



ИНФО-бюллетень

Электронное издание для информирования юридических лиц, индивидуальных предпринимателей и населения по наиболее актуальным вопросам гигиены, эпидемиологии, профилактики инфекционных заболеваний и формирования здорового образа жизни



В этом выпуске:

Самые опасные летние продукты	..1
Обработка рук	..1
Острые кишечные инфекции	..2
Всемирный день донора крови	..2
Собираем ребенка в оздоровительный лагерь	..3
Уважаемые жители района!	..4
Если Вас укусил клещ	..4

Самые опасные летние продукты

Каждый из нас с нетерпением ждет теплое, яркое и полное незабываемых эмоций лето. Но вместе с долгожданным сезоном очень часто в нашу жизнь приходит и нестерпимая жара. К сожалению, жара приносит всем нам не только физические неудобства, но и большое количество пищевых отравлений. Представляем топ 7 самых опасных продуктов в летнюю жару



1

ПИРОЖНЫЕ С КРЕМОМ

В сливочные и заварные кремы могут попасть стафилококки. А если продукт был на солнце, покупать его ни в коем случае нельзя.



КУРИНЫЕ ЯЙЦА

Согласно медицинской статистике, в 95% случаев сбой в работе организма после употребления яиц происходит из-за сальмонеллы.

2

3

РЫБА И РЫБНЫЕ КОНСЕРВЫ

Наибольшую опасность в этом продукте представляет токсичный белок, который начинает вырабатываться, если рыба прошла неправильную обработку.



4

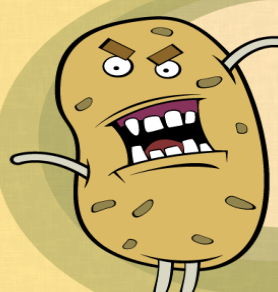
МОРОЖЕНОЕ

Как и прочие молочные продукты. Его могут неправильно хранить, повторно замораживать, в результате чего в нем интенсивно размножаются опасные бактерии.

5

КАРТОФЕЛЬ

Если его неправильно хранить, то образуется токсичные соединения. Например, соланин.



6

МЯСО (ЧАЩЕ – КУРЯТИНА)

Мясо лучше готовить сразу после его покупки. Сырое мясо, лежа на столе, превращается в отраву уже через 3-5 часов, в холодильнике – часов через 12-15.



7

ОВОЩИ, ФРУКТЫ, ЗЕЛЕНЬ

Основная причина – плохое мытье перед употреблением, а также улитки, которые покрывают их слизью, которая является лучшей питательной средой для бактерий.



ОБЩИЕ СОВЕТЫ:

- Тщательно мойте руки с мылом.
- Употребляйте продукты с максимальной свежестью.
- Откажитесь от готовых блюд в заведениях общего питания.

Обработка рук



Острые кишечные инфекции

ЭТО МНОГОЧИСЛЕННАЯ ГРУППА ЗАБОЛЕВАНИЙ, ВЫЗЫВАЕМЫХ РАЗЛИЧНЫМИ МИКРООРГАНИЗМАМИ С ПРЕИМУЩЕСТВЕННЫМ ПОРАЖЕНИЕМ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

Причины возникновения: несоблюдение правил личной и общественной гигиены, нарушение правил хранения и сроков реализации скоропортящихся продуктов

Чтобы не заболеть необходимо

- строго соблюдайте правила личной гигиены, тщательно мойте руки с мылом перед приготовлением пищи, перед едой, после посещения туалета, после прихода с улицы;

- откажитесь от приобретения продуктов у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;

- приобретая скоропортящиеся пищевые продукты, внимательно изучайте маркировку, обязательно обращая внимание на конечный срок их годности;

- не переносите в одной сумке продукты, которые нуждаются в

тепловой обработке, и уже готовые к употреблению (мясо и кондитерские изделия, овощи и хлеб и т.д.);

- скоропортящиеся продукты храните в холодильнике, соблюдая температурный режим и сроки годности продуктов;

- подвергайте продукты достаточной термической обработке;

- приготовленную пищу необходимо держать при комнатной температуре не более двух часов;

- фрукты, ягоды, овощи тщательно мойте под проточной водой, затем обдавайте кипятком;



- контакт насекомых и грызунов с пищевыми продуктами не допустим.



Увидев **первые симптомы** болезни, необходимо сразу же обращаться к врачу.

При самолечении можно нанести непоправимый вред здоровью.

ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Человек чувствует тошноту, боли и напряжение в животе, его начинает рвать, появляется диарея.

Всемирный день донора крови



Быть донором – это приносить пользу не только другим, но и себе. Регулярная сдача крови – профилактика многих болезней, также донорство помогает продлить молодость, избежать инсульта и завести новые знакомства.

Польза донорства несомненна. У доноров значительно снижается частота сердечно-сосудистых заболеваний, в частности — инсультов, потому что идет активное обновление крови. Доноры и крови, и плазмы, особенно мужчины, лучше защищены от сосудистых катастроф.

Кроме этого, любая донация — это хоть и мягкий, но стресс для организма. И доказано, что наличие именно таких мягких стрессов повышает устойчивость человека к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды.

Благодаря донорству клетки крови регулярно обновляются, ведь и они склонны стареть. Обычно происходит их естественное восстановление, а у доноров этот процесс происходит с большей частотой.

Донорство — это подтверждение собственной значимости, люди испытывают огромное моральное удовлетворение. Это же спасенные жизни.

Собираем ребенка в оздоровительный лагерь



Собирая ребенка в лагерь, следует выбрать для него чемодан или дорожную сумку, в которую вы будете складывать все вещи.

На сумку нужно прикрепить *бейджик* с ФИО ребенка и телефоном родителей, можно также указать домашний адрес и адрес лагеря.

При выборе одежды в лагерь следует помнить, что некоторые предметы домой обратно не вернутся. Поэтому не давайте ребенку с собой самые дорогие вещи. *Пишите список вещей в двух экземплярах: один вы оставите себе, а другой дадите ребенку.*

землярах: один вы оставите себе, а другой дадите ребенку.

Для сохранения здоровья личные вещи должны быть комфортными, преимущественно из натуральных материалов (хлопок) или из вискозы открытые футболки и сарафаны, шорты или брюки для повседневной носки (2 - 3 комплекта);

Что нужно ребенку в лагерь из одежды?

- головной убор;
- спортивный костюм или штаны и кофта;
- шорты, юбки, платья, футболки;
- комплект одежды для сна;
- смена нательного белья на 5 раз (трусы, носки, майка, носовой платок);
- одежда для праздников, дискотек и вечерних прогулок – 2 комплекта;
- обувь (1 пара для корпуса, 1 пара спортивной обуви, 1 пара пляжной обуви, 1 закрытая пара обуви и 1 повседневная пара);
- теплые вещи: куртка или ветровка, джинсы, джемпер;
- одежда на случай дождя и зонт;
- купальный костюм (плавки и купальник).



Все вещи, который вы даете ребенку с собой в лагерь, следует пометить. Сегодня можно заказать специальные пришивные стикеры с именем ребенка и телефоном родителей. Можно также пометить одежду маркером для текстиля, на крайний случай можно сделать метки яркими нитками.

Что положить ребенку в лагерь из средств гигиены?

- зубная щетка и паста, жидкое мыло, мыло хозяйственное;
- мочалка, шампунь, мыло туалетное;
- расческа для волос, ножницы для ногтей;
- большое банное полотенце для пляжа и душа;
- для девушек: косметические принадлежности для ухода за кожей и телом, гигиенические принадлежности.

Также желательно иметь средства от комаров.

Уважаемые жители района!

ГУ «Слонимский зональный центр гигиены и эпидемиологии» напоминает Вам о требованиях, которые необходимо соблюдать на своих подворьях и территориях, прилегающих к домовладениям:

- регулярно поддерживайте порядок на уличной территории, прилегающей к Вашему домовладению по всему периметру застройки.



ЗАПРЕЩАЕТСЯ

- размещать отходы в неустановленных местах;
- сливать жидкие отходы на землю, в водные объекты, ливневую канализацию;
- складировать и хранить более **72** часов на территориях, прилегающих к земельным участкам, в том числе проезжей части улицы, дрова, торф, уголь, песок, строительные материалы и строительный мусор.

Если Вас укусил клещ



Уничтожать снятых клещей, раздавливая их пальцами, ни в коем случае нельзя. Через ссадины и микротрещины на поверхности рук можно занести тяжелые инфекции.

Если же присасывание клеща к телу все же произошло, то Вам необходимо незамедлительно обратиться в организацию здравоохранения, где вам окажут медицинскую помощь (удаление клеща, антисептическая обработка, назначение профилактического лечения и, по желанию, для проведения лабораторного обследования, клеща поместят в чистый флакон с плотно прилегающей пробкой). Исследования клещей на наличие возбудителей проводятся в Гродненской области по адресу:

г. Гродно, пр. Космонавтов, 54А, понедельник-пятница с 8.30 до 16.00, обеденный перерыв с 13.00 до 13.30. Выходные дни: суббота, воскресенье. Консультация проводится энтомологом Гродненского областного ЦГЭОЗ.

К доставленному клещу обязательно прилагается: направление установленной формы в 3-х экземплярах, заявление пострадавшего, договор на оказание платной услуги и квитанция об оплате.

Отдел эпидемиологии ГУ «Слонимский зональный центр гигиены и эпидемиологии» тел. 8 (01562) 6-60-08, 6-60-16, электронный адрес: slonszge@mail.grodno.by

Слонимский зональный ЦГЭ предоставляет услуги физическим и юридическим лицам по противоклещевым обработкам как самих участков домовладений, так и прилегающих территорий к ним (тел. для справок 6 60 07).

ГУ «Слонимский зональный центр гигиены и эпидемиологии»

Адрес: 231800 г. Слоним пл. Ленина, 6 Телефон: 8(01562)50094

УНП 500041090 ОКПО 05564859 РКЦ № 27 в г.

Слониме филиал ОАО «Белагропромбанк» Гродненское областное управление

Р/с ВУ43ВАРВ36325010000740000000 (внебюджет)

ВУ55ВАРВ36045010000940000000 (бюджет)

БИК ВАРВВУ24457



ПРЕДЛАГАЕМ УСЛУГИ ПО УНИЧТОЖЕНИЮ ГРЫЗУНОВ

ПРЕДЛАГАЕМ УСЛУГИ ПО УНИЧТОЖЕНИЮ НАСЕКОМЫХ
(УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ, КЛЕЩЕЙ НА ОТКРЫТЫХ ТЕРРИТОРИЯХ)



ПРОВОДИМ РАБОТЫ ПО ДЕЗИНФЕКЦИИ И
СТЕРИЛИЗАЦИИ (ОФОРМЛЕНИЕ САНИТАРНЫХ
ПАСПОРТОВ, ДЕЗИНФЕКЦИЯ ТРАНСПОРТА,
ПРОФИЛАКТИКА И ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ДЕЗИНФЕКЦИЯ
ПОМЕЩЕНИЙ, КАМЕРНАЯ ДЕЗИНФЕКЦИЯ
ПОСТЕЛЬНОГО БЕЛЬЯ, ВЕЩЕЙ)

ПРОДАЖА ЯДОПРИМАНОК, СРЕДСТВ ДЛЯ УНИЧТОЖЕНИЯ НАСЕКОМЫХ