет» не оставлял пациенту никакой надежды не только на выздоровление, но и на жизнь: без инсулина – этого гормона, обеспечивающего усвоение тканями глюкозы, больной организм существовать не может и обречен на медленное угасание. И хотя сахарный диабет и по сей день неизлечим, благодаря инсулину люди научились держать эту болезнь под контролем. А успехи ученых в области диабетологии последних лет позволяют оптимистически смотреть на решение проблем, вызываемых диабетом.

Ведь сегодня сахарный диабет, также как атеросклероз и рак, входит в тройку заболеваний, наиболее часто приводящих к инвалидности и смерти людей. Он характеризуется устойчивым повышением уровня глюкозы в крови, может

возникнуть в любом возрасте и продолжается всю жизнь. Различают сахарный диабет I типа (инсулинозависимый) и сахарный диабет II типа (инсулиннезависимый).

По данным ВОЗ, сахарный диабет увеличивает смертность населения в 2–3 раза и сокращает продолжительность жизни. К тому же, актуальность проблемы обусловлена еще и масштабностью распространения данной болезни. По оценкам, в 2014 году диабетом страдали 422 миллиона взрослых во всем мире по сравнению с 108 миллионами в 1980 году. И с каждым годом число заболевших увеличивается.

Особенно катастрофический рост заболеваемости связан с сахарным диабетом II типа, доля которого составляет более 85 % всех случаев, и который в значительной мере является результатом излишнего веса и физической инертности. Кстати, для его профилактики эффективны простые меры по поддержанию здорового образа жизни и правильного питания.

И ежегодно, благодаря деятельности Международной диабетической федерации, Всемирный день борьбы с диабетом охватывает миллионы людей во всем мире и объединяет диабетические общества 145 стран, с целью повышения осведомленности о сахарном диабете и его осложнениях. Генеральная Ассамблея ООН в своей резолюции также предлагает государствам-членам разработать национальные программы по борьбе с сахарным диабетом и уходом за лицами с данным заболеванием.

*Главный врач
Дмитрий Дервеедов*

17 НОЯБРЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ НЕКУРЕНИЯ. ПРОФИЛАКТИКА ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.

Курение наносит огромный вред организму подростка: снижает память, истощаются нервные клетки, происходит патология зрительной коры, что приводит к изменениям цветоощущения, повышается внутриглазное давление. К этому необходимо добавить изменения в желудочно-кишечном тракте, сердечно-сосудистой системе, легких, эндокринной системе, возникновению раковых клеток.

Подростки в своём большинстве курят тайком, торопливо, вследствие чего

сильнее затягиваются дымом, вред здоровью причиняется в большем размере. Происходит это в результате того, что при указанной манере курения в организм поступает вдвое больше никотина, чем при медленном курении. Также подрастающее поколение, не имея собственных денег, тратит все свои карманные сбережения на сигареты, оставаясь при этом без



завтраков, что является ещё более губительным для желудка.

Курение в два раза опаснее для растущего организма, чем для взрослого.

Ущерб и смертельные случаи, связанные с табаком, – это не только статистика, это трагедия. В Белоруссии от болезней, связанных с курением, ежегодно умирают около 15,5 тысяч человек.

В последнее время у многих сложилось мнение о том, что привычки, отрицательно влияющие на здоровье человека, являются его личным делом. В какой то мере с этим можно было бы согласиться. Если бы не следующие факты. Появляется все больше сведений о том, что так называемое пассивное или принудительное курение способствует развитию у некурящих заболеваний, свойственных курильщикам. А кто же становится пассивным курильщиком? Да все те, кому приходится находиться в обществе курильщиков. Нахождение некурящего человека в течении 8 часов в закрытом помещении, где курят, равносильно для него 5 выкуренным сигаретам.

Живущие в накуранных помещениях дети чаще и больше страдают заболеваниями органов дыхания.

Курение подростков, в первую очередь, сказывается на нервной и сердечно-сосудистой системах. В 12–15 лет дети жалуются на отдышку при физических нагрузках.

Курение отрицательно влияет на успеваемость школьника, замедляет их физическое и психическое развитие.

Курение и школьник несовместимы. Школьные годы – это годы роста как физического, так и умственного. Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками. Как известно, навыки, привычки, усвоенные в школьном возрасте, самые прочные. Это относится не только к полезным, но и к вредным привычкам. Чем раньше дети, подростки, юноши, девушки познакомятся с курением и начнут курить, тем быстрее привыкнут к нему, и в дальнейшем отказаться от курения будет очень трудно.

Если человек пробует один раз сигарету, потом второй, это не означает, что он становится зависимым, но освободиться от большого количества привязанностей к никотину совсем непросто.



Просто запретить людям курить, наверное, еще невозможно, а вот убедить бросить курить или лучше совсем не начинать можно.

Ваша жизнь – это ваш выбор.

*Помощник врача-гигиениста
Ирина Метелица*

ПРОФИЛАКТИКА ВИРУСНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.

Часто или редко, но все дети болеют простудными заболеваниями. Сокровенная мечта родителей – всегда здоровые дети! Для этого мало одного желания – нужна регулярность и постоянство в проведении профилактики заболеваний острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ) у детей.

Почему возникают вирусные эпидемии?

Вирус распространяются, в основном, воздушно-капельным путем, и происходит это

очень быстро. Очень быстрое распространение и очень быстрое размножение.

Вирусы, как создания примитивные, попадая в благоприятную среду, моментально «включают» механизмы размножения.

Мир вирусов – очень умный мир. Мир, который не дает воздействовать на себя, и они очень быстро размножаются в благоприятной среде. Причем размножаться вирусы могут только в чужом организме (этакие паразиты). Когда при гриппе у нас начинается ломота в костях, мышечная боль, головная боль – это как раз идет мощное размножение вирусов, мощный выброс токсинов, которые образуются в результате жизнедеятельности. И наш организм начинает повышать температуру для борьбы с «пришельцами».

Профилактика ОРВИ имеет огромное значение, но следует запомнить, что меры профилактики должны быть регулярными, постоянными, иначе однодневное закаливание или прогулка один раз в не-

делю не принесут желаемого результата.

Дети, посещающие детские сады, школы и другие общественные места, больше подвержены простудным заболеваниям, так как они передаются воздушно-капельным путем. В закрытых помещениях, где скапливается много людей, вирусы и бактерии разносятся молниеносно. Поэтому профилактика простудных заболеваний в детских учреждениях имеет огромное значение для снижения риска заболеваний и включает выполнение следующих санитарно-гигиенических требований:

уборка и проветривание помещений, особенно сквозное проветривание (это в отсутствие детей, когда все микроорганизмы погибают в закрытом помещении); продолжительность сквозного проветривания определяется в зависимости от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы и должно заканчиваться за 30 минут до возвращения детей в групповые;

мытьё игрушек ежедневно с применением моющих средств;

частое мытьё рук. Всегда мойте руки после улицы, перед едой, после туалета. Такие простые правила гигиены позволяют резко снизить риски простудных



заболеваний и не быть переносчиком инфекции. Простое мытье рук – прекрасная профилактика простудам и гриппу.

Организация полноценного и разнообразного рациона питания детей – правильное соотношение белков, жиров и углеводов, обогащение рациона витаминами, минеральными солями и микроэлементами. Особое внимание необходимо уделить борьбе с перекармливанием детей углеводистой пищей – это повышает риск заболеваний ОРВИ и протекает в более тяжелой форме.

Физическая активность (утренняя зарядка, подвижные игры на участке) способствует укреплению и развитию сердечно-сосудистой, центральной нервной и дыхательной систем, развитию моторики, костно-мышечного аппарата и формированию правильной осанки и способствуют значительному снижению заболеваемости детей.

Закаливание. Основным требованием для проведения закаливания детей является обеспечение чистого воздуха и рациональное сочетание температуры воздуха и одежды ребенка. Для всех детей круглый год дневной сон должен быть с открытыми окнами в помещениях, летом необходимо устраивать игры

детей с водой, игры в плескательных бассейнах, но при соблюдении рекомендаций врачей.

Одним из важных моментов закаливания детей являются прогулки на свежем воздухе. Продолжительность прогулок регламентируется возрастом детей, временем года, погодными условиями. Дети до 3-х лет выходят на прогулку зимой в безветренную погоду при температуре наружного воздуха не ниже минус 15 °С, 4–7 летние – при температуре не ниже минус 18–22 °С. При низких температурах время прогулки допускается сокращать.

Хорошим средством закаливания, укрепления свода стопы является хождением босиком. Утром и после дневного сна проводятся контрастные воздушные ванны. Ребенок в трусах и майке, в обуви или босиком (но не потный) перебегают их прохладной (+18 °С) комнаты в теплую (+23 °С) и обратно в течение 5–6 минут.

Закаливание водой – всегда сочетается с закаливанием воздухом, т.к. выполняется в закрытом или открытом воздушном пространстве, что усиливает закаливающий эффект. К местным закаливающим процедурам относятся: умывание лица холодной водой, промы-

вание носа, полоскание горла, питье холодной воды, обливание ног, хождение по воде, игры с водой и т.д.

К общим закаливающим процедурам переходят тогда, когда ребенок хорошо переносит местное закаливание (обливание тела, контрастный душ, купание в открытых водоемах).

Ингаляции – чеснок или лук мелко нарезают, в нескольких блюдечках расставляют по комнате – фитонциды, выделяемые чесноком и луком, способствуют выработке интерферона в носоглотке ребенка и это защищает клетки от вирусов.

Изоляция больных детей, и не только – взрослые (воспитатели, помощники воспитателей, родители) тоже должны быть изолированы от детей.

Вывод: организм ребенка может справиться со всеми напастьми, если родители и воспитатели создадут благоприятные условия для повышения иммунитета, чем снизят риск заболеваний ОРВИ, ведь всем хорошо известно «Болезнь легче предупредить, чем излечить».

*Помощник врача-гигиениста
Ирина Метелица*

ЮБИЛЕЮ САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ПОСВЯЩАЕТСЯ

Начало смотри в номерах № 5(5) от 5 сентября и № 6 (6) от 3 октября.

В конце 80-х – начале 90-х годов XX века в связи с развалом СССР в Беларуси происходят изменения в экономической и социальной сфере, что значительно ухудшает и условия функционирования как всего здравоохранения, так и санитарно-эпидемиологической службы. Ухудшается материально-техническая база, резко сокращаются объемы капитального строительства, закупок транспорта, оборудования, расходных материалов. Такое положение негативно сказывается на эффективности государственного санитарного надзора, возникают проблемы в обеспечении санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Несмотря на перечисленные проблемы органы государственного санитарного надзора продолжают действовать, развиваться, решать задачи по

укреплению здоровья людей. Тяжелое экономическое положение заставляет руководство санитарно-эпидемиологической службы развивать внебюджетную деятельность, расширяя ассортимент и объем платных услуг.

Благодаря настойчивости и инициативе руководства санитарно-эпидемиологической службы впервые в практике отечественного законодательства был подготовлен и принят Верховным Советом Республики Беларусь Закон Республики Беларусь от 23 ноября 1993 года № 2583-ХІІ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения». Этот Закон, имея четкую направленность на профилактику заболеваний, регламентировал требования для создания гражданам Республики Беларусь оптимальных условий жизни, сохранения и укрепления здоровья. Профилактика заболеваний начинает рассматриваться не только как медицинская проблема, но

и как проблема общегосударственного характера. Ответственность за выполнение Закона возлагается на органы здравоохранения, органы государственного управления, субъекты хозяйствования независимо от их форм собственности. Предусматривается ответственность за ущерб, причиненный здоровью граждан в результате нарушения санитарного законодательства, санитарных норм и правил, гигиенических нормативов.

*Из книги «Руководители санитарно-эпидемиологической службы»
под ред. В.П.Филонова, 2001*

Продолжение следует...

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: Дервоедов Д.Г.