



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:

Здоровый город начинается с тебя	..1
Порядок обработки рук	..1
Как уберечь себя от укусов клещей и предотвратить	..2
	..3
	..3
Уважаемые жители района!	..4
Профилактика ВИЧ-инфекции	..4



ЕЖЕДНЕВНЫЕ ПРАВИЛА

- **УТРОМ** – стакан тёплой воды до завтрака.
- **ДНЁМ** – прогулка 20–30 минут в любую погоду, без спешки.
- **ВЕЧЕРОМ** – ложитесь спать до 23:00, спите не меньше 7 часов.
- **ПИТАНИЕ** – 3–4 раза в день, меньше сладкого, солёного и жареного.
- **ДВИЖЕНИЕ** – каждый час, разминайте ноги и спину.

ОБЯЗАТЕЛЬНО – РАЗ В ГОД

- посетите терапевта;
- контролируйте давление, сахар, холестерин;
- сделайте флюорографию и ЭКГ.

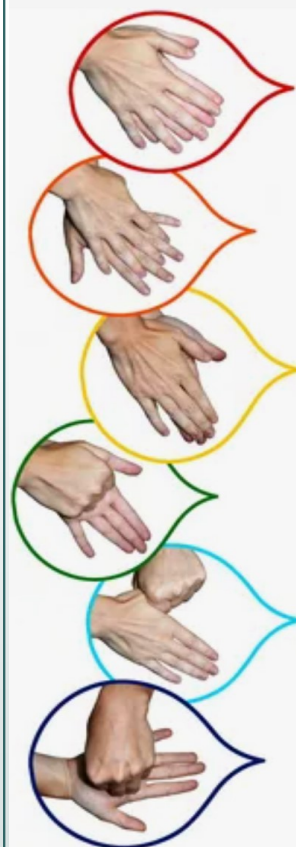
КАЖДОЕ УТРО ВЫ ВЫБИРАЕТЕ:

ПРОЖИТЬ ДЕНЬ С ЭНЕРГИЕЙ

ИЛИ ПРОСУЩЕСТВОВАТЬ С УСТАЛОСТЬЮ! Тираж 200экз



Порядок обработки рук



ЦЕЛИ

В ОБЛАСТИ



УСТОЙЧИВОГО
РАЗВИТИЯ



Как уберечь себя от укусов клещей и предотвратить заболевание?

Работая в лесу необходимо носить специальную защитную одежду или приспособить имеющуюся, максимально закрывая открытые участки тела.

Использовать отпугивающие средства (репелленты), которые следует наносить на одежду или открытые участки кожи.

Находясь в лесу, на садово-огородном участке, через каждые 2 часа проводить само и взаимоосмотры и сразу после выхода из них необходимо осмотреть и стряхнуть с одежды любых ползающих насекомых и клещей.

На дачных участках необходимо регулярно удалять валежник, сухостой, проводить вырубку ненужных деревьев и кустарников, скашивать траву.

Не следует употреблять в пищу сырое козье молоко, так как, выпасая коз на некультуренных пастбищах и пренебрегая элементарными мерами безопасности, т.е. не подвергая кипячению молоко, владельцы коз подвергают себя и лиц, которым они передают молоко, опасности заражения клещевым энцефалитом.



Что делать при укусе клеща?

Ни в коем случае не расчесывать место укуса и не раздавливать самого клеща, не пытаться самостоятельно извлечь присосавшегося клеща. Необходимо незамедлительно обратиться в организацию здравоохранения, где Вам окажут медицинскую помощь (удаление клеща, антисептическая обработка, **назначение профилактического лечения (в первые 72 часа).**

Выполнение этих рекомендаций поможет сохранить ваше здоровье и избежать заражения клещевыми инфекциями!

Уважаемые жители района!

Государственное учреждение «Слонимский зональный центр гигиены и эпидемиологии» 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