

Самоубийство: факты и цифры

Самоубийства - вторая ведущая причина смерти среди молодых людей

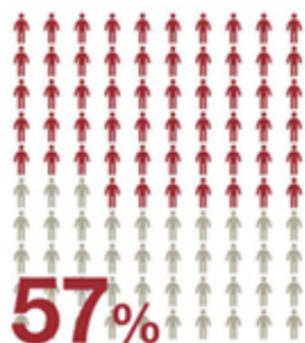
15-29 лет



Число смертей в результате самоубийств превышает число погибших на войне и в результате насильственной смерти

Ежегодно более **800 000** человек **КОНЧАЮТ ЖИЗНЬ** самоубийством

1 человек каждые **40** секунд



57%

Страны с высоким уровнем дохода

75% самоубийств в мире происходит

в странах с низким и средним уровнем дохода



Пестициды, повешение и огнестрельное оружие

чаще всего используются для совершения самоубийства

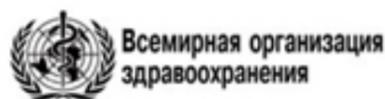
Самоубийства можно предотвращать



Необходим комплексный и межсекторальный подход

У большинства стран нет национальной стратегии предотвращения самоубийств

Сократить показатель самоубийств на 10% — одна из целей Плана действий по психическому здоровью



Всемирная организация здравоохранения

Региональный обозреватель



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

Четверг 8 сентября 2022 года
№ 25 (388)

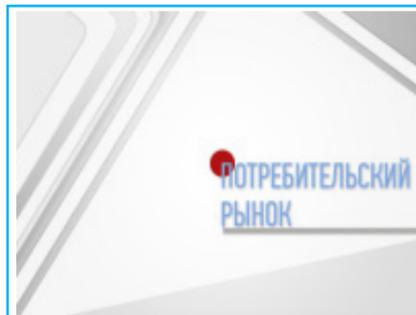
НАДЗОРНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

реализация товара несоответствующего гигиеническим нормативам по результатам лабораторных исследований – 1 случай и др.

По результатам надзорных мероприятий направлены 92 рекомендации об устранении выявленных нарушений.

Вынесено 5 предписаний (предложений) о приостановлении (запрете) деятельности; 44 предписания о приостановлении (запрете) реализации товаров. Запрещена реализация 248,04 кг пищевых продуктов.

За выявленные нарушения к административной ответственности привлечено 3 юридических и 7 виновных лиц.



О защите потребительского рынка от поступления некачественной и небезопасной продукции

Специалистами государственного учреждения «Щучинский зональный центр гигиены и эпидемиологии» за 8 месяцев 2022 года надзорными мероприятиями охвачено 55 субъектов хозяйствования, занимающийся обращением пищевой продукции. Нарушения выявлены у 69,1 % субъектов.

Выявляемые на объектах, осуществляющих оборот продовольственного сырья и пищевых продуктов, нарушения законодательства в области обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения свидетельствуют о том, что юридическими лицами и индивидуальными предпринимателями, осуществляющими производство и оборот продовольственного сырья и пищевых продуктов, не на должном уровне осуществляется производственный контроль по выполнению требований законодательства при хранении и реализации пищевых продуктов.

Основными выявленными нарушениями являются:

реализация продукции с истекшим сроком годности – 33 случая (изъято – 118,11 кг);

реализация товара без маркировки или с несоответствующей информацией на маркировке – 29 случаев (изъято – 90,64 кг);

нарушение условий хранения и реализации товаров – 11 случаев;

реализация товаров без документов, удостоверяющих качество и безопасность – 29 случаев (изъято – 13,2 кг);

неудовлетворительное санитарное состояние помещений – 30 случаев;

неудовлетворительное санитарное состояние торгового, технологического, холодильного оборудования – 46 случаев;

использование оборудования, емкостей, тары, инвентаря, посуды с поврежденным покрытием, отбитыми краями, деформированных, с трещинами и иными дефектами – 43 случая;



Уважаемые покупатели, не забывайте, что любой товар, который появляется на прилавках в магазинах, должен быть обязательно промаркирован. Маркировка упакованной пищевой продукции в общем случае должна содержать следующую информацию: наименование пищевой продукции; состав пищевой продукции; количество пищевой продукции; дату изготовления пищевой продукции; срок годности пищевой продукции; условия хранения пищевой продукции; наименование и место нахождения изготовителя пищевой продукции; показатели пищевой ценности пищевой продукции, сведения о наличии в пищевой продукции компонентов, полученных с применением генно-модифицированных организмов и др.

Покупатель вправе потребовать от продавца документы подтверждающие качество и безопасность реализуемой продукции.

Берегите свое здоровье – выбирайте продукты правильно!

Главный государственный санитарный врач Щучинского района
Анастасия Вячеславовна Крюкович



ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ САМОУБИЙСТВ
10 СЕНТЯБРЯ

10 СЕНТЯБРЯ - ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ САМОУБИЙСТВ

В среднем, ежедневно около 3000 человек кончают жизнь самоубийством. На каждого

человека, совершившего самоубийство, приходится 20 или более человек, пытавшихся покончить с собой. По данным ВОЗ, общее количество смертей от суицида сейчас приближается к миллиону в год. Помимо совершенных суицидов, ежедневно происходит 1500 неуспешных попыток самоубийства.



В возрастной группе 18-65 лет суицид — четвертая ведущая причина смерти в развитых странах. В Беларуси ежегодно самоубийством кончают жизнью около 2000 человек, что превосходит статистику по смертельным исходам в результате ДТП. Статистика самоубийств высока в сельских районах и маленьких городках. Данные статистики зависят от количества употребленного жертвами суицида алкоголя и других психоактивных веществ.

Суицид – это глобальная и трагическая проблема для мирового здравоохранения. По статистике, от самоубийств в мире умирает больше людей, чем в результате

ЕДИНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

войн и насильственных убийств, вместе взятых.

Не все самоубийства можно предотвратить, но большинство — можно. Большинство самоубийц открыто предупреждают о своих намерениях. Поэтому, ко всем угрозам такого характера необходимо относиться серьезно. Кроме того, большинство людей, пытающихся покончить с собой, внутренне противоречивы и не имеют окончательного намерения умереть.

Человека можно переубедить и помочь отказаться от самоубийства. Ведь 80 % граждан, совершивших суицид, как правило, говорили об этом своим знакомым, близким, друзьям. Именно на этой стадии должны работать как члены семьи, так и специалисты.

Суицид не является случайным или бессмысленным действием, а является решением проблемы, выходом из психологически невыносимой ситуации.

Стрессором при суициде являются неудовлетворенные психологические потребности. Суицидальной эмоцией является беспомощность – безнадежность: «Я ничего не могу сделать (кроме совершения самоубийства), и никто не может мне помочь, облегчить боль, которую я испытываю». Человек, думающий о самоубийстве, может испытывать сильное чувство внутренней опустошенности, тревогу, чувство вины, стыд. Внутренним отношением к суициду является двойственность: человек чувствует одновременно и желание совершить самоубийство и желание его не совершать. Состоянием психики при суициде является аффективное сужение сознания с ограничением использования интеллектуальных возможностей, резкое ограничение вариантов выбора поведения, «психические шторы».

Действием при суициде является бегство, которое отражает стремление человека удалиться из зоны бедствия. Закономерностью является соответствие суицидального поведения общему стилю поведения в течение жизни. Многие самоубийства происходят в период улучшения состояния, когда у человека появляется энергия и сила воли для того, чтобы перейти от отчаяния в мыслях к разрушительным действиям.

ПОМОЩЬ ПРИ ПОТЕНЦИАЛЬНОМ СУИЦИДЕ



1. Установите заботливые взаимоотношения. Очень многое зависит от качества ваших взаимоотношений. Их следует выражать не только словами, но и невербальной эмпатией; в этих обстоятельствах уместнее не морализирование, а поддержка.

2. Не оставляйте человека одного в ситуации высокого суицидального риска. Оставайтесь с ним как можно дольше или попросите кого-нибудь побыть с ним, пока не разрешится кризис или не прибудет помощь. Возможно, придется позвонить на станцию скорой медицинской помощи или обратиться к специалисту.

3. Будьте внимательным слушателем. Суициденты особенно страдают от сильного чувства отчуждения. В силу этого они бывают не настроены принять ваши советы. Гораздо больше они нуждаются в обсуждении своей боли, фрустрации и того, о чем говорят: «У меня нет ничего такого, ради чего стоило бы жить».

4. Не спорьте, вступая в дискуссию с подавленным человеком, вы можете не только проиграть спор, но и потерять его самого.

5. Задавайте вопросы. Лучший способ вмешаться в кризис, это заботливо задать прямой вопрос: «Ты думаешь о самоубийстве?» Он не приведет к подобной мысли, если у человека ее не было; наоборот, когда он думает о самоубийстве и, наконец, находит кого-то, кому небез-

различны его переживания, и кто согласен обсудить эту запретную тему, то он часто чувствует облегчение, и ему дается возможность понять свои чувства.

6. Не предлагайте неоправданных утешений. Человека можно довести до суицида банальными утешениями как раз тогда, когда он отчаянно нуждается в искреннем, заботливом и откровенном участии в его судьбе. Суицидальные люди с презрением относятся к замечаниям типа: «Ничего, ничего у всех есть такие же проблемы, как у тебя», - и другим аналогичным клише, поскольку они резко контрастируют с их мучениями.

7. Предложите конструктивные подходы. Вместо того, чтобы говорить суициденту: «Подумай, какую боль принесет твоя смерть близким», - попросите поразмыслить об альтернативных решениях, которые, возможно, еще не приходили ему в голову.

8. Вселяйте надежду. Надежда помогает человеку выйти из поглощенности мыслями о самоубийстве. Потерю надежд на достойное будущее отражают записки, оставленные самоубийцами.

9. Обратитесь за помощью к специалистам. Работа со склонными к саморазрушению депрессивными людьми является серьезной и ответственной. Их разум не в состоянии восстановить полную картину того, как следует разрешать непереносимые проблемы. Иногда единственной альтернативной помощью суициденту, если ситуация оказывается безнадежной, становится госпитализация в специализированную больницу. Промедление может быть опасным; госпитализация может принести облегчение, как больному, так и его окружению.

торному срыгиванию содержимого брюшка клеща в рану. Важно кровососа достать из кожи целиком вместе с хоботком, не раздавив его. Место присасывания обработать любым антисептиком.

Максимальный профилактический эффект достигается только в том случае, если экстренная профилактика начата в первые 72 часа после укуса клеща.

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

Мифы о суицидах

Бытующее мнение	Фактическое положение
Самоубийства совершают психически больные люди.	Исследования показали: 80–85 % самоубийц были психически здоровы.
Те, кто много говорит о самоубийстве, обычно его не совершают.	Большинство самоубийц перед смертью делятся своими намерениями и горестями.
Самоубийство – импульсивный акт, совершаемый внезапно.	Существует множество признаков повышенного риска самоубийства. Исследования показали, что суицидальный кризис может длиться несколько недель, и даже месяцев.
Самоубийство невозможно предотвратить.	Психологический кризис – явление временное, и если в этот момент человек получит психологическую помощь, то он может отказаться от суицидальных намерений.

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 отделении профилактики ГУ «Щучинский зональный ЦГЭ» по адресу: г. Щучин, ул. Мичурина, 26 или по телефону: 50 7 89.

Издатель: Государственное учреждение «Щучинский зональный центр гигиены и эпидемиологии»

Наш адрес: 231513, Гродненская обл., г. Щучин, ул. Мичурина, 26

E-mail: info@shcge.by

Ответственный за выпуск: Марианна Станиславовна Хвойницкая

Телефон/факс: 8(01514) 20 1 73

Официальный сайт: http://shcge.by/

Тираж 200 экз.