



Государственное учреждение «Слонимский зональный центр гигиены и эпидемиологии»

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

Выпуск 3,
01.03.2023



В этом выпуске:

Веди здоровый образ жизни	..1
Порядок обработки рук	..1
Обязанности домовладельца	..2
Вместе ликвидируем туберкулез!	..3
Разумный подход к стоматологическому здоровью	..3
Уважаемые жители района!	..4
Профилактика ВИЧ-инфекции	..4

ВЕДИ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ:

- ПИТАЙСЯ ПРАВИЛЬНО;
- ЗАНИМАЙСЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ;
- УЧИСЬ СПРАВЛЯТЬСЯ СО СТРЕССОМ;
- ОТКАЖИСЬ ОТ СИГАРЕТ, АЛКОГОЛЯ И НАРКОТИКОВ;
- ЗАЩИТИ СЕБЯ И БЛИЗКИХ ОТ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ.



СЛОНИМ - ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ!

ГУ «Слонимский зональный центр гигиены и эпидемиологии»

Порядок обработки рук



ЦЕЛИ

В ОБЛАСТИ



УСТОЙЧИВОГО
РАЗВИТИЯ



Обязанности домовладельца

Содержать в порядке территорию своего участка и контролировать санитарное состояние и прилегающей территории

Заклучить договор с коммунальными службами по вывозу и обезвреживанию ТБО



Косить сорную растительность (в летнее время) и расчищать от снега и наледи (в зимнее время)



Не складировать и хранить не более 3 суток на прилегающей к забору территории строительные материалы и мусор и др.

Запрещается захламлять бытовыми отходами и строительным мусором территории общего пользования, сельских населенных пунктов

Пришедшие в негодность из-за обветшания, пожара и др. дома владельцы обязаны разобрать, очистить место и огородить освободившуюся территорию

24 марта

Всемирный день борьбы с туберкулезом “Вместе ликвидируем туберкулез!”



Туберкулез (ТБ) является одной из 10 ведущих причин смерти в мире.

Туберкулезом может заболеть каждый.

Ежегодно туберкулезом в мире заболевает 9 млн, а умирает около 1,5 млн человек.

Ежедневно от этой инфекционной болезни умирает 4 тысячи человек.

Более 20% случаев заболевания ТБ в мире связано с курением.

**Позаботьтесь о здоровье своевременно!
Не дайте туберкулезу шанс!**

Пройдите флюорографическое обследование сегодня!

РАЗУМНЫЙ ПОДХОД К СТОМАТОЛОГИЧЕСКОМУ ЗДОРОВЬЮ



1

ПОСЕЩАЙТЕ 2 РАЗА В ГОД ВРАЧА-СТОМАТОЛОГА!

Получите индивидуальный план по правилам чистки зубов и рекомендации по подбору средств гигиены рта.



2

ЧИСТИТЕ ЗУБЫ УТРОМ ПОСЛЕ ЗАВТРАКА И ВЕЧЕРОМ ПЕРЕД СНОМ

ВРЕМЯ ЧИСТКИ ЗУБОВ
3 МИНУТЫ!



Следует распределить пасту по всем зубам



Необходимо очистить все поверхности зубов

ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА ГИГИЕНЫ РТА:



Мануальная зубная щетка



Электрическая зубная щетка



Зубная паста (по рекомендации врача-стоматолога)

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ГИГИЕНЫ РТА:



Зубная нить (флосс)



Ополаскиватель



Пенки



Жевательная резинка без сахара



Скребок для языка

Для детей с 7-9 лет дополнительные средства применяются по рекомендации врача-стоматолога и под контролем родителей.



3

ОСТАВЬТЕ В РАЦИОНЕ ПИТАНИЯ ТОЛЬКО ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ

ПОЛЕЗНО! продукты должны содержать небольшое количество сахара, достаточное количество витаминов и минеральных веществ.

ИСКЛЮЧИТЬ! употребление сахаросодержащих продуктов (сладостей) между основными приемами пищи и по возможности исключить употребление сладких газированных напитков.

ПОЛЕЗНО УПОТРЕБЛЯТЬ ТВЕРДУЮ ПИЩУ!

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.



ВИЧ: КАК СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ ЕГО НЕ БЫЛО

ПОМНИТЕ О ПУТЯХ ПЕРЕДАЧИ:

-  **ЧЕРЕЗ КРОВЬ**
-  **ОТ МАТЕРИ РЕБЕНКУ**
-  **ПРИ НЕЗАЩИЩЕННОМ СЕКСУАЛЬНОМ КОНТАКТЕ**

СОБЛЮДАЙТЕ ВАЖНЕЙШИЕ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ ВИЧ:

- сохраняйте верность партнеру и не допускайте случайных половых связей
- всегда используйте презерватив
- не употребляйте наркотики
- не наносите татуировки, не делайте пирсинга вне специализированных учреждений
- пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены

РЕГУЛЯРНО ПРОХОДИТЕ ТЕСТИРОВАНИЕ НА ВИЧ

Где? В любом учреждении здравоохранения по месту жительства, в кабинетах психосоциального консультирования и Центрах профилактики и борьбы со СПИДом

Когда? Важно пройти тестирование, если

- у вас в жизни были ситуации, когда повышен риск заражения ВИЧ
- вы планируете иметь детей или уже беременны

Как? Тестирование на ВИЧ проводится бесплатно и, при желании, анонимно

ВАЖНО!
Эксперты рекомендуют регулярно проходить тестирование каждому из нас. Желательно делать это ежегодно.

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