

# Методика: «лицо-рука-речь»

дает возможность определить начало возникновения инсульта



не может улыбнуться,  
уголок рта опущен

# Лицо



не может поднять обе руки,  
одна ослабла

# Рука



не может разборчиво  
произнести свое имя

# Речь

# Региональный обозреватель



Информационный бюллетень  
Государственное учреждение  
«Щучинский зональный центр гигиены  
и эпидемиологии»

Четверг 26 мая 2022 года  
№ 16 (379)

## Результаты государственного санитарного надзора за санитарным состоянием и содержанием территорий г. Щучина и Щучинского района за май 2022 года

Специалистами государственного учреждения «Щучинский зональный центр гигиены и эпидемиологии» (далее – Щучинский зональный ЦГЭ) за май 2022 года проведено обследование 402 территорий населенных пунктов и объектов надзора Щучинского района.

Выявлены нарушения на 117 (29,1 %) территориях населенных пунктов и объектов надзора.



Необходимо отметить, что наибольший удельный вес среди выявленных нарушений занимают нарушения в части замусоренности территорий объектов и населенных мест, неудовлетворительного содержания контейнерных площадок для сбора твердых коммунальных отходов.



## НАДЗОРНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

В адрес субъектов хозяйство-вания по выявленным нарушениям направлено 28 рекомендаций по устранению выявленных нарушений (недостатков).

По результатам надзорных мероприятий к административной ответственности привлечено 5 должностных лиц.

В мае 2022 года специалистами Щучинского зонального ЦГЭ проверено 156 территорий, прилегающих к жилым домам, нарушения выявлены на 15 территориях.

**Справочно: Благоустройство и содержание (эксплуатация) земельного участка, предоставленного для обслуживания многоквартирного жилого дома, квартиры в блокированном жилом доме, осуществляются в соответствии с требованиями нормативных правовых актов, в том числе технических нормативных правовых актов, в целях приведения территории в состояние, пригодное для эксплуатации зданий, сооружений, инженерных коммуникаций, и включают в себя в том числе:**

**строительство и содержание (эксплуатацию) вольтеров для животных и ограждения придомовой территории высотой не менее 1,7 метра в случае выгула животных;**

**санитарную очистку и уборку территории, в том числе сбор и удаление коммунальных отходов;**

**обращение с объектами растительного мира, состоящее из:**

**озеленения и использования разрешенных к применению средств защиты растений, регуляторов их роста, удобрений, а также обрезки, рыхления, полива растений;**

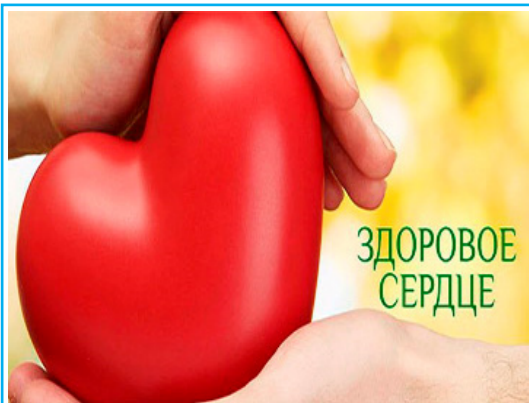
**удаления объектов растительного мира, находящихся в ненадлежащем, в том числе аварийном, состоянии;**

**регулирования распространения и численности борщевика Сосновского и иных видов инвазивных растений, своевременного скашивания и удаления сорных растений.**

Чтобы сделать Щучинский район еще более чистым и уютным, Щучинский зональный ЦГЭ предлагает руководителям предприятий и организаций всех форм собственности, индивидуальным предпринимателям, а также всем жителям города и района активно включаться в общую работу по наведению порядка: своевременно приводить закрепленные территории в надлежащее санитарное состояние.

Евгений Викторович Осмоловец,  
врач-гигиенист  
(заведующий отделом) отдела гигиены.





**Что считается «нормальным» давлением для здорового человека?**

В Гродненской области в мае 2022 года проводится информационно-профилактическая акция

«Здоровое сердце – здоровый организм».

Во время акции многие вспомнят о необходимости контролировать своё артериальное давление.

Каждый человек должен знать свой уровень артериального давления. В норме он должен быть ниже 140/90 мм.рт.ст., но многие знают лишь оптимальный показатель – 120/80 мм.рт.ст. Головная боль – это один из первых признаков, что происходит какое-то нарушение в организме человека. Такое сигнал ни в коем случае нельзя игнорировать.



**Гипертония** (высокое артериальное давление) повышает риск развития инфаркта, инсульта и почечной недостаточности. Показатель – выше 140/90 мм.рт.ст.

Неконтролируемая гипертония может также привести к

**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

слепоте, аритмии и сердечной недостаточности. У каждого третьего взрослого человека в мире развивается гипертония. Доля людей с гипертонией с возрастом возрастает: от одного человека из десяти в возрасте 20-40 лет до пяти из десяти в возрасте 50-60 лет.

Высокое кровяное давление обычно не сопровождается какими-либо симптомами, и головной боли может не быть. Артериальную гипертензию называют «молчаливой убийцей», так как она подкрадывается незаметно, может приводить к развитию инфаркта сердца или инсульта мозга. Зачастую длительное время заболевание протекает бессимптомно, поэтому периодическое измерение артериального давления должно стать обязательным для всего населения.



Гипотония – состояние организма, при котором отмечается пониженное артериальное давление из-за низкого тонуса артерий, ослабления сердечной деятельности и других факторов. Показатель – ниже 100/60 мм.рт.ст.

**Гипотония** может встречаться у практически здоровых людей вследствие, например, усталости. Иногда болезнь бывает при тяжелых заболеваниях различных органов и систем, но тогда на первый план выходят симптомы этих болезней. Гипотония приводит к недостаточному кровоснабжению и кислородному голоданию головного мозга. Голова у гипотоника может болеть несколько дней подряд.

Если человек знает свое артериальное давление, можно вовремя оказать медицинскую помощь, поэтому - **регулярно контролируйте его уровень, чтобы предотвратить сбой в своём здоровье.**

**Светлана Ивановна Кирилова, инструктор-валеолог.**

С 22 по 26 мая 2022 года – общеевропейская кампания «ЕВРОМЕЛАНОМА»



Основная цель Республиканского дня профилактики меланомы привлечь внимание к профилактике и ранней диагностике онкологических заболеваний кожи и добиться снижения

уровня смертности от меланомы, поскольку на ранней стадии развития меланома излечивается.

По данным Всемирной организации здравоохранения каждый год в мире регистрируется более 200 тысяч случаев заболеваний меланомой.

Своевременная информированность позволит населению самостоятельно контролировать состояние своего здоровья, время нахождения на солнце, использовать защитные профилактические средства, знать признаки заболевания, являющиеся поводом для своевременного обращения к специалистам.



Меланома – злокачественная опухоль, образующаяся при перерождении клеток меланоцитов (пигментных клеток), которые в нормальном состоянии находятся преимущественно в коже и вырабатывают под действием ультрафиолетового излучения окрашивающее вещество – пигмент меланин. Количество этих клеток и продуцируемого ими пигмента определяет цвет кожи человека. Меланоциты в большом количестве содержатся в невусах, именуемых в быту родинками, поэтому меланома может также развиваться и из этих достаточно безобидных образований, которые имеются у большинства людей. Он встречается не так часто, как другие виды рака кожи, но наиболее опасен, отличается высоким риском метастазирования.

**Меланома может возникать на коже любой области тела, но наиболее встречающейся ее локализацией у женщин являются нижние конечности (голень), а у мужчин – туловище (спина). У пожилых людей опухоль несколько чаще локализуется на коже лица. Примерно**

в 20-30% случаев опухоль развивается на внешне здоровой коже, в остальных случаях – на месте врожденных или приобретенных пигментных невусов (до 70-80%).

**Уменьшить риск развития меланомы позволяет ряд несложных для соблюдения правил:**

- Регулярно осматривайте кожу. Особое внимание обратите на родинки в начале и в конце лета. При наличии каких-либо признаков их перерождения обязательно обратитесь к врачу.
- Если у Вас много родинок, есть большие пигментные пятна или диспластические невусы, избегайте солнца и ежегодно обследуйтесь у специалистов.
- Следует ограничить воздействие на кожу ультрафиолетового излучения, как естественного, так и искусственного (солярии).
- Никогда не загорайте с 10 до 16 часов. Это самое опасное время, когда солнце наиболее активно и вероятность быстро получить ожоги наиболее высока.
- В это время малоэффективны и солнцезащитные кремы. Они защищают кожу от ожогов, но не снижают риск развития меланомы и рака кожи. Использовать защитные крема с фактором защиты не менее SPF15, как в ясные, так и облачные дни. Помнить, что они защищают кожу от ожогов, но не снижают риск развития меланомы. Нельзя находиться на солнце без защитных средств более 20-30 минут.
- Старайтесь находиться на солнце без защитных средств не более 30-40 минут.
- Самым надежным и простым способом защиты остаются наша одежда, головные уборы, защищающие кожу лица, и платки, прикрывающие шею. При этом предпочтение следует отдавать хлопчатобумажной и непрлегающей одежде.
- Вытирать полотенцем тело при выходе из воды.
- Если вы любите отдыхать в жарких экзотических странах, отправляйтесь в путешествие осенью.
- Чтобы избежать солнечных ожогов не оставляйте детей на пляже без присмотра. Не берите маленьких детей в страны с повышенным уровнем ультрафиолетового облучения (Испания, Куба, Турция, Египет, Тунис и др.).

**Как не заболеть**

- Пользуйтесь солнцезащитным кремом даже в пасмурный день
- Избегайте солнца в пик его активности (с 10 до 16-17 часов)
- На солнце надевайте легкую одежду с длинными рукавами, брюки, шляпу, солнцезащитные очки
- Откажитесь от солярия
- Избегать травмирования родинок и родимых пятен
- Откажитесь от канцерогенных продуктов, нарушающих работу щитовидной железы

**Легче предупредить, чем лечить.**

**Светлана Ивановна Кирилова, инструктор-валеолог.**

**Лабораторный отдел Щучинского зонального ЦГЭ оказывает услуги населению:**

- Исследование овощей и фруктов на содержание нитратов: партия до 100 кг – 7 рублей 06 копеек, более 100 кг – 16 рублей 51 копейка;
- Исследование овощей и фруктов на наличие яиц гельминтов: партия до 100 кг – 4 рубля 98 копеек, более 100 кг – 7 рублей 37 копеек;
- Исследование овощей и фруктов на содержание нитратов и наличие яиц гельминтов: партия до 100 кг – 12 рублей 04 копейки, более 100 кг – 21 рубль 49 копеек;
- Исследование воды из колодца по микробиологическим показателям и на содержание нитратов – 9 рублей 79 копеек;
- Исследование воды из водопроводного крана по микробиологическим показателям и на содержание железа – 7 рублей 69 копеек;
- Радиологическое исследование лекарственного сырья - 13 рублей 12 копеек.

Более подробную информацию можно получить по адресу: г. Щучин, ул. Мичурина, 26 или по телефону: 28 9 95.

**Отделение профилактической дезинфекции Щучинского зонального ЦГЭ оказывает услуги населению и юридическим лицам:**

- Дератизация (уничтожение грызунов) строений помещений), территорий;
- Дезинсекция против бытовых насекомых (уничтожение членистоногих) помещений и других объектов;
- Дезинсекция разовая против клещей и гнуса на открытых территориях;
- Дезинфекция разовая автотранспорта;
- Дезинфекция разовая шахтных колодцев;
- Продажа ядохимикатов против грызунов (крыс и мышей).

Стоимость каждой вышеперечисленной услуги согласно действующего прейскуранта тарифов на платные санитарно-гигиенические услуги.

Информацию по интересующим вопросам можно получить в отделе дезинфекции ГУ «Щучинский зональный ЦГЭ» по адресу: г. Щучин, ул. Мичурина, 26 или по телефону: 50 7 89.