



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:

Единый день здоровья	..1
Порядок обработки рук	..1
Меры предосторожности при гололеде	..2
Выбор за вами	..3
Уважаемые жители района!	..4
Профилактика ВИЧ-инфекции	..4



Информационный бюллетень отдела общественного здоровья
Гродненского областного ЦГЭОЗ



Единый день здоровья

1 декабря 2025 года

Всемирный день профилактики ВИЧ-инфекции

В календаре многих стран 1 декабря отмечен как День профилактики ВИЧ-инфекции. История берет начало в 1988 году, когда по инициативе ВОЗ этот день был выбран с целью привлечения внимания мировой общественности к проблеме распространения нового заболевания, о котором впервые громко заговорили в начале 80-х годов XX столетия. За 40-летнюю историю развития эпидемии многое изменилось: от незнания и страха перед неизвестным заболеванием мир пришел к возможности лечения, снижающего количество вируса в крови до такого уровня, что его невозможно обнаружить при помощи тестов и передать другим людям.

из смертельно опасного заболевания перешла в разряд хронического медикаментозно управляемого. Девиз Дня профилактики ВИЧ-инфекции в 2025 году «**Преодолевая трудности, измени стратегию**» призывает удерживать достижения прежних лет в области противодействия распространению данного заболевания. Международный символ – красная ленточка-петелька символизирует солидарность с теми людьми, кто напрямую затронут данной проблемой. День профилактики ВИЧ-инфекции и сегодня продолжает напоминать о том, что заболевание может коснуться каждого человека и

стигматизация людей, живущих с ВИЧ-инфекцией, во всех ее проявлениях в современном обществе недопустима. По-прежнему актуальным остается достоверное информирование по вопросам, связанным с ВИЧ-инфекцией, повышение осведомленности о достижениях современной медицины и связанных с этим изменениями в области профилактики, искоренение стигмы и дискриминации во всех ее проявлениях.



Обратите внимание

По данным ВОЗ:

в настоящее время в мире около 40 миллионов людей инфицированы ВИЧ; ВИЧ-инфекция как угроза общественного здравоохранения должна быть полностью ликвидирована к 2030 году.

В Республике Беларусь:

с ВИЧ-положительным статусом проживает около 26 тысяч человек, из которых более 22 тысяч получают антиретровирусную терапию, тем самым сохраняя свое здоровье, продолжительность и качество жизни; наибольшее количество новых случаев регистрируется среди мужчин и женщин в возрасте от 30 до 49 лет; преобладает половой путь передачи ВИЧ, который составляет более 80% от всех регистрируемых случаев.

К сведению

В Гродненской области по состоянию на 01.11.2025:

зарегистрировано 1763 случая ВИЧ-инфекции; количество людей, живущих с ВИЧ, составляет 1221 человек; из общего числа ВИЧ-инфицированных 61,3% приходится на долю мужчин, доля женщин составляет 38,7%; основным путем передачи ВИЧ является половой – 75,8 % от общего количества зарегистрированных случаев.

Профилактика ВИЧ-инфекции

Заражение ВИЧ возможно только при попадании биологической жидкости человеческого организма, содержащей вирус, в кровоток или на слизистые оболочки другого человека. Поэтому выделяют 3 основных пути передачи ВИЧ-инфекции: через кровь; при половом контакте; женщина, живущая с ВИЧ, в отсутствие лечения может передать вирус ребёнку.

Меры профилактики ВИЧ-инфекции - это:

Предпочтение сексуальных контактов с постоянным взаимоверным половым партнером. Если его в вашей жизни пока нет, использование презервативов – самый простой и надежный способ защиты от ВИЧ и от других ИППП при каждом сексуальном контакте.

Использование персональных или стерильных инструментов для бритья, маникюра, нанесения татуировок, пирсинга и других инструментов, нарушающих целостность кожных покровов.

Полный отказ от наркотиков, особенно тех, которые вводятся с помощью инъекции.

Слюна, пот и моча не содержат достаточного для инфицирования количества вируса. Поэтому невозможно инфицироваться ВИЧ при бытовых контактах – в том числе, при использовании общей посуды, полотенец и других бытовых предметов. Нет никакой опасности в совместных водных процедурах (например, в душе или бассейне). ВИЧ не передается во время объятий, по-

целуев, рукопожатий. Невозможно заразиться через укусы комаров и других кровососущих насекомых, а также от животных.

Единственный способ узнать ВИЧ-статус – пройти тестирование, в том числе анонимное и бесплатное, в любой организации здравоохранения, располагающей процедурным кабинетом. Для оперативной диагностики применяются экспресс-тесты на наличие антител к ВИЧ по крови. Экспресс-тесты (по слюне) для самотестирования свободно продаются в аптеках. Также тестирование и консультирование по вопросам ВИЧ-инфекции проводится в Гродненском областном ЦГЭОЗ.

Порядок обработки рук



ЦЕЛИ В ОБЛАСТИ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ



МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ПРИ ГОЛОЛЁДЕ

Не держите руки в карманах.

Идите по снежной кромке вдоль дороги.

Соблюдайте особую осторожность при переходе дороги.

Старайтесь обходить опасные места (замёрзшие лужи, склоны, лестницы и т.п.);



Надевайте обувь на низком каблуке с рельефной подошвой из пористого материала.

Передвигайтесь медленно.

Не занимайте руки хрупкой или тяжёлой ношей.

ЕСЛИ ВЫ УПАЛИ:

1 Приложите холодный компресс во избежание отёка; заверните холодный предмет в полиэтилен, а затем в ткань. Приложите компресс на 20 минут к месту ушиба. Во избежание переохлаждения обязательно делайте 5-минутные перерывы.

2 Если на второй день отёк не спал, наложите на место ушиба йодную сетку. Если через пару дней отёчность спала, но остались синяки, можете приложить к месту ушиба грелку, либо использовать согревающие мази.

Если после падения Вы чувствуете боли в области суставов, головокружение, резкую боль в травмированных конечностях, необходимо срочно обратиться к врачу

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