

Если будет здоровой будущая мама, здоровым родится и ребёнок («14 октября

– Республиканский день матери») День матери

установлен Ука-

зом Президента Республики Беларусь 30 июля 1996 года. Этот праздник является данью глубокого уважения и преклонения перед женщиной матерью, труженицей и хранительницей семейного очага. Он помогает нам еще сильнее ощутить величие и святость важнейшей миссии женщины, связанной с рождением и воспитанием детей, осознать ее огромную роль в сохранении и укреплении духовных ценностей, нравственных идеалов в обществе и прежде всего семейных.

День матери – праздник, который дает возможность подчеркнуть значимость и статус матери, важность роли женщины матери в обеспечении демографической безопасности и благополучии нашей страны. Охрана репродуктивного здоровья населения, создание условий для рождения здоровых детей, предупреждение инвалидности, сокращение младенческой, детской и материнской смертности в стране, имеют особую общественную значимость, и являются критериями эффективности деятельности органов управления и организаций здравоохране-

Решение задач сохранения здоровья матерей и детей осуществляется по нескольким приоритетным направлениям, среди которых: подготовка женщин к материнству; мероприятия по охране здоровья плода и новорожденного; подготовка молодежи и молодых семей по вопросам брака; мероприятия по охране здоровья детей в дошкольных учреждениях и в школьный период.

Одно из важнейших условий рождения здорового малыша – это физическое, психическое и эмоциональное здоровье родителей, в первую очередь матери.

Вредные привычки, малоподвижный образ жизни, несистематическое питание и различные вредные факторы могут нанести значительный вред организму, как мамы, так и будущего ребенка. Вред курения во время бере-



менности научно доказан. У курящих беременных существенно возрастает риск отслойки плаценты. Выкидыши

ЕДИНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

бывают в два раза чаще, чем у некурящих.

Под удар попадают практически все жизненные процессы, органы и системы плода:

- примерно на 200 г снижается вес;
- к моменту родов могут полностью не сформироваться легкие, и в дальнейшем такие дети часто страдают заболеваниями органов дыхания и имеют большую предрасположенность к бронхиальной астме;
- на 20-70 % возрастает риск развития врожденных патологий сердца;
- у детей курящих матерей чаще наблюдаются поведенческие проблемы, сложности с обучением;
- снижается иммунитет, что приводит к большей восприимчивости к инфекционным и аллергическим заболеваниям:
- □ врожденные аномалии и уродства значительно чаще развиваются у плода курящей матери (заячья губа, волчья пасть, конская стопа и др.) и т.д.

Под воздействием алкоголя половые органы теряют свою функциональность, что может привести к бесплодию. Употребление алкоголя во время беременности может вызвать патологию, увеличивается риск выкидыша и преждевременных родов, мертворождений, а также пороков развития, как умственных, так и физических. Только после полного отказа от алкоголя на протяжении нескольких лет наблюдается восстановление функций половых желез и вновь появляется возможность родить здоровое потомство.



Здоровые дети рождаются и вырастают только у здоровых родителей!

Светлана Ивановна Кирилова, инструктор-валеолог.

Что за зверь – сколиоз?

С началом учебного года, жадно впитывая знания, дети не замечают, как сидят за партами. А ведь сколиоз не дремлет. Сколиоз, или сколиотическая болезнь, – распространенное среди детей заболевание опорно-двигательного аппарата, характеризующееся его искривлением.

Неправильная посадка за домашним рабочим столом, дефицит движения и долгие часы с учебником, плохое освещение, которое заставляет склоняться к самому столу. Как сохранить ребенку красивую осанку и здоровую спину до самого последнего класса?

Не стоит покупать ребенку портфель, который нужно носить в одной руке. Каждый, кто хотя бы раз пытался поднять школьный портфель с несколькими учебниками, подтвердит — это нешуточное испытание для детского позвоночника.

Масса ежедневного комплекта учебников с письменными принадлежностями (без массы ранца или рюкзака) должна предусматриваться не более:



1,5 кг для учащихся I -II классов;

2,5 кг для учащихся III -IV классов;

3,0 кг для учащихся V -VI классов;

3.5 кг для учащихся VII-VIII классов;

4,0 кг для учащихся IX

-XI (XII) классов.

У школьного ранца обязательно должна быть твердая спинка. Только ее наличие может обеспечить правильную осанку ребенка. Однако «твердая» не означает «жесткая» — место соприкосновения со спиной ребенка должно быть в меру смягченным, например, специальной подкладкой. Лямки ранца не должны давить или впиваться в плечи, у них должна быть возможность регулировки.

Как ни крути, а большую часть школьного времени ваш ребенок будет сидеть за партой.

Стол соответствующей высоты обеспечивает расстояние от глаз до рабочей плоскости (тетради или книги) в 30—35 см, предплечья и кисти при этом свободно лежат на столе. Правильное положение стула позволяет сидеть прямо, не наклоняясь вперед и не прогибаясь назад. Во время чтения, письма стул должен заходить за крышку

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

стола на 3—5 см. Ребенок не должен опираться грудью о край стола. Между туловищем и краем стола должно быть расстояние в ширину ладони.

В домашних условиях также необходимо придерживаться правил подбора ученической мебели в соответствии с ростом ребенка, и не забывать, что освещение должно быть слева. Во время подготовки домашних зада-



ний нужно делать 15-минутные перерывы через каждые 45 минут и через каждые 15 минут менять позу. Кроме того, в дневном распорядке нужно выделить время и для прогулок, и для подвижных игр.

Профилактика сколиотической болезни заключается в рациональном двигательном режиме дня с соблюдением нагрузок на растущий позвоночник. Дети должны уметь быстро и качественно выполнять домашние задания, а не сидеть часами над уроками. Крайне важны ежедневные прогулки на свежем воздухе и подвижные игры. Вашим союзником в борьбе за правильную осанку может стать школьная физкультура — если упражнения подобраны правильно, они будут развивать мышечный каркас спины и укреплять позвоночник. Спать следует на полужёсткой постели и ортопедической подушке с «памятью формы» для полноценной разгрузки шейно-грудного отдела позвоночника во время ночного сна. Питание должно быть полноценным, разнообразным и витаминизированным.

Будьте внимательны к своей осанке!

Анастасия Владимировна Арабчик, помощник врача-гигиениста.

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 овшей 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 содержани 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

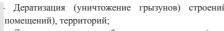
Более подробную информацию можно получить по адресу: г. Щучин, ул. Мичурииа, 26 или по телефону: 28 <mark>9 95</mark>.

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

Наш адрес: 231513, Гродненская обл., г. Щучин, ул. Мичурина, 26 E-mail: info@shcge.bv

Ответственный за выпуск: Марианна Станиславовна Хвойницкая

оказывает услуги населению и юридическим лицам:



Дезинсекция против бытовых насекомых (vни

рытых территориях;

Дезинфекция разовая автотранспорта

Дезинфекция разовая шахтных колодцев

Продажа ядоприманки против грызунов (крыс

Стоимость кажлой вышеперечисленной услуги согласно цего прейскуранта тарифов на платные санитарно-гигиенические услуги

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

Телефон/факс: 8(01514) 20 1 73 Официальный сайт: http://shcge.by/

Тираж 200 экз.

Месячник безопасности труда в организациях АПК подошел к концу

Региональный обозреватель

С 8 сентября по 8 октября 2022 проходит месячник безопасности труда в организациях агропромышленного комплекса Гродненской области во время уборки кукурузы. За это время надзорными мероприятиями охвачено 8 субъектов хозяйствования агропромышленного комплекса, среди них ОАО «Орля», ОАО «Щучинагропродукт», ОАО «Первомайск-агро», филиал «Желудокский агрокомплекс» ОАО «Агрокомбинат «Скидельский», КСУП «Совхоз Б. Можейково», РУНП «Гродненский зональный институт растениеводства НАН Беларуси», ОАО «Щучинская птицефабрика».

В ходе проведения надзорных мероприятий уделялось особое внимание соответствию требованиям санитарно-эпидемиологического законодательства объектов общественного питания, которые задействованы для приготовления пищи лицам, занятым на уборке кукурузы, состоянию территорий, производственных и санитарно-бытовых помещений, организации сбора и вывоза твердых коммунальных и промышленных отходов и др.

Нарушения, выявленные при проведении мониторингов сельскохозяйственных предприятий:

Неудовлетворительное санитарное содержание территорий – не содержались в чистоте контейнерные площадки на машинных дворах в д. Мурованка, аг. Б. Можейково, не обеспечен своевременный покос травы машинного двора аг. Орля и т.д.

Не содержались в чистоте машинные дворы в аг. Орля, аг. Раковичи, д. Янчуки, аг. Рожанка, аг. Первомайск, д. Заря Коммунизма, в частности санитарно-бытовые помещения (комнаты приема пищи, гардеробные шкафчики), осмотровые канавы и т.д.

Не в полной мере были оснащены санитарно-бытовые помещения на машинном дворе в д.Янчуки, д. Скоржики (в душевых отсутствовали вешалки для одежды и полочки для банных принадлежностей, резиновые либо пластиковые коврики), полевого стана в д. Баличи и на машинном дворе в д. Н. Рожанка (отсутствовала в бытовом помещении горячее водоснабжение) и др.

Также в результате месячника были охвачены надзорными мероприятиями столовые сельскохозяйственных предприятия, в которых основными нарушениями явились:

В столовой ОАО «Орля» не содержались в чистоте: подставки для столовых приборов, скатерть-клеенка в овощ-

ном цехе; не оборудована платформа с навесом для защиты пищевой продукции от атмосферных осадков для проведения погрузочно-разгрузочных работ; холодильное оборудование в мясо-рыбном цехе не оснащено приборами контроля температуры, и др.

В столовой ОАО «Щучинагропродукт»:не содержались в чистоте: шка-



НАДЗОРНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

фы для хранения верхней, санитарной и личной одежды, духовой шкаф, решетки и противни, вытяжной зонт для ветиляции, кассеты для столовых приборов, холодильник, осветительные лампы, подоконники на пищеблоке, бочки на складе; в горячем цехе не работает механическая система вентиляции над плитами; в производственных цехах допущено наличие насекомых (мухи); при проведении дезинсекционных и дератизационных мероприятий не исключена возможность контакта дезинсекционных и дератизационных препаратов с продукцией и др.



В столовой ОАО «Первомайск-агро» отмечалось не содержание в чистоте холодильного оборудования, осветительных приборов; не поддерживались в исправном состоянии: потолки в бытовом помещении, овощном, мясном цехах, горячем цехе, стены в складском помещении, часть стены вокруг дверного проема при входе в горячий цех; допущено использование холодильного оборудования с дефектами; в горячем цехе не

предусмотрена механическая системы вентиляции над плитами; для защиты от насекомых окна не оборудованы сетками; и др.

В столовой филиала «Желудокский агрокомплекс» ОАО «Агрокомбинат «Скидельский»: в моечной не обеспечена возможность осуществления поточности технологических операций, исключающих встречные потоки загрязненной и чистой столовой посуды; не содержатся в чистоте жарочный шкаф трехсекционный и др.

В столовой аг. Б. Можейково: склад сыпучих продуктов не был оборудован средством

контроля температурно - влажностного, было допущено использование оборудования с дефектами и др.

Одно из встречаемых нарушений – аптечка первой помощи универсальная не укомплектована согласно перечня вложений, установленного Министерством здравоохранения, не обеспечен контроль за сроками годности лекарственных средств в аптечке первой помощи универсальной (машинные дворы аг.Орля, аг. Раковичи, аг. Первомайск, д. Мурованка, полевой стан д. Скоржики)

На машинных дворах аг. Б. Можейково, д. Мурованка отсутствовало жидкое мыло в дозаторе возле умывальной раковины в санитарно-бытовом помещении.

По результатам надзорных мероприятий направлено 7 рекомендаций об устранении выявленных нарушений (недостатков). Направлено 1 предложение о приостановлении (запрете) деятельности субъекта (цехов, производственных участков).

> Виктория Петровна Дарашкевич, врач-эпидемиолог.