



## 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:

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| Всемирный день профилактики гепатитов | ..1 |
| Порядок обработки рук                 | ..1 |
| Отравление ягодами                    | ..2 |
| Памятка грибника                      | ..2 |
| Выбор за вами!                        | ..3 |
| Уважаемые жители района!              | ..4 |
| Профилактика ВИЧ-инфекции             | ..4 |



# Всемирный день профилактики гепатитов

В этот день в мире и в нашей республике проводятся мероприятия, целью которых является повышение осведомленности о симптомах, методах диагностики, профилактики и лечения гепатитов, а также предупреждение их возникновения и распространения. Вирусные гепатиты представлены на всех континентах. Ими могут заразиться люди любого возраста. Заболеваемость в мировых масштабах огромна.

Гепатит – это воспаление печени, вызываемое в основном вирусной инфекцией. Наиболее распространёнными видами гепатита являются вирусы А, В, С и Е. Вирус гепатита D встречается исключительно в сочетании с вирусом гепатита В.

#### СИМПТОМЫ

- Повышенная температура
- Пожелтение кожи и глазных белков
- Тошнота и рвота
- Боли в суставах
- Повышенная чувствительность печени
- Снижение или потеря аппетита
- Боли в области живота
- Диарея, тёмная моча



#### ПОСЛЕДСТВИЯ

- А** Не приводит к развитию хронических болезней печени, смертельные исходы редки
- В** Возможно развитие хронических болезней печени, риск смерти от цирроза и рака печени
- С** Риск развития цирроза и/или рака печени
- Е** Самоизлечивается, редко приводит к молниеносному гепатиту (острой печёночной недостаточности) и смерти

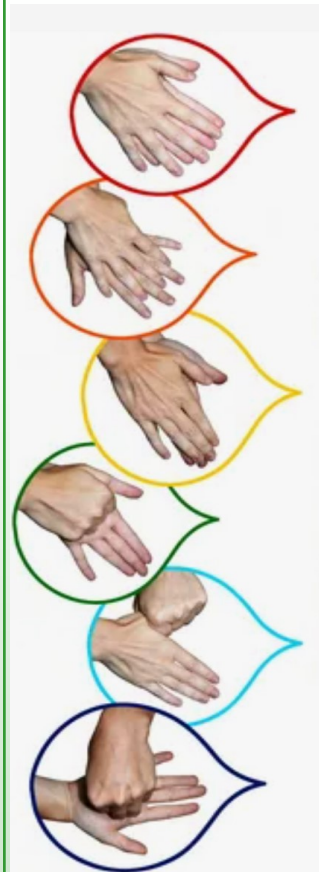
#### СПОСОБЫ ЗАРАЖЕНИЯ

- АЕ** Через загрязнённую воду
- ВС** При половых контактах
- АЕ** Через заражённые пищевые продукты
- ВСЕ** От матери ребёнку
- ВСЕ** При переливании заражённой крови, использовании грязных игл

## Профилактика гепатитов

- ✓ **Вакцинироваться против гепатита В.** Применяемая вакцина высокоэффективна и хорошо переносится. Не менее 98% привитых вырабатывают иммунитет длительностью 15 лет и более.
- ✓ **Использовать презерватив** при случайных половых контактах.
- ✓ **Категорически отказаться от употребления наркотических веществ.**
- ✓ **Осторожно относиться** ко всем манипуляциям, во время которых нарушается целостность кожных и слизистых покровов – к **татуировкам, пирсингу, маникюру.** Проводить вышеупомянутые процедуры следует в специализированных салонах и парикмахерских.
- ✓ **Использовать только индивидуальные предметы личной гигиены:** бритвенные и маникюрные принадлежности, полотенца, ножницы, расчески, мочалки, зубные щётки.

### Порядок обработки рук





# ОТРАВЛЕНИЕ ЯГОДАМИ ЧТО ДЕЛАТЬ?



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



Не ешьте 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 ВЫЗЫВАЕТ 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

# 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.

**ВЫБОР  
ЗА  
ВАМИ!**



РАЗГЛЯДЫВАЯ МИР  
ЧЕРЕЗ БУТЫЛОЧНОЕ  
ГОРЛЫШКО,  
ВЫ РИСКУЕТЕ  
УВИДЕТЬ  
ТОЛЬКО ДНО...

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | 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    |  |

# Уважаемые жители района!

Государственное учреждение «Слонимский зональный центр гигиены и эпидемиологии» в Год благоустройства предлагает принять активное участие в наведении порядка на территориях нашего района, а также в поддержании порядка на территориях, прилегающих к индивидуальным домовладениям.

Для поддержания порядка на территориях необходимо содержать в чистоте земли общего пользования, территории объектов, зоны рекреации, места погребения, в том числе территории, закрепленные решениями местных исполнительных и распорядительных органов за юридическими лицами, индивидуальными предпринимателями, гражданами.

За нарушение правил содержания территорий виновные лица несут ответственность в соответствии с законодательными актами Республики Беларусь.



## Проверь знания по ВИЧ/СПИДУ **УЗНАЙ**, как передается ВИЧ



### ВИЧ ПЕРЕДАЕТСЯ



### ВИЧ НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ



## ПРОЙДИ тестирование на ВИЧ:

-  ЕСЛИ БЫЛ ДАЖЕ ОДИН СЕКСУАЛЬНЫЙ КОНТАКТ БЕЗ ПРЕЗЕРВАТИВА
-  ЕСЛИ ИМЕЛСЯ ОПЫТ УПОТРЕБЛЕНИЯ ИНЪЕКЦИОННЫХ НАРКОТИКОВ
-  ЕСЛИ СДЕЛАНА ТАТУИРОВКА ИЛИ ПИРСИНГ «КУСТАРНЫМ» СПОСОБОМ
-  ЕСЛИ ПЛАНИРУЕШЬ РОДИТЬ РЕБЕНКА
-  ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ УВЕРЕН В СОСТОЯНИИ СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ

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