

# ВЕСТНИК ВОРОНОВСКОГО РАЙОННОГО ЦГЭ

информационный бюллетень



Понедельник • 04.04.2022

№ 04 (72)

## 7 АПРЕЛЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

7 апреля 1948 года вступил в силу устав Всемирной организации здравоохранения. Эта дата считается «днем рождения» организации, и ежегодно ее отмечают как Всемирный день здоровья. В уставе ВОЗ право на здоровье указано как неотъемлемое основное право любого человека без различия расы, религии или социального положения.

Здоровье, по определению ВОЗ, это не просто отсутствие болезней. Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия. По данным ВОЗ, здоровье человека определяется на 20% средой обитания, на 50% – образом жизни, и только 10% его зависит от системы здравоохранения. С ростом благосостояния общества основные риски для здоровья смещаются в сторону поведенческих факторов: курение, употребление алкоголя, малоподвижный образ жизни. Такие распространенные проблемы, как повышенное кровяное давление, избыточный вес, высокое содержание глюкозы в крови. Все они приводят к росту числа неинфекционных заболеваний. Раковые, респираторные, сердечно-сосудистые заболевания и сахарный диабет становятся причиной 71% всех смертей в мире. К сожалению, виновниками этого во многом становимся мы сами.

Профилактика неинфекционных заболеваний в большей части зависит от самих людей. Это не только здоровый образ жизни, физическая активность, правильное питание, но и своевременное обращение за помощью, регулярные медицинские обследования и соблюдение рекомендаций врачей.

Риски здоровья, связанные с

влиянием окружающей среды, становятся причиной до 23% всех случаев смертей. Эта доля остается относительно стабильной из года в год, но с 2002 года существенно упала частота смертей, связанных с инфекционными заболеваниями.

**Тема 7 апреля 2022 года – «Наша планета, наше здоровье».** Этот девиз призывает к неотложным действиям для сохранения здоровья человека и окружающей среды, и активному движению по созданию «обществ благополучия».

По данным Всемирной организации здравоохранения, более 13 миллионов смертей ежегодно связа-

ны с состоянием окружающей среды, и могут быть предотвращены. Наибольшую угрозу для нашего здоровья представляет изменение климата. Климатический кризис это еще и кризис здравоохранения.

**Более 90% людей на планете дышат грязным воздухом.** Загрязнение воздуха тесно связано с изменением климата. Основным источником загрязнения – сжигание ископаемого топлива. Тепловые и электростанции, выбросы автотранспорта, торф и древесина, используемые для обогрева жилищ и приготовления пищи – все это вредит нашему здоровью и нашей планете. От загрязненного

воздуха невозможно скрыться в престижных районах и дорогом жилье.

Отсутствие видимого смога еще не значит, что воздух вокруг безопасен. Токсичные вещества могут годами отравлять наш организм, а мельчайшие частицы сажи проникать глубоко в легкие, сердце и мозг. Треть всех смертей от инсультов, сердечно-сосудистых и легочных заболеваний связана с грязным воздухом.

Треть всех выбросов парниковых газов приходится на производство еды, 20% – на автотранспорт. Сокращение числа личных автомобилей, пешие и велосипедные прогулки – это не только полезная физическая активность, это будет иметь долгосрочное влияние на здоровье.

Из-за изменения климата все чаще случаются экстремальные погодные явления, происходят засухи и наводнения. Все это создает условия для распространения заболеваний и инфекций.

Глобальное потепление создало благоприятные условия для размножения кровососущих насекомых. Москиты, переносчики таких опасных заболеваний, как малярия, клещи переносчики не менее опасных заболеваний: энцефалита и боррелиоза.

**COVID-19 весьма убедительно показал всему миру, какую опасность представляют уменьшение биоразнообразия и разрушение экосистем.** Вспышки зоонозных заболеваний, возникновение новых опасных мутаций вирусов – это реальная угроза. Предотвратить повторение подобной пандемии в будущем поможет восстановление



экосистем, соблюдение баланса между нуждами человека и природы.

Однако здоровье человека в первую очередь зависит от него самого. Своевременная профилактика,

здоровый образ жизни, ответственное отношение к себе и окружающим, выбор товаров и услуг, не наносящих вреда здоровью и окружающей среде, всё это — необходимые условия

сохранения здоровья и долголетия, предотвращения заболеваний.

*Помощник врача-гигиениста  
Ирина Метелица*

## 17 АПРЕЛЯ - ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ГЕМОФИЛИИ

**Всемирный день гемофилии — международный день, который отмечается по всей планете ежегодно, 17 апреля.**

«Всемирный день гемофилии» призван привлечь внимание мировой общественности к проблемам, с которыми ежедневно сталкиваются больные гемофилией.

Сама дата, 17 апреля, приурочена ко дню рождения основателя Всемирной федерации гемофилии (World Federation of Hemophilia, WFH) Фрэнка Шнайбеля и отмечается с 1989 года во многих странах мира.

В мире в настоящее время насчитывается более 400 тыс. человек (один из 10 тысяч мужчин) больных гемофилией. В мировой истории самой известной носительницей гемофилии была английская королева Виктория. Болел гемофилией сын российского царя Николая II царевич Алексей.

### Что такое гемофилия?

*Гемофилия – это группа наследственных заболеваний, при которых нарушен процесс свертывания (коагуляции).*

Обычно гемофилией страдают мужчины (наследственное заболевание, связанное с полом), женщины же обычно выступают как носительницы гемофилии и могут родить больных сыновей или дочерей-носительниц.

### Причины гемофилии

Гемофилия вызвана мутациями в генах X-хромосомы. Гены кодируют белки (факторы крови), необходимые для свертываемости крови (образованию фибрина). Когда факторы крови отсутствуют или их количество недостаточно, свертываемость нарушается и кровотечение продолжается.

В зависимости от дефицита того или иного фактора свертываемости крови, различают гемофилию А (классическую), В (болезнь Кристмаса), С и др.

### Классификация гемофилии:

• *классическая гемофилия* составляет подавляющее большинство (около 85%) случаев синдрома и связана с дефицитом VIII фактора свертывания;

• *гемофилия В*, составляющая 13% случаев заболевания, имеет место недостаток IX фактора;

• *гемофилия С* встречается с частотой 1-2% и обусловлена недостатком XI фактора свертывания крови.

### Симптомы гемофилии

Пациенты с легкой гемофилией могут не иметь никаких симптомов, пока не возникнут повреждения кожи или тканей, в результате чего наблюдается более длительное кровотечение. У людей с гемофилией умеренной тяжести симптомы могут наблюдаться на ранней стадии заболевания: кровоточивость при инвазивных вмешательствах (инъекциях, операциях, удалении зуба), гематурии, гемаартрозы. У детей легко возникают синяки, могут наблюдаться признаки внутренних кровотечений.

Тяжесть клинического течения гемофилии зависит от степени недостаточности плазменных факторов свертывания крови.

### Диагностика гемофилии

Определяют измененные показатели коагулограммы:

- времени свертывания и рекальцификации;
- тромбинового времени;
- активированного частичного тромбопластинового времени (АЧТВ);
- проводятся специфические тесты на тромбиновый потенциал, протромбиновое время.

**Диагностика также включает изучение:**

- тромбоэластограммы;
- проведение генетического анализа на уровень D-димера.

Диагностическое значение имеет снижение уровня показателей до половины нормы и более.

### Лечение.

Для лечения используются концентраты факторов свертывания как полученные из донорской крови, так



и рекомбинантные (выращенные искусственным путём у животных).

В настоящее время, люди страдающие гемофилией, при правильном лечении живут столько же, сколько и здоровые люди.

*Помощник врача-гигиениста  
Елена Зверко*

## БЕРЕГИСЬ КЛЕЩА!

Плюсовая температура воздуха в начале весны активизировала поведение клещей. Как правило, они начинают выползать из зимних укрытий в поисках пищи, когда дневные температуры воздуха поднимаются выше +5°C. Пик численности этих

кровососущих членистоногих, обычно, выпадает на апрель-май – начало июня. Продолжать свою охоту кровососы будут до последних теплых дней осени.

### Следует знать:

- Иксодовые клещи могут быть

переносчиками девяти возбудителей инфекционных заболеваний, из которых ежегодно на территории Беларуси регистрируются два – *Лайм-боррелиоз (болезнь Лайма) и клещевой энцефалит*. Чаще встречается боррелиоз, реже – клещевой эн-

цефалит и лишь изредка другие инфекции. Однако далеко не все клещи инфицированы!

- Клещи обитают не только в лесу. На территории республики основными переносчиками клещевых инфекций являются два вида клещей: клещ лесной (*Ixodes ricinus*) и луговой (*Dermacentor reticulatus*). Последний предпочитает открытые пространства: заливные луга, пустыри, лесные поляны, опушки, пастбища. Среди любимых мест их обитания – высокая травянистая растительность, прошлогодняя листва, сухостой.

- В лесу клещей всегда больше вдоль поросших травой троп, опушек, по обочинам дорог.

- Клещ нападает с травы или низкорослого кустарника, а не падает или прыгает с деревьев. Так что основная зона опасности у человека – это ноги.

- Клещ никогда не присасывается сразу, прицепившись к жертве, он движется всегда вверх, около часа может бродить по телу в поисках удобных для присасывания мест. Медлительность клеща является некоторым благом, поскольку его можно обнаружить задолго до укуса.

**Чтобы избежать неприятностей в течение всего теплого периода года, начиная с весны до поздней осени, будучи на природе необходимо соблюдать определенные правила поведения и безопасности:**

- Чаще осматривайте себя и попутчиков, чтобы своевременно обнаружить и снять с себя опасного кровососа.

- Лучше носить одежду светлых тонов – на ней клеща легче заметить.

- По возможности старайтесь максимально прикрыть тело и уменьшить возможность заползания клещей под одежду. Для этого рубашку, а лучше гольф, заправляйте в брюки, брюки в носки и сапоги, надевайте головной убор. Если вы правильно оделись, клещ останется где-то на одежде, и вы его обнаружите ещё до укуса.

- Повысить эффективность защитной одежды можно с помощью отпугивающих насекомых и клещей средств – репеллентов.

- Важно придавать значение не только лесной, но и полевой одежде.



- В лесу для отдыха предпочтительно выбирать сухие открытые поляны, хорошо прогреваемые солнцем, с песчаной почвой или участки со скудной травянистой растительностью.

- По возвращении домой ещё раз внимательно осмотрите себя, обследуйте снятую одежду, домашних животных и вещи, принесенные из леса.

- Старайтесь обезопасить свой дачный участок от проникновения клещей – регулярно по мере отрастания скашивайте траву, собирайте опавшую листву, расчищайте прилегающую территорию от сухостоя и валежника, следите за тем, чтобы на участке не поселились грызуны – основные прокормители клещей.

- Существует опасность заражения клещевым энцефалитом при употреблении сырого козьего молока, поэтому рекомендуется его кипятить перед употреблением.

**Как действовать в случае присасывания клеща?**

Как можно быстрее извлеките паразита. Чем больше клещ находится в теле человека, тем выше угроза заражения. **Удалить клеща лучше в медицинском учреждении.**

Но если такой возможности нет, удалите его самостоятельно, используя для этого обычную хлопчатобумажную нить, пинцет или специальные приспособления для удаления клещей, с помощью которых клеща нужно как бы выкручивать, потихоньку подтягивая вверх. Резкие движения недопустимы. Обычно через 1-3 оборота клещ извлекается целиком вместе с хоботком. Если всё же хоботок остался в теле, достаньте его, как занозу. Место укуса прижгите йодом и тщательно вымойте руки. При удалении недопустимо исполь-

зовать крема и масла, нельзя пытаться давить клеща, задыхаясь, он будет извергать возбудителей болезни в кровь и это лишь повысит вероятность заражения.

**Что делать после удаления клеща?**

Не нужно паниковать – присасывание клеща ещё не означает, что произошло заражение, так как далеко не все из них инфицированы. После того, как клещ снят, поторопитесь обратиться в поликлинику по месту жительства к врачу инфекционисту или терапевту (педиатру) для организации медицинского наблюдения и назначения экстренной профилактики возможных заболеваний, проводить которую необходимо **в первые 72 часа от момента присасывания клеща**. В настоящее время для взрослых применяется укороченная (однодневная) схема профилактического лечения. Рекомендуемые для профилактики лекарственные препараты характеризуются высокой эффективностью в отношении большинства возбудителей бактериальных заболеваний, которые переносят клещи, в том числе болезни Лайма.

**Нужно ли нести клеща в лабораторию?**

По мнению экспертов, исследование клеща на его инфицированность – процедура нецелесообразная. На ожидание результата исследования теряется время, а сам результат редко оказывает влияние на дальнейшую схему профилактики. В большинстве лабораторий клещей исследуют только на один доминирующий для Беларуси возбудитель, вызывающий болезнь Лайма, но, как известно, клещ может являться так же переносчиком ряда других инфекций. Отрицательный результат исследования создает чувство ложной безопасности, пациент не обращается к врачу даже при появлении характерной клинической картины заболевания.

В случаях, когда исследовать клеща действительно имеет смысл, например, у пострадавших с медицинскими противопоказаниями к применению лекарственных препаратов для профилактического лечения, врач дает направление на такое исследование.

*Помощник врача-эпидемиолога  
Анна Хадыш*

## ОБ АКТИВИЗАЦИИ РАБОТЫ ПО НАВЕДЕНИЮ ПОРЯДКА НА ЗЕМЛЕ

С приходом весны и установлением положительных температур начинается период обновления природы: земля освобождается от снега, который нынешней зимой нас порадовал незначительное время, начинают зеленеть луга и поля, ото льда освободились реки и озера. Но все это пробуждение природы часто нарушают результаты человеческой деятельности: мусорные свалки, срубленные и сваленные в кучу деревья, следы поджогов на траве, которые чаще проявляются в большом количестве именно весной.

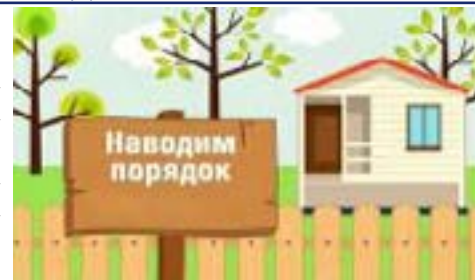
Поэтому в весенний период так активно стартуют республиканские и международные акции и субботники, под эгидой которых убирается мусор, высаживаются новые деревья и организуются мероприятия по охране окружающей среды, а также проводится месячники по наведению

порядка на земле и благоустройству территорий.

**В Вороновском районе по распоряжению Вороновского исполнительного комитета от 25.03.2022 № 185 стартовал месячник по благоустройству, который будет проводиться с 28 марта по 8 мая 2022 г.**

Наведение порядка на земле — это задача каждого из нас, а также важная государственная задача, которая находится на постоянном контроле у органов власти.

В период месячника субъектам хозяйствования всех форм собственности, в том числе сельским исполнительным комитетам, арендаторам, необходимо привести закрепленные территории и прилегающие к ним земельные участки в порядок, обеспечить уборку закрепленных территорий от мусора. Не надо забывать и про уборку территорий общего



пользования, кладбищ, лесопарковых зон.

Обращаемся ко всем жителям Вороновского района принять участие в месячнике по санитарной очистке, наведению порядка и благоустройству территорий населенных пунктов.

Мы все хотим, что бы было чисто, но только общими усилиями можно этого достичь!

*Помощник врача-гигиениста  
Андрей Войшник*

## ЕВРОПЕЙСКАЯ НЕДЕЛЯ ИММУНИЗАЦИИ

**Девиз Европейской недели иммунизации: Предупредить. Защитить. Привить.**

**24–30 апреля 2022 г.**

Вот уже более двухсот лет иммунизация помогает человечеству делать мир безопаснее – начиная с самой первой вакцины от оспы и заканчивая новейшими мРНК-вакцинами, которые используются для предупреждения тяжелых случаев заболевания COVID-19. Вакцины защищают каждого из нас по отдельности и позволяют нам защищать коллективное здоровье всех людей.

Благодаря массовой вакцинации населения на нашей планете были ликвидированы многие эпидемио-

мунизации (ЕНИ) 2022 г. – «Долгая жизнь для всех». Ее цель – подчеркнуть важность равноправного и широкого доступа к вакцинам, способствующего обеспечению долгой и здоровой жизни для каждого человека.

Инфекционные болезни остаются самыми распространёнными в детском возрасте и способны вызвать тяжёлые инфекции, заканчивающиеся инвалидностью или смертельным исходом у незащищённых (не привитых) детей. Защиту детей от наиболее опасных и распространённых инфекций мы создаём с помощью вакцин. Современные вакцины являются высокоэффективными и безопасными препаратами. При введении вакцин мы «знакомим» организм с возбудителем инфекции и «обучаем» методом борьбы с ним. К каждому ребёнку применяется индивидуальный подход: перед любой прививкой врач осматривает ребёнка и решает вопрос о возможности её проведения.

Согласно национального календаря профилактических прививок государством гарантированы бесплатные прививки детям в соответствующих возрастных группах против следующих инфекционных заболеваний: дифтерии, столбняка, кори, коклю-

ша, эпидемического паротита, краснухи, вирусного гепатита В, полиомиелита, гемофильной инфекции, туберкулёза, гриппа.

Для создания длительной и эффективной защиты с помощью вакцин важно соблюдать интервалы между прививками. После введения вакцины у подавляющего большинства детей каких-либо изменений в состоянии здоровья не происходит. Лишь у некоторых может быть незначительное повышение температуры, покраснение или уплотнение в месте введения вакцины. Это закономерная реакция, которая говорит о начале формирования защиты от инфекции.

Для взрослых в национальном календаре обозначены бесплатные прививки против дифтерии и столбняка (АДС-м) и гриппа, а также вакцинация от коронавируса.

**В 2022 году начата вакцинация от коронавирусной инфекции детей 12-17 лет.**

Прививка – самый простой и удобный способ борьбы с инфекцией, наиболее эффективное и безопасное средство профилактики ряда заболеваний.

*Помощник врача-эпидемиолога  
Анна Высоцкая*



логические заболевания, уносившие в прежние времена тысячи человеческих жизней.

**Тема Европейской недели им-**

**Издатель:** Государственное учреждение «Вороновский районный центр гигиены и эпидемиологии»

**Юридический адрес:** ул. Советская, 81а, 231391, г.п. Вороново, Гродненская обл.

**Телефон/факс:** +375 (1594) 2-17-59

**Официальный сайт:** <http://www.cgev.grodno.by>

**E-mail:** [cge-voronovo@yandex.by](mailto:cge-voronovo@yandex.by)

**Ответственный за выпуск:** Рекеть А.В.