



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:

Выбор за вами	..1
Порядок обработки рук	..1
Что нужно знать о гепатите	..2
Отравление ягодами что делать?	..3
Памятка грибнику	..3
Уважаемые жители района!	..4
Профилактика ВИЧ-инфекции	..4

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Алкоголь —

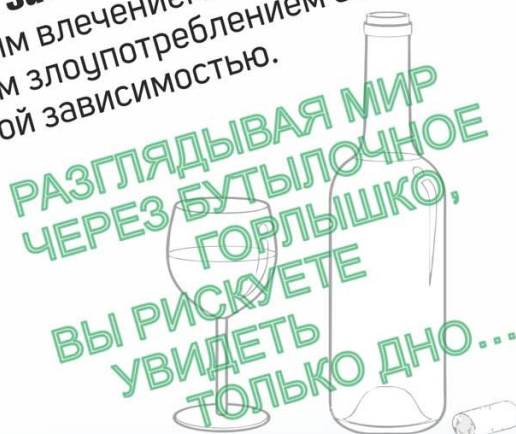
это психоактивное вещество, вызывающее зависимость.

Алкоголь быстро всасывается в кровь, а в органах и тканях задерживается до 15-20 дней даже после однократного приема.



Алкоголизм — хроническое заболевание, проявляющееся:

- ⇒ болезненным влечением к алкоголю;
- ⇒ постоянным злоупотреблением алкоголем;
- ⇒ алкогольной зависимостью.



У многих людей бывает ситуация когда им предлагают алкоголь. Как же вести себя в такой ситуации?

1. Приведите веские доводы – объясните причину отказа, но не извиняйтесь слишком долго.
2. Если человек начинает упрашивать, скажите «Да, Вы правы, но я не могу принять Ваше предложение».
3. Сами переходите в наступление: «Почему Вы на меня давите?» просите объяснить, почему Вас заставляют сделать то, чего Вы не хотите.
4. Смените тему, что тоже интересно пойти в спортзал, на танцы.
5. Если Вы являетесь лидером компании, то Вам не так уж и трудно отказаться от приема алкоголя и удержать весь коллектив.
6. Если в Вашей компании употребление алкоголя является традиционным, значит не стоит быть членом такого коллектива.

Делает человека зависимым и безвольным

Приводит к алкогольному гепатиту и циррозу печени

Алкоголизм – хроническое заболевание, которое трудно поддается лечению

Приводит к проблемам с психикой, повышает агрессию

Ускоряет старение

Может стать причиной рождения неполноценного потомства и импотенции

Порядок обработки рук



ЦЕЛИ В ОБЛАСТИ



УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ



Что нужно знать о гепатите



5 основных видов вирусов гепатита

A
B
C
D
E



самая распространенная причина цирроза и рака печени

гепатит

A

Распространение гепатита А можно предотвратить:



при обеспечении надлежащего снабжения безопасной питьевой водой



надлежащей утилизации сточных вод



соблюдении личной гигиены и вакцинации

гепатит ВС



Наибольшую опасность представляет контакт с заражёнными биологическими средами организма (кровь, сперма), где содержится большое количество вируса, а также при повреждении кожи (маникюр и татуировки нестерильными или плохо обработанными инструментами)



Инфицирование может быть от матери к ребенку при родах



Есть риск заражения половых партнеров, а также других членов семьи при совместном использовании предметов личной гигиены: маникюрных ножниц, зубных щеток, бритвенных принадлежностей, зубочисток и т. д.



Вирус гепатита В и С НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ:

через объятия, рукопожатия, кашель, чихание, рекреационное использование общественных бассейнов или аналогичных объектов



В



Защитить себя от гепатита «В» можно с помощью вакцины. Эффективность предотвращения развития хронической инфекции при полном курсе вакцинации составляет 95%

С

Вакцина против гепатита С еще не разработана



ОТРАВЛЕНИЕ ЯГОДАМИ ЧТО ДЕЛАТЬ?



Рассказать ребенку, что нельзя есть **НИКАКИЕ** незнакомые ягоды и листья(!) незнакомых растений



Не есть косточки сливы, вишни, персика

ПРИЗНАКИ

могут появиться от 10 мин до нескольких часов



учащение или замедление сердцебиения



нарушения дыхания



нарушения речи и глотания, расширение зрачков



слюнотечение, судороги



головокружение, потеря сознания, возбуждение



расстройства стула, рвота, боли в животе

ПРИ ОТРАВЛЕНИИ ИЛИ ПОДОЗРЕНИИ НА ОТРАВЛЕНИЕ



вызвать скорую или ехать в больницу



дать **МНОГО ХОЛОДНОЙ** воды (до приезда скорой/поездки в больницу)



НЕ вызывать рвоту (риск попадания рвотных масс в легкие)



сорбенты эффективны только в течение часа



обязательно поезжайте в больницу

ПАМЯТКА ГРИБНИКА



СОБИРАТЬ ТОЛЬКО ИЗВЕСТНЫЕ ГРИБЫ
ЕСЛИ ГРИБ ВЫЗВАЕТ СОМНЕНИЕ,
ЛУЧШЕ ОТ НЕГО ИЗБАВИТЬСЯ



НЕЛЬЗЯ КОРМИТЬ ГРИБАМИ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ОСОБЕННО
МАЛЫШЕЙ



НЕ СОБИРАТЬ ГРИБЫ ВДОЛЬ ДОРОГ
ОНИ МОГУТ СОДЕРЖАТЬ ТОКСИЧЕСКИЕ
СВОЙСТВА



БЕЗОПАСНЕЕ СОБИРАТЬ ГУБЧАТЫЕ ГРИБЫ:
БЕЛЫЕ ГРИБЫ, ПОДОСИНОВИКИ,
ПОДБЕРЕЗОВИКИ, МАСЛЯТА, МОХОВИКИ



ПЕРЕД ПРИГОТОВЛЕНИЕМ ГРИБЫ
НУЖНО ТЩАТЕЛЬНО ВЫМЫТЬ, ПЕРЕД
СУШКОЙ - ВЫТЕРЕТЬ ВЛАЖНОЙ ТКАНЬЮ



НЕ УПОТРЕБЛЯЙТЕ ГРИБЫ БЕЗ
ТЕРМООБРАБОТКИ, ИХ НЕОБХОДИМО
ВАРИТЬ 15-20 МИНУТ

Готовые грибные блюда нужно хранить в холодном месте в эмалированной посуде не больше 24 часов

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