



БУДЬ ЗДОРОВ

ОСТОРОЖНО КЛЕЩИ! АКАРОЛОГИЧЕСКАЯ СИТУАЦИЯ В МИНСКОМ РАЙОНЕ

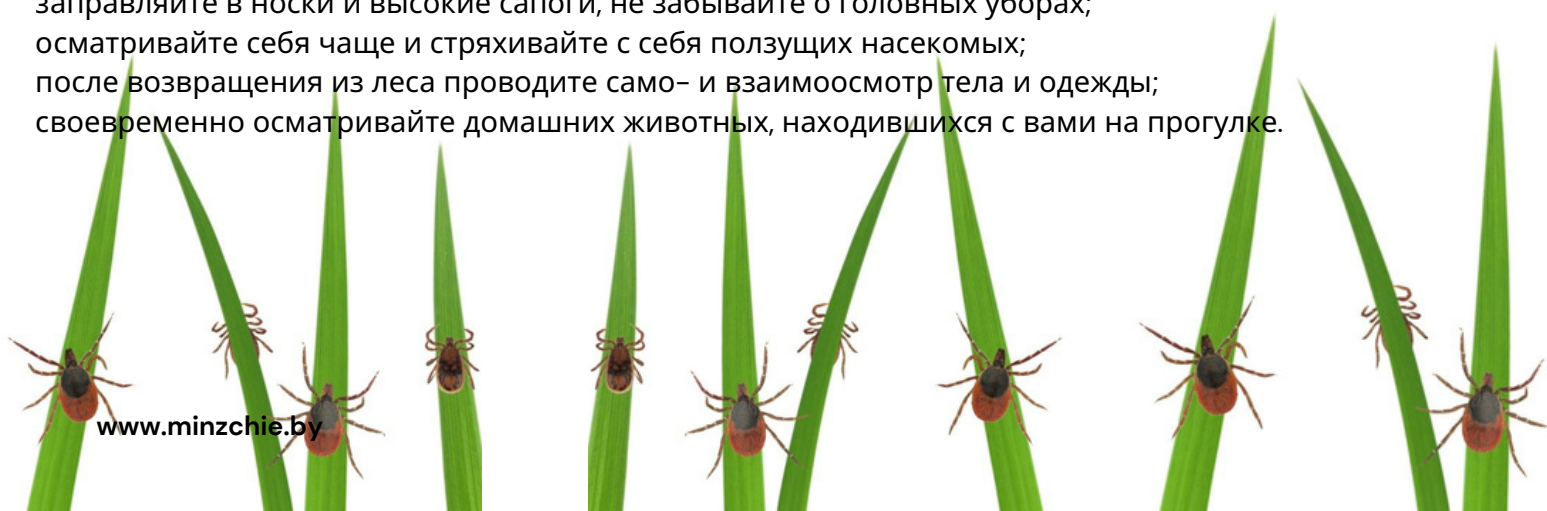
За текущий период 2025 года зарегистрировано 3 случая Лайм Боррелиоза. Зарегистрирован 1 случай клещевого энцефалита, но укус произошёл не на территории Минского района. С марта по май месяц 2025 года в Минском районе зарегистрировано 237 случаев обращений за медицинской помощью в связи с укусами клещей. Основная масса случаев присасывания пришлась на лесную и сельскую местность и приусадебные участки. За аналогичный период прошлого года – 186 случаев. Проведено 80 исследования клещей на наличие Лайм-боррелиоза, из них в положительными оказались 28 экземпляров.

Клещ – лесной житель, ему нужны кустарники, поляны и просеки с высокой травой. Излюбленные места клещей лесная подстилка, умеренно затененные влажные места, обочины дорог, овраги и заросшие травой территории вдоль лесных опушек и дорожек. Однако в последнее время клещи чаще встречаются в населенных пунктах и городе. А заносятся они птицами, домашними животными во время прогулок из лесополосы.

Специалистами Минского зонального ЦГиЭ постоянно осуществляется мониторинг территорий населенных пунктов, парковых зон и территорий мест отдыха. Проведено энтомологическое обследование 31 объекта, из них с клещами выявлено 12 территорий. Отделением профилактической дезинфекции проведено 16,85 га профилактических акарицидных мероприятий против иксодовых клещей. Максимальные показатели численности клещей на флаго-километр превышают прошлогодние значения (7,0) и соответствуют в пик численности 10,0 экземпляров по контрольному стационару. Можно отметить, что вся территория Минского района является неблагополучной по наличию клещей. Но лидирует из них территории Михановичского, Мачулищанского, Боровлянского Колодищанского, Ждановичского сельских советов и территория, прилегающая к г. Заславль.

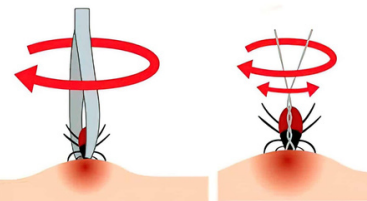
В целях индивидуальной защиты от присасывания клещей при выходе в природный очаг необходимо:

- посещая лесную зону и выезжая в места отдыха, будьте внимательны;
- перед выходом применяйте акарицидно-репелентные средства;
- надевайте практичную одежду с длинными рукавами, плотно прилегающими к запястьям, брюки заправляйте в носки и высокие сапоги, не забывайте о головных уборах;
- осматривайте себя чаще и стряхивайте с себя ползущих насекомых;
- после возвращения из леса проводите само- и взаимоосмотр тела и одежды;
- своевременно осматривайте домашних животных, находившихся с вами на прогулке.



Что делать, если укусил клещ?

1. Клеща следует как можно быстрее удалить. Лучше это сделать в учреждении здравоохранения, но можно и самостоятельно (хлопчатобумажной нитяной петлей, пинцетом, стерильной иглой, специальными устройствами (приспособлениями) для удаления клещей промышленного изготовления. Кожу на месте присасывания необходимо обработать любым антисептическим средством.



2. После самостоятельного удаления клеща – необходимо обратиться в поликлинику к врачу-инфекционисту (терапевту, педиатру) для назначения профилактического лечения и установления медицинского наблюдения.

3. Принять назначенное врачом профилактическое лечение.

Наблюдение последних лет свидетельствует о том, что случаи болезни Лайма регистрируются в основном у лиц, которые не принимали антибиотики с профилактической целью. Необходимо помнить, что максимальный эффект достигается при приеме препаратов в первые 72 часа после укуса клеща.



Лабораторное исследование удаленного клеща не является обязательным условием, но по желанию клеща можно исследовать на платной основе в Минском зональном ЦГиЭ, д. Боровляны, ул.Первомайская 16а, телефон 8017 516-67-69 (для консультаций).

Стоимость исследования клеща – 10.31 бел. рублей.

Напоминаем, что в нашем центре можно заказать обработку территории дачных участков и личных подворий от клещей по тел.2653415, 5423493 на платной основе.

АЛКОГОЛИЗМ: ПРИЧИНЫ, ПОСЛЕДСТВИЯ И ПУТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ

Алкоголизм — это хроническое заболевание, которое характеризуется чрезмерным употреблением алкоголя, приводящим к физической и психической зависимости. Эта проблема затрагивает миллионы людей по всему миру и имеет серьезные последствия как для самих алкоголиков, так и для их близких.



Причины алкоголизма

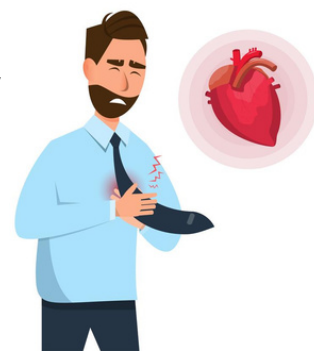
Существуют различные факторы, способствующие развитию алкоголизма:

1. Генетическая предрасположенность: Исследования показывают, что алкоголизм может передаваться по наследству. Люди, имеющие родственников, страдающих от алкогольной зависимости, находятся в группе риска.
2. Психологические факторы: Стресс, депрессия и другие психологические расстройства могут привести к алкоголизму. Алкоголь иногда воспринимается как способ справиться с эмоциональными проблемами.
3. Социальная среда: Окружение человека также играет важную роль. Если алкоголь является нормой в социальной группе, человек может начать употреблять его в больших количествах.
4. Культура и традиции: В некоторых культурах алкоголь является неотъемлемой частью обычаев и праздников, что может способствовать его чрезмерному употреблению.

Последствия алкоголизма

Алкоголизм наносит вред не только самому человеку, но и его близким, а также обществу в целом. Основные последствия включают:

1. **Здоровье:** Хроническое употребление алкоголя приводит к множеству заболеваний, включая цирроз печени, заболевания сердца, нарушения психического здоровья, а также повышает риск онкологических болезней.
2. **Социальные проблемы:** Алкоголизм может привести к разрушению семей, потере работы, конфликтам с законом и изоляции от общества.
3. **Экономические потери:** Зависимость от алкоголя приводит к значительным экономическим затратам как для самих зависимых, так и для общества — расходы на лечение, судебные издержки и потеря производительности.



Пути преодоления алкоголизма

Преодоление алкоголизма возможно, но требует комплексного подхода:

1. **Обращение за помощью:** Первый шаг к избавлению — признание проблемы и обращение за помощью к специалистам. Это может быть психолог, психиатр или терапевт.
2. **Группы поддержки:** Программы, такие как «Анонимные Алкоголики», могут помочь людям, борющимся с зависимостью, найти поддержку и понимание.
3. **Терапия:** Существует множество подходов к лечению алкоголизма, включая медикаментозную терапию и психотерапию, которые помогают пациентам справиться с зависимостью и связанными с ней проблемами.
4. **Изменение образа жизни:** Важно не только избавиться от алкоголя, но и изменить привычки. Занятия спортом, хобби и общение с позитивно настроенными людьми могут существенно помочь в этом процессе.

Заключение

Алкоголизм — это серьезное заболевание, которое требует внимательного подхода и поддержки. Осознание проблемы и желание изменить свою жизнь — это ключевые шаги на пути к избавлению от зависимости. Помощь специалистов, участие в группах поддержки и изменение образа жизни могут существенно улучшить качество жизни и разрешить проблему алкоголизма.



ПРОФИЛАКТИКА ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

В разгаре теплое время года. Взрослые и дети стали регулярно выезжать на природу к излюбленным местам отдыха на море и озерах. Во время летнего отдыха актуальной проблемой остается сохранение здоровья и недопущение пищевых отравлений и острых кишечных инфекций.

Что нужно делать для профилактики острых кишечных инфекций? Общеизвестно, что острые кишечные инфекции — это болезнь грязных рук. Поэтому, тщательно мойте руки с мылом после посещения туалета, перед приёмом пищи, после прихода с улицы, после игр. Тщательно соблюдайте правила личной гигиены и следите за их соблюдением Вашим ребенком.

Обязательно мойте зелень, овощи, фрукты под проточной водой. Следите за тем, чтобы дети не ели ягоды и овощи прямо с грядки немывыми.

Утолять жажду в летнюю жару рекомендуем кипяченой или бутилированной водой.

Острые кишечные инфекции и пищевые отравления могут возникать при употреблении ряда пищевых продуктов, которые легко инфицируются патогенными микроорганизмами при неправильном их хранении и приготовлении. Храните сырое мясо, птицы и морепродукты отдельно от других пищевых продуктов. Нельзя хранить готовые блюда и молочные продукты при комнатной температуре. Не употребляйте продукты с истекшими сроками годности. Выбирайте свежие качественные продукты без признаков порчи.



Не покупайте продукты, которые продаются вдоль дорог, на пляже (семечки, кукурузу, сладости, морепродукты и др.) Неизвестно, какими руками это все было приготовлено и в каких емкостях хранилось. Продукция может быть инфицирована различными инфекционными возбудителями.

При приготовлении пищи, особенно на пикниках на природе, строго соблюдайте гигиену приготовления блюд, а овощи и фрукты берите с собой помытыми и просушенными. Пользуйтесь пластиковыми пищевыми контейнерами, индивидуальной одноразовой сервировочной посудой, салфетками.

Спасаетесь от жаркой погоды купанием? Тогда купайтесь только в специально отведенных местах.

Выполнение этих несложных советов поможет избежать заболевания острой кишечной инфекцией и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!



Издается ГУ «Минский зональный центр гигиены и эпидемиологии»

Выпускается за собственные средства

Распространяется бесплатно среди населения Минского района

Выходит каждый последний понедельник месяца. Тираж 200 экз.

Наш адрес: 223053, Минский р-н, д. Боровляны, ул. Первомайская, 16а

Тел: 516 67 61, факс: 516 67 79, E-mail: info@minzchie.by

Наш сайт: minzchie.by

Группа в социальной сети vk.com «На волне здоровья»

Ответственные за выпуск:

Н.В. Гинзбург заведующий отделом общественного здоровья

и социально-гигиенического мониторинга

Я.С. Яковлева, помощник врача-гигиениста отделения общественного здоровья

и социально-гигиенического мониторинга

