

ВЕСТНИК ВОРОНОВСКОГО РАЙОННОГО ЦГЭ

информационный бюллетень



Понедельник • 02.03.2026

№ 3 (20)

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ РАБОТЕ ПЕСТИЦИДАМИ (СРЕДСТВАМИ ЗАЩИТЫ РАСТЕНИЙ), АГРОХИМИКАТАМИ И МИНЕРАЛЬНЫМИ УДОБРЕНИЯМИ

Начинается сезон массовых полевых работ, в ходе которого не возможно обойтись без применения ядохимикатов.

Особую опасность для населения представляют пестициды — химические вещества, бактериологические препараты и продукты микробиологического синтеза, используемые и сельском хозяйстве для борьбы с вредителями и болезнями культурных растений, сорной растительностью, вредителями зерна и пищевых продуктов. Они, как правило, являются ядами для человека и приводят к острым и хроническим отравлениям.

Основными представителями этой группы являются тиофос, метафос, карбофос, хлорофос и др.

Для профилактики отравлений у граждан необходимо соблюдать определенные требования:

средства защиты растений, агрохимикаты и минеральные удобрения должны храниться в складских помещениях, исключающих их несанкционированное использование, отдельно от других групп продукции;

при использовании препаратов должны соблюдаться меры безопасности, установленные нормативными правовыми актами и (или) указанные на тарной (упаковочной) этикетке, и (или) в рекомендациях по применению конкретных видов препаратов;

на участках, обрабатываемых препаратами, нахождение посторонних лиц, которые напрямую или опосредованно не связаны с сельскохозяйственной деятельностью, не допускается;

руководители работ, связанных с применением препаратов,



обязаны обеспечить оповещение населения близлежащих населенных пунктов, на границе с которыми размещаются подлежащие обработке площади, о запланированных работах через средства массовой информации или иным способом;

склады для хранения средств защиты растений, агрохимикатов и минеральных удобрений обеспечиваются достаточным количеством дезактивирующих средств, предназначенных и разрешенных для этих целей;

в местах хранения и в пунктах протравливания семян размещается информация о правилах личной гигиены и оказании первой помощи в случае отравления средствами защиты растений;

процесс протравливания семян должен быть полностью механизирован;

перевозка средств защиты растений, агрохимикатов и минеральных удобрений осуществляется только в специально оборудованных транспортных средствах.

При перевозке средств защиты растений, агрохимикатов и минеральных удобрений должна быть исключена возможность их вредного воздействия на здоровье людей и окружающую среду.

При несоблюдении правил обращения с ядохимикатами может наступить острое отравление, при котором наблюдается общая слабость, головная боль, тошнота, нарушается сознание, появляются судороги, коллапс и может наступить смерть.

Хроническая интоксикация характеризуется головокружением, нарушением памяти, повышенной утомляемостью, тремором рук, брадикардией.

При первых признаках отравления рекомендуется обратиться в организацию здравоохранения за медицинской помощью.

*Помощник врача-гигиениста
Наталья Волынец*

12 МАРТА - ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ПОЧКИ

Всемирный день почки отмечается ежегодно для повышения осведомленности о важности этого органа и профилактики почечных заболеваний. Основная цель — раннее выявление болезней почек, так как 8-10% населения мира страдают патологиями, часто протекающими бессимптомно.

Почки — один из главных органов нашего организма. Через почки проходит вся наша кровь, с их помощью из организма выводится все лишнее, сохраняется постоянство внутренней среды — гомеостаз. Почки участвуют в обмене углеводов и белков, в образовании необходимых для жизнедеятельности биологически активных веществ. С помощью почек регулируется артериальное давление. Почки помогают нам контролировать уровень жидкости и водно-солевой баланс.

Почки — «фильтры» организма, и их болезни могут привести к серьезным сердечно-сосудистым осложнениям и инвалидности. Заболевания почек часто называют «тихим убийцей», поэтому своевременная диагностика имеет решающее значение.

Многие слышали о диагнозе «острая почечная недостаточность» и «хроническая почечная недостаточность», однако мало кто знает о том, что они часто становятся причиной, увеличивающей фактор риска смертельного исхода при других заболеваниях.

Хроническая болезнь почек (ХБП) — неинфекционное заболевание, характеризующееся повреждением или снижением функции почек и имеющее прогрессирующее течение. ХБП влияет на работоспособность, увеличивает инвалидность и смертность во всем мире. Заболеваниям почек подвержены люди всех возрастов, однако чаще всего ХБП встречается в пожилом возрасте.

Правила, которые важно соблюдать, заботясь о своём здоровье, в том числе и о почках: регулярно выпивать не менее 1-1,5 литров чистой питьевой воды, чтобы способствовать промыванию почек; хотя бы раз в год делать анализы крови и мочи, чтобы кон-

тролировать состояние почек, своевременно выявлять любые негативные изменения и нивелировать их по назначениям врача; вести здоровый, подвижный образ жизни, дабы не создавать застойные процессы в организме; заботиться о правильном питании, стараясь увеличить потребление овощей и фруктов; отказаться от вредных привычек; контролировать артериальное давление и массу тела. Главное — помнить, что лучше предотвратить болезнь, чем лечить её!

*Помощник врача-гигиениста
Ирина Метелица*



20 МАРТА – ДЕНЬ ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПОЛОСТИ РТА

Оральное здоровье — это не просто красота улыбки: это важная составляющая общего благополучия каждого человека. Заболевания ротовой полости могут привести не только к дискомфорту и боли, но и стать причиной серьезных общих заболеваний. Поэтому профилактика заболеваний полости рта играет ключевую роль в поддержании здоровья всего организма.

Основы профилактики заболеваний полости рта:

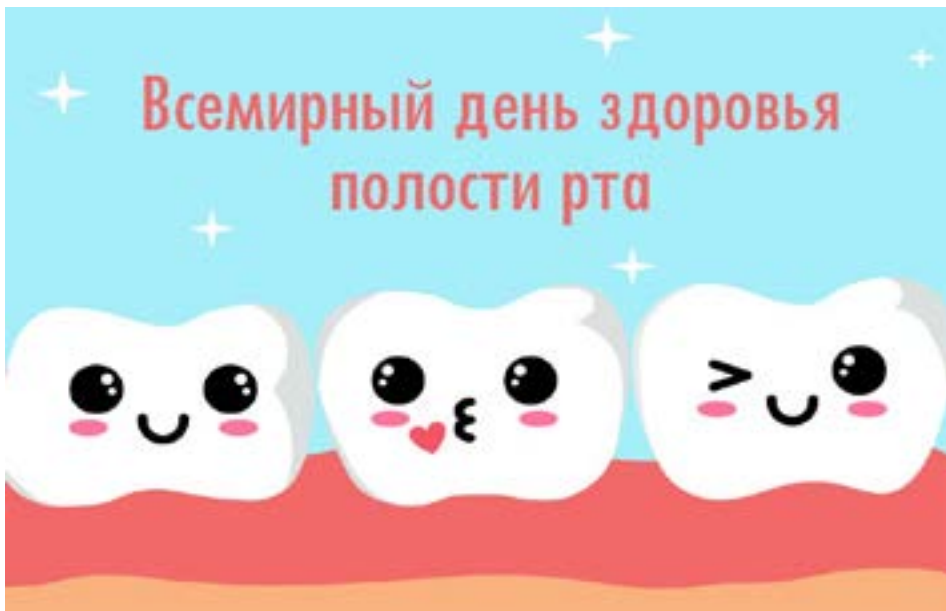
- понимание причин заболеваний полости рта: наиболее распространенные недуги, такие как кариес и пародонтит, возникают вследствие нарушения баланса микрофлоры рта, недоста-

точности гигиены и воздействия внешних факторов, таких как питание и курение. Эти заболевания возникают не в один момент, а развиваются постепенно, и регулярный уход за полостью рта способен значительно замедлить или даже предотвратить этот процесс;

- важность регулярного ухода за зубами и деснами — это первый и самый важный шаг в профилактике стоматологических заболеваний. Он включает в себя как ежедневные ритуалы, такие как чистка зубов и использование зубной нити, так и периодические посещения стоматолога на профессиональную чистку и консультацию. Своевременное обнаружение и лечение начальных стадий

заболеваний может предотвратить развитие серьезных проблем;

- правильная техника чистки зубов: чистку следует проводить не менее двух раз в день в течение двух минут, охватывая все поверхности зубов и не забывая о языке и внутренней поверхности щек. Используйте мягкие круговые движения, чтобы не повредить эмаль и не вызвать раздражение десен;
- выбор зубной щетки и зубной пасты: щетка должна быть подходящей жесткости для вашей эмали и десен, а зубная паста содержать фториды и другие полезные вещества. Важно помнить, что щетку необходимо менять каждые три месяца или по мере износа;



- использование зубной нити и ирригатора: зубная нить – это инструмент, который позволяет очищать промежутки между зубами, куда не добирается щетка. Ирригатор же призван очищать полость рта с помощью струи воды и может быть альтернативой или дополнением к использованию нити;

- выбор правильного питания: продукты, богатые кальцием и фосфором, такие как молочные продукты, рыба и орехи, укрепляют зубную эмаль и способствуют восстановлению минерального состава зубов после воздействия кислот;
- отказ от вредных привы-

чек: курение, чрезмерное употребление алкоголя и сладостей наносят значительный вред зубам и деснам. К тому же, важно внимательно относиться к выбору продуктов и напитков, а также к частоте их потребления в течение дня;

- регулярное посещение стоматолога: помогает своевременно выявлять и предотвращать развитие заболеваний полости рта. Рекомендуется делать это не реже двух раз в год;
- профессиональная чистка и фторирование: профессиональная чистка позволяет удалить зубной камень и налет, которые невозможно убрать самостоятельно. Фторирование – процедура, направленная на укрепление эмали и предотвращение развития кариеса.

Поддержание здоровья полости рта – это не только гарантия привлекательной улыбки, но и важный аспект общего благополучия.

*Помощник врача-гигиениста
Наталья Вольнец*

КАК ПРАВИЛЬНО ПРЕДОТВРАЩАТЬ ЗАРАЖЕНИЕ ТУБЕРКУЛЕЗОМ И СОХРАНЯТЬ ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

Туберкулез — опасное инфекционное заболевание вызываемое палочкой Коха, которое чаще всего поражает легкие.

Главным источником инфекции являются люди с болезнью в открытой форме. Пути передачи возбудителя:

- воздушно-капельный – при чихании и кашле бактерии оказываются в воздухе, который вдыхают здоровые люди. Кроме того, микроорганизмы оседают в пыли и долго там сохраняются;

- алиментарный – через употребление в пищу зараженных продуктов – молока, яиц и проч. Однако в этом случае требуется большее количество бактерий в сравнении с воздушно-капельным путем;

- контактный – при прямом соприкосновении поврежденной кожи со здоровой или через конъюнктиву глаза, но подобное отмечается редко;

Существует три стадии развития туберкулеза: первичная, латентная, активная.

Также различают открытую и закрытую формы. В первом

случае болезнь явно выражена, бактерии легко обнаруживаются в мокроте, каловых массах, а сам больной представляет опасность для окружающих в плане инфицирования. Закрытая форма неопасна для окружающих. Чаще всего встречается туберкулез легких, но эта инфекция может также поражать кости, суставы, мочеполовую систему, кишечник, брюшину, мозговые оболочки, ЦНС, периферические лимфоузлы, кожу (золотуха).

Основные симптомы: длительный кашель (>3 недель) ночная потливость, слабость и субфе-

брильная температура. Профилактика включает вакцинацию БЦЖ и флюорографию. По данным ВОЗ треть населения инфицировано заболевают 5–10%.

В группе риска находится ряд пациентов: с сахарным диабетом; с раком головы и шеи; с болезнями почек, которым назначен диализ; перенесшие операцию по резекции желудка; принимающие препараты, которые подавляют иммунную систему.

Профилактика туберкулеза



включает вакцинацию БЦЖ (на 3–5 день жизни), ежегодную флюорографию для взрослых и пробы Манту/Диаскинтест для детей. Основные меры: здоровый образ жизни (питание, активность) отказ от курения и алкоголя, соблюдение гигиены, частое проветривание, а также своевременное лечение хронических болезней.

Особое внимание уделяется профилактике у групп риска: пациенты с ВИЧ, люди с хроническими заболеваниями, мигранты, заключенные и со-

трудники исправительных учреждений. Для них существуют специальные программы диспансерного наблюдения и профилактики.

Если вы знаете, что контактируете с человеком, больным открытым туберкулезом, важно соблюдать рекомендации по избеганию распространения инфекции: носить маску, избегать длительного близкого контакта и своевременно обращаться к врачу для обследования. Профилактика туберкулеза — это комплекс мер, включаю-

щий вакцинацию, соблюдение правил гигиены, регулярное медицинское обследование и здоровый образ жизни. Важна активная гражданская позиция и ответственность каждого, ведь только совместными усилиями можно снизить заболеваемость и защитить здоровье населения.

*Помощник врача-эпидемиолога
Анастасия Клышейко*

3 МАРТА - ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ УША И СЛУХА

Рост проблем, связанных с потерей слуха у населения в глобальном масштабе, побудил Всемирную организацию здравоохранения учредить специальный день, посвященный охране здоровья уха и слуха.

Ежегодно 3 марта отмечается Международный день охраны здоровья уха и слуха (International Day for Ear and Hearing). Выбранная дата праздника имеет символическое значение. Числа, которыми она записана, по форме подобны человеческим ушам.

Актуальность проблем, связанных с потерей слуха не является надуманной.

В мире насчитывается 466 миллионов человек с инвалидизирующей потерей слуха, из них 34 миллиона детей.

Согласно оценкам, к 2050 году более 900 миллионов человек будут страдать от инвалидизирующей потери слуха.

1,1 миллиарда молодых людей (в возрасте 12-35 лет) подвергаются риску потери слуха в результате воздействия шума в местах отдыха и развлечений: около 50% слушают музыку на персональных аудиоприборах, таких как MP3-плееры и смартфоны, с небезопасными уровнями громкости; около 40% подвергаются воздействию потенциально вредных уровней звука в ночных клубах, дискотеках и барах.

Потеря слуха может развиваться по генетическим причинам, в качестве осложнений во время родов, а также в результате неко-



торых инфекционных болезней, хронических ушных инфекций, употребления некоторых лекарственных средств, воздействия чрезмерного шума и старения.

Что можно сделать для того, чтобы не подвергать свой слух опасности:

иммунизация детей против детских болезней, включая корь, краснуху и эпидпаротит;

соблюдение надлежащей гигиены ушей;

уменьшение воздействия (как на работе, так и во время отдыха) громких шумов путем повышения осведомленности о рисках;

разработка и применение рекомендаций в отношении использования средств индивидуальной защиты, таких как беруши и шумоподавляющие внутриушные и головные наушники;

скрининг детей на средний отит с последующими надлежащими мерами медицинской помощи или хирургическими вмешательствами;

избегание применения некоторых лекарственных средств, которые могут быть вредными для слуха, применение только по назначению и под контролем квалифицированного врача;

направление новорожденных

детей из групп высокого риска (при наличии глухих членов семьи или рожденных с низкой массой тела, асфиксией, желтухой или менингитом) для ранней проверки слуха, быстрой постановки диагноза и надлежащего ведения в случае необходимости;

введение в действие глобального стандарта ВОЗ-МСЭ для персональных аудиосистем и устройств. Это может быть сделано правительствами и производителями смартфонов и MP3-плееров. В случае его соблюдения, этот стандарт может способствовать предупреждению потери слуха по причине небезопасного прослушивания музыки, которое наносит вред слуху;

повышение осведомленности молодежи и всего населения о причинах, мерах профилактики и методах выявления потери слуха.

Слух — это ценный дар. Нарушение слуха в результате воздействия шума носит необратимый характер. Для человека потеря слуха приводит к снижению качества жизни. Вызванную шумом потерю слуха можно предотвратить — поэтому берегите свой слух.

Слух — это ценный дар. Нарушение слуха в результате воздействия шума носит необратимый характер. Для человека потеря слуха приводит к снижению качества жизни. Вызванную шумом потерю слуха можно предотвратить — поэтому берегите свой слух.

Слух — это ценный дар. Нарушение слуха в результате воздействия шума носит необратимый характер. Для человека потеря слуха приводит к снижению качества жизни. Вызванную шумом потерю слуха можно предотвратить — поэтому берегите свой слух.

Слух — это ценный дар. Нарушение слуха в результате воздействия шума носит необратимый характер. Для человека потеря слуха приводит к снижению качества жизни. Вызванную шумом потерю слуха можно предотвратить — поэтому берегите свой слух.

Слух — это ценный дар. Нарушение слуха в результате воздействия шума носит необратимый характер. Для человека потеря слуха приводит к снижению качества жизни. Вызванную шумом потерю слуха можно предотвратить — поэтому берегите свой слух.

Слух — это ценный дар. Нарушение слуха в результате воздействия шума носит необратимый характер. Для человека потеря слуха приводит к снижению качества жизни. Вызванную шумом потерю слуха можно предотвратить — поэтому берегите свой слух.

*Помощник врача-гигиениста
Елена Зверко*

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

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

Телефон/факс: +375 (1594) 97-5-59

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

E-mail: voronovo@cgev.by

Ответственный за выпуск: Фокина В.А.

Тираж 200 экз.