

ВЕСТНИК ВОРОНОВСКОГО РАЙОННОГО ЦГЭ

информационный бюллетень

Понедельник • 10.07.2023

№ 07(87)

НАЧАЛСЯ СЕЗОН ПРОДАЖИ БАХЧЕВЫХ КУЛЬТУР – АРБУЗОВ, ДЫНЬ

Санитарно-эпидемиологическая служба настоятельно не рекомендует:

покупать бахчевые культуры в неустановленных местах торговли – на обочинах, с земли, с машин, на прилегающих к рынкам территориях и т.д.

осуществлять покупку в местах, где отсутствуют условия хранения продукции;

приобретать загнившие, подпорченные, с трещинами и иными дефектами ягоды;

совершать покупку без наличия сопроводительных документов, подтверждающих происхождение, качество и безопасность бахчевых.

Санитарно-эпидемиологическая служба напоминает:

отравление арбузом – явление не редкое;



самый большой риск отравления в июле, ранним урожаем. Массовое созревание арбузов приходится на август – сентябрь;

арбуз перед употреблением надо вымыть в горячей воде с моющим средством или хозяйственным мылом;

продавать разрезанные арбузы, дыни,

яблоки на рынках запрещено. Это грубое нарушение санитарного законодательства. Так как их разрезают скорее всего немытыми руками, грязным ножом, а затем еще и пленкой укрывают. Это идеальные условия для развития болезнетворных бактерий.

Помните, что соблюдая элементарные правила предосторожности можно получить максимум пользы от употребления вкусных и полезных арбузов и дынь.

*Помощник врача-гигиениста
Елена Зверко*

11 ИЮЛЯ – ДЕНЬ ПРОФИЛАКТИКИ АЛКОГОЛИЗМА

Похититель рассудка – так именуют алкоголь с давних времен. Об опьяняющих свойствах спиртных напитков люди узнали не менее, чем за 8 тысяч лет до нашей эры. На сегодня потребление спиртных напитков на земном шаре характеризуется **колоссальными цифрами.**



Алкоголизм — это хроническое заболевание, которое затрагивает и разрушает все сферы жизни человека.

Прежде всего, алкоголь влияет не только на психику, а также на весь организм в целом. Не стоит закрывать глаза на пьянство. Люди, которые попали в эту тяжелую зависимость от спиртного, должны обратиться за помощью к специалистам в наркологический диспансер.

Злоупотребление алкоголем (алкогольными, слабоалкогольными напитками или пивом) приводит к различным негативным последствиям:

социальным (разрушение социальных связей, проблемы на работе, семейное неблагополучие, совершение правонарушений, и другие негативные последствия);

личностным (деформация личности, равнодушие к самому себе, своему будущему и близким людям, ослабление воли, преобладание единственной ценности по имени «алкоголь» и другие последствия);

медицинским:

поражение центральной нервной системы (головного мозга), что приводит к снижению памяти, внимания, нарушениям мыслительной деятельности, эмоций и другим нарушениям;

поражение органов и систем организма человека, что приводит к развитию заболеваний печени, сердечно-сосудистых заболеваний, рака, и других заболеваний; развитие наркологических заболеваний;

отравление, смерть.

Токсическое действие алкоголя сказывается на деятельности нервной системы и внутренних органов. В первую очередь поражаются клетки печени, поджелудочной железы, что приводит к развитию цирроза печени, печеночной энцефалопатии и в дальнейшем к инвалидизации человека.

Таким образом алкоголь тормозит формирование, созревание органов и систем, а в некоторых случаях и вовсе останавливает развитие некоторых функций высшей нервной системы. Чем моложе организм, тем губительнее действует на

него алкоголь и приводит значительно быстрее к формированию алкоголизма и в дальнейшем к деградации личности.

Алкоголь может вызвать у человека острое отравление, необратимые изменения в организме, приводящие к тяжелой интоксикации и даже к смертельному исходу.

Во избежание отравления настоятельно рекомендуем:

- не принимать внутрь любые заменители алкоголя, неизвестные спирты и лекарственные препараты, содержащие

этиловый спирт, самодельные «спиртные» напитки;

- не употреблять в больших объемах алкоголь;

- не покупать алкоголь с рук, неизвестного происхождения и т.д.;

- строго соблюдать правила безопасности при работе с токсическими веществами;

- не растирать детей алкоголем – это категорически недопустимо;

- хранить алкоголь, медикаменты, средства бытовой химии и др. токсичные

жидкости в недоступных для детей местах.

Употребляя алкоголь, в больших количествах, а также неизвестного происхождения, не думайте, что все обойдется, а думайте, что все может закончиться плохо.

Берегите свою жизнь!

*Помощник врача-гигиениста
Ирина Метелица*

И СНОВА ПРО ГРИБЫ...

Ежегодно санитарная служба предупреждает население об опасности отравления грибами, но случаев отравлений после употребления грибов не уменьшается.

В очередной раз хочется напомнить, что грибы являются трудно перевариваемым продуктом.

Не рекомендуется, есть грибы беременным и кормящим женщинам, они противопоказаны детям до 8 лет (независимо от способа и времени приготовления), а также лицам с заболеваниями ЖКТ (гастриты, холециститы, панкреатиты, гепатиты и др.), так как приём грибов может спровоцировать обострение хронического заболевания.

Употребление в пищу грибов совместно с алкоголем может активировать ряд токсинов и привести к возникновению отсроченного токсического синдрома.

Грибы должны употребляться в пищу в умеренных количествах в качестве гарнира, а не основного блюда.

Для длительного хранения грибов лучше всего использовать способ засолки, без герметичного укупоривания их. Это способ защиты Вас и Ваших близких от еще одного пищевого отравления – бо-

тулизма.

Отравление может наступить не только от употребления ядовитых по своей природе грибов, но и от условно съедобных, если пренебречь основными



правилами их приготовления. К ним относятся некоторые виды сыроежек, свинушки, волнушки и другие. Их плодовые тела содержат раздражающие, едкие, горькие ядовитые вещества, способные вызывать недуг.

Грибное отравление имеет характерные признаки. Заболевание, как правило, начинается внезапно, через 3 – 12 часов после употребления этого продукта. Проявляется болью в животе, рвотой,

поносом, слабостью, головной болью. К этим симптомам могут присоединиться судороги, галлюцинации, бред. Не стоит заниматься самолечением, а необходимо обратиться за медицинской помощью. Чем раньше будет начато лечение, тем благоприятнее будет исход отравления. Смертельный исход при отравлениях несъедобными грибами достигает 25 – 50% случаев.

Соблюдая не хитрые правила, Вы будете лакомиться вкусными блюдами из грибов, без ущерба своему здоровью.

*Помощник врача-гигиениста
Елена Зверко*

ГЕЛЬМИНТОЗ

Одна из самых распространенных осенних неприятностей, опасности которой родители недооценивают – гельминтоз.

Чаще всего организм ребенка поражают аскариды, острицы и карликовый цепень. Острицы угнетают иммунную систему. Клубки взрослых аскарид могут закупоривать желчные, дыхательные пути, вызывать непроходимость кишечника присосками и зубцами, провоцируя язвы, гастриты. И все без исключения гельминты отравляют организм человека токсинами – отходы своей жизнедеятельности.

Гельминтоз – на 90 % «болезнь грязных рук». И на 10% - следствие небрежной кулинарии, когда мясо или рыбу плохо прожарили.

Можно сказать, что в группу риска попадают все. Но самая подверженная заражению категория – это дети от 7 до 12 лет, то есть в возрасте активного отрочества, когда материнская опека ослабевает, тяга к приключениям усиливается, а правила гигиены теряют всякую значимость.

Сказать точно, не глисты ли мучают вашего ребенка, может только лабораторный анализ (причем иногда его нужно

делать несколько раз подряд). **Но вот что должно вас насторожить:**

- Частые аллергические реакции: крапивница, кожный зуд, астматические приступы.

- Повышение температуры, на первый взгляд не имеющие причины.

- Тупые ноющие боли в животе.

- Неустойчивый стул со слизью.

- Запор.

- Плохой аппетит.

- Тошнота.

- Рвота.

- Следы крови в испражнениях.

- Повышение раздражительность,

плаксивость.

- Бледный, анемичный вид.
- Задержка физического и умственного развития.
- Ухудшение памяти.
- Отставание в росте.
- Потеря веса.

Глисты способны обитать в организме годами. При этом обнаружить их довольно сложно. Не всякий врач может вовремя поставить диагноз. К счастью, паразитов нетрудно вывести. Существует много медикаментозных средств (пирантел, декарис и пр.), но они нередко дают аллергическую реакцию. Зато в народной медицине много простых, действенных и совершенно безвредных глистогонных средств.

Некоторые родители, стремясь обезопасить ребенка от гельминтов, регулярно дают ему противоглистные препараты. Это совершенно неразумно. Такая про-

филактика может быть оправдана только в том случае, если семья отправляется в страны Азии или Африки, где существует очень высокая угроза заражения глистами. Во всех других случаях не стоит пичкать ребенка медикаментами, поскольку безвредных таблеток не бывает. Лучше при малейшем подозрении сдавайте анализ на яйца гельминтов.

Простые правила профилактики

- Не давайте ребенку «взрослых» бифштексов с кровью и недостаточно прожаренного шашлыка.
- Следствие за чистотой песочницы, где играет ваш ребенок.
- Регулярно проводите противоглистную профилактику домашним животным.



- Постарайтесь свести к минимуму общение ребенка с незнакомыми и бродячими животными.
- Отучите ребенка грызть ногти, если у него есть такая привычка.

*Фельдшер-лаборант по микробиологическим исследованиям
Валентина Бутя*

ЛЯМБЛИОЗ

Лямблиоз, широко распространенное протозойное заболевание, течение которого может варьироваться от субклинической до тяжелой формы и возникает вследствие поражения лямблиями тонкого кишечника и печени.

У человека паразитирует один вид лямблий – *L. intestinalis*. В большинстве случаев зараженные лямблиозом люди являются «здоровыми» носителями, но при этом являются источником инфекции. В детских коллективах в нашей стране инфицированность лямблиями составляет 40%, среди взрослых 10 %.

Источники

Основным источником лямблиоза является больной человек. Однако установлено, что лямблии паразитируют в организме кошек, собак, мышевидных грызунов. Цисты лямблий обнаруживаются в хлорированной воде из-под крана, в загрязненных водоемах. Достаточно проглотить всего 10 цист лямблий, и при этом иметь снижение уровня кислотности желудочного сока, чтобы заразиться лямблиозом.

Пути заражения

Различают три основных пути передачи лямблиоза: водный, контактно-бытовой и пищевой. Заражение происходит чаще всего при употреблении плохо очищенной водопроводной воды или воды из открытых водоемов. В случае контактно-бытового пути заражение лямблиозом осуществляется через загрязненные цистами предметы обихода: белье, игрушки, посуду. У детей, имеющих вредные привычки, такие как кусание ногтей, карандашей, ручек, практически

в 100% случаев выявляются лямблии. Возможно заражение при употреблении инфицированных цистами пищевых продуктов, особенно употребляемые без термической обработки (овощи, ягоды, фрукты).

Формы существования

В организме человека лямблии существуют в двух формах. В виде вегетативной формы они находятся преимущественно в верхних отделах тонкой кишки, где лямблии питаются продуктами расщепления пищи, особенно углеводной (сладости и мучные изделия). При попадании в толстую кишку лямблии превращаются в цисты (споровая форма), которые с испражнениями выделяются во внешнюю среду. Во влажных условиях, в тени, цисты сохраняют свою жизнедеятельность до 70 дней, в почве – до 9-12 дней, а при недостатке влаги 4-5 дней. При массивной инвазии лямблиоз протекает с выраженной клинической симптоматикой, имеет острое или хроническое течение.

Острый лямблиоз встречается чаще у детей младшего возраста и характеризуется диарейным синдромом в виде типичной острой кишечной инфекции с преимущественным поражением тонкой кишки. Заболевание протекает на фоне нормальной или субфебрильной температуры тела. Длительность процесса составляет не более 5-7 дней.

Симптомы хронического лямблиоза

Хроническое течение лямблиоза наблюдается преимущественно у детей дошкольного и младшего школьного возраста и имеет рецидивирующий характер. Для него характерны следующие симптомы: общая слабость, утомляемость, раздражительность, снижение аппетита, головные боли, головокружение, плохой сон. Со стороны кожных покровов наблюдается бледность, особенно кожи лица (при нормальных цифрах ге-



моглобина); неравномерность окраски кожи шеи, боковых поверхностей живота, подмышечных складок; сухость кожи, создающая впечатление так называемой «гусиной кожи» с преимущественной локализацией на разгибательных поверхностях рук и ног, боковых поверхностей живота; поражение каймы губ (от легкой сухости до хейлита); atopический дерматит. Вздутие живота, метеоризм, урчание в кишечнике, неустойчивый стул с чередованием поносов и запоров. Болезнен-



ность живота при пальпации в правом подреберье, увеличение печени, дисбиоз кишечника, анемия.

Клинические формы лямблиоза

В зависимости от преобладания тех или иных симптомов лямблиоза, выделяют следующие клинические формы заболевания: кишечную, гепатобилиарную, астеноневротическую, токсико-аллергическую, анемическую и смешанную:

При **кишечной форме лямблиоза** отмечаются выраженный диспептический синдром: неустойчивый стул, чередование запоров и поносов, мальабсорбция, боли, вздутие живота, тошнота, а также снижение массы тела, отставание в физическом развитии.

Для **гепатобилиарной формы лямблиоза** характерна дискинезия желчевыводящих путей со спазмом или атонией сфинктеров, холестаза. Нередко поражение желчевыводящих путей сочетается с гастритом, гастродуоденитом, панкреатитом.

При **астеноневротической форме лямблиоза** симптомы со стороны желудочно-кишечного тракта выражены умеренно или слабо. На первый план выступают головные боли, раздражительность, утомляемость, нарушение сна, нейроциркуляторная дистония.

Токсико-аллергическая форма болезни характеризуется более частыми острыми аллергическими состояниями (крапивница, отек Квинке). Течение острого аллергоза при лямблиозе упорное, затяжное. Он с трудом поддается медикаментозной терапии. Нередко имеет место развитие атопического дерматита, который имеет непрерывно-рецидивирующее течение. У некоторых больных возможно поражение суставов.

Последствия паразитирования в организме

Паразитирование лямблий в тонком

кишечнике человека сопровождается рядом патологических эффектов. Внедрение в слизистую оболочку тонкой кишки вызывает развитие в ней воспаления, что является результатом токсического воздействия продуктов жизнедеятельности

всасываемости и недостаточной ферментной активности. Нарушается связывание желчных кислот, что становится причиной кожного зуда, нарушения моторики кишечника, дискинезии желчных путей. Снижается синтез секреторного иммуноглобулина А, что приводит к хроническим воспалительным процессам в желудочно-кишечном тракте. Продолжительная деятельность лямблий, воздействие их метаболитов на организм формирует синдром хронической эндогенной интоксикации и вторичной иммунной недостаточности.

В результате воспаления слизистой оболочки кишки повреждаются ткани тонкого кишечника, что приводит к нарушению всасываемости и недостаточной ферментной активности. Нарушается связывание желчных кислот, что становится причиной кожного зуда, нарушения моторики кишечника, дискинезии желчных путей. Снижается синтез секреторного иммуноглобулина А, что приводит к хроническим воспалительным процессам в желудочно-кишечном тракте. Продолжительная деятельность лямблий, воздействие их метаболитов на организм формирует синдром хронической эндогенной интоксикации и вторичной иммунной недостаточности.

Методы диагностики

Самым доступным методом лабораторной диагностики лямблиоза является копрологическое исследование. Однако следует отметить, что цисты лямблий в кале можно обнаружить не всегда. Кроме этого желательно провести исследование дуоденального содержимого. А также проводится серологическая диагностика лямблиоза, когда специфические антитела обнаруживаются в крови через 2-4 недели после заражения.

Лечение

Начинать лечение хронического лямблиоза с применением противопаразитарных препаратов нецелесообразно, так как это может привести к возникновению токсико-аллергических осложнений и обострению клинических симптомов заболевания. Поэтому лечение в таких случаях следует проводить в три этапа:

Первый этап – ликвидация токсико-аллергического синдрома, улучшение ферментативной активности кишечника, коррекция иммунологического статуса. В зависимости от степени выраженности симптомов заболевания 1 этап проводится на протяжении 1-2 недель и включает: диету, которая направлена на создание усло-

вий, ухудшающих размножение лямблий (каши, сухофрукты, овощи, растительное масло); ограничение употребления углеводов; прием желчегонных препаратов; назначение энтеросорбентов; ферментотерапия (по результатам копрограммы); антигистаминные препараты.

Второй этап – противопаразитарная терапия препаратами, воздействующими на простейших: трихопол, фуразолидон, тиберал. Прием антигистаминных препаратов и энтеросорбентов продолжается в течение всей противолямблиозной терапии.

Третий этап – повышение защитных сил организма и создание условий, которые препятствуют размножению лямблий в кишечнике и желчном пузыре. Для этого назначается диета, которая улучшает перистальтику кишечника (крупяные каши, овощные и фруктовые пюре, печеные яблоки, свежие фрукты и овощи, кисломолочные продукты). Для коррекции иммунного ответа назначаются растительные адаптогены, поливитаминные комплексы. Для ликвидации дисбиоза кишечника, ферментопатии назначают пробиотики, пребиотики, ферментные препараты. Третий этап занимает в среднем 2-3 недели.

При острых формах лямблиоза можно использовать одноэтапную схему лечения курсом противопаразитарной терапии.

Профилактика

Для профилактики лямблиоза необходимо: употреблять только фильтрованную водопроводную или кипяченую воду; проводить в закрытых организованных детских коллективах обследование детей и персонала 2 раза в год, а при выявлении лиц, выделяющих цисты лямблий, санировать всех членов семьи; людям, имеющим домашних животных, регулярно проводить антигельминтные обработки (таблетки минимум раз в пол-года); помнить о путях заражения и соблюдать тщательную гигиену.

Курсы лечения паразитов лекарственными препаратами имеют тяжелые побочные эффекты: синдром интоксикации, тошноту, рвоту, диарею, боли в животе, аллергические реакции, нарушение состава крови, неврологические расстройства.

*Фельдшер-лаборант по микробиологическим исследованиям
Валентина Бутя*

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.by>

E-mail: voronovo@cgev.by

Ответственный за выпуск: Крушинская И.В.