



Государственное учреждение
«Гродненский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»

ПРОФИЛАКТИКА ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ

5 ОСНОВНЫХ ПРАВИЛ



Правило № 1

Тщательно мойте руки перед приготовлением пищи, перед едой, после посещения туалета. Поддерживайте чистоту кухонных принадлежностей, которые соприкасаются с пищевыми продуктами. Не допускайте нахождения на кухне домашних животных (собак, кошек, хомяков, морских свинок и др.). Защищайте продукты от насекомых, грызунов.



Правило № 2

Сырые продукты храните отдельно от продуктов, готовых к употреблению, на полках холодильника располагайте готовую продукцию выше сырой. При разделке сырой и готовой продукции используйте отдельные ножи, разделочные доски, посуду; по окончании работы промывайте их с применением моющих средств и просушивайте.



Правило № 3

Тщательно проваривайте или прожаривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца, морепродукты. Готовность мяса или птицы определяйте по цвету выделяемого сока: он должен быть прозрачным, а не розовым. Продукты, приготовленные ранее, разогревайте при температуре не менее 70 °C.



Правило № 4

Не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре больше, чем на 2 часа. Приготовленные и скоропортящиеся продукты храните при температуре не выше 5 °C. Не храните пищу долго, даже в холодильнике. Не размораживайте продукты при комнатной температуре.



Правило № 5

Используйте для питья и приготовления пищи только чистую питьевую воду. Покупайте только свежие, без признаков порчи, продукты. Отдавайте предпочтение продуктам, подвергнутым специальной обработке для повышения их безопасности, например, пастеризованному молоку. Не употребляйте продукты с истекшим сроком годности. Тщательно мойте фрукты (сухофрукты) и овощи, зелень перед употреблением.

Информационный обозреватель



Государственное учреждение
«Щучинский зональный центр гигиены
и эпидемиологии»

Четверг 7 августа 2025 года
№ 19 (496)

Обследование объектов пита- ния

Сотрудники
Щучинского зо-
нального ЦГЭ
в составе меж-
ведомственной
комиссии по
контролю за орга-
низацией питания
в учреждениях
образования Щу-
чинского района



провели обследо-
вание объектов
питания в детском
оздоровитель-
ном лагере «Кос-
модром» и Острин-

ской средней
школе им. А.С.
Пашкевича (Тёт-
ки).

Особое внима-
ние было уделе-
но соблюдению
санитарно-про-
тивоэпидемиче-
ского режима,
безопасности
пищевых про-
дуктов, качеству
питания.

*Заботимся о
здоровье детей
вместе!*



НАДЗОРНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Надзорные мероприятия в отношении строитель- ных площадок

Сотрудники
Щучинского
зонального
ЦГЭ в со-
ставе межве-
домственной
комиссии по
условиям
труда рабо-
тающих Щу-
чинского рай-
она провели
надзорные
мероприятия
в отношении
строитель-
ных площа-
док. Особое вни-
мание было
уделено са-
нитарно-бы-
товому обе-
спечению
строителей и поддержанию в надлежащем санитарном
состоянии территории строительных объектов.





Проведен семинар с работниками промышленных предприятий

Врачом – гигиенистом отдела гигиены Щучинского зонального ЦГЭ Толстюк Н.С. 18.07.2025 года проведен семинар с инженерно-техническими работниками промышленных предприятий в целях обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия работающих и по вопросам проведения производственного контроля по обеспечению безопасных условий труда, профилактики профессиональной, производственно обусловленной, инфекционной заболеваемости.



В ходе семинара обсуждены вопросы: влияния вредных производственных факторов на здоровье работающих и

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

о необходимости проведения производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий, в том числе осуществление лабораторных исследований на рабочих местах. Более подробно рассказано о необходимости соблюдения санитарно-эпидемиологических требований к составлению программы производственного контроля, плана-графика проведения производственного лабораторного контроля факторов производственной среды на рабочих местах (об объектах, объеме и периодичности контроля, о перечне гигиенически значимых факторов и показателей, приоритетных для определенных субъектов хозяйствования, определяющих конкретные меры по осуществлению производственного контроля в контрольных критических точках, а также о перечне мероприятий, обеспечивающих контроль за соблюдением санитарных правил, выполнением санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий). Особое внимание обращено на необходимость разработки и выполнения субъектами хозяйствования планов профилактических мероприятий по улучшению условий труда на рабочих местах, где показатели факторов производственной среды по результатам проведенного производственного лабораторного контроля за истекший период 2025 года, не соответствовали гигиеническим нормативам (наибольшее количество несоответствующих рабочих мест по результатам проведенных лабораторных исследований на промышленных предприятиях зарегистрировано: по уровням шума- 4% из количества замеренных; по параметрам микроклимата и освещенности –соответственно 3,2%, 2,8%) и проведения повторных лабораторных исследований на рабочих местах, где факторы производственной среды не соответствовали гигиеническим нормативам, для подтверждения эффективности проведенных мероприятий и с целью профилактики развития у работающих профессиональных заболеваний. А также о комплексе других профилактических мероприятий, которые необходимо выполнять на промышленных предприятиях с целью предупреждения у работающих профессиональных заболеваний.

Наталья Станиславовна Толстюк, врач-гигиенист.

Лабораторный отдел Щучинского зонального ЦГЭ оказывает услуги населению:

- Исследование овощей и фруктов на содержание нитратов: партия до 100 кг – 9 рублей 93 копейки, более 100 кг – 22 рубля 64 копейки;
- Исследование овощей и фруктов на наличие яиц гельминтов: партия до 100 кг – 5 рублей 55 копеек, более 100 кг – 8 рублей 34 копейки;
- Исследование овощей и фруктов на содержание нитратов и наличие яиц гельминтов: партия до 100 кг – 15 рублей 15 копеек, более 100 кг – 27 рублей 08 копеек;
- Исследование воды из колодца по микробиологическим показателям и на содержание нитратов – 10 рублей 88 копеек;
- Исследование воды из водопроводного крана по микробиологическим показателям и на содержание железа – 9 рублей 38 копеек;
- Радиологическое исследование лекарственного сырья - 13 рублей 12 копеек.

Более подробную информацию можно получить по адресу: г. Щучин, ул. Мичурина, 26 или по телефону: 20 6 56 «одно окно».

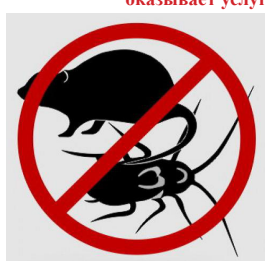
Издатель: Государственное учреждение «Щучинский зональный центр гигиены и эпидемиологии»

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

E-mail: info@shcge.by

Ответственный за выпуск: Марианна Станиславовна Хвойницкая

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.

Телефон/факс: 8(01514) 20 1 73

Официальный сайт: <http://shcge.by/>

Тираж 200 экз.



Что же такое алкоголизм?

Это хроническое заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков, характеризующееся устойчивой зависимостью от них. Проблема пьянства и алкоголизма для Беларуси - одна из самых актуальных и социально опасных. На сегодняшний день большое количество людей страдает алкоголизмом. Начиная принимать спиртные напитки по праздникам, мы даже не представляем, что это может перерасти во вредную привычку, избавиться от которой в дальнейшем становится очень сложно. Злоупотребляя алкоголем, больной не знает, какое воздействие спиртное оказывает на его организм.

Влияние алкоголя на здоровье человека разрушительно, даже если доза не вызывает опьянения она все равно причиняет вред. От алкоголя страдают: головной мозг, сердце, печень, почки.

Алкоголь, попадая в кровь, начинает с большой скоростью распространяться по всему организму. В первую очередь от спиртного страдают органы пищеварения. Под действием алкоголя разрушаются клетки внутренней поверхности органов пищеварительной системы. В дальнейшем клетки начинают погибать, что ведет к нарушению нормального процесса пищеварения. Влияние алкоголя на сердце давно всем известно. Злоупотребляя алкоголем, мы способствуем разрушению эритроцитов. В результате возникают различные заболевания сердечно-сосудистой системы: атеросклероз, ишемическая болезнь и аритмия. Алкогольная болезнь сердца становится причиной большого количества внезапных смертей.

Вызывает тревогу постоянный рост пьянства и алкоголизма среди женщин, детей и подростков. Алкоголиками не рождаются, ими становятся. Этому способствуют различные факторы.

Биологические факторы - играют определенную роль в образовании алкогольной зависимости. Наследуется биологическая предрасположенность (биохимическая основа), на почве которой может развиваться болезненная зависимость. На основании исследований пришли к выводу, что у 60% зависимых от психоактивных веществ лиц (алкоголь, наркотики и т.п.) их ближайшие родственники страдали зависимостью.

Социальные факторы - распространение проблем, связанных с алкоголем, неотделимо от обычаев и представлений общества об алкоголе, семейной обстановке, способной как увеличивать, так и уменьшать риск возникновения зависимости. Социальная нестабильность, безработица, жизненные потрясения, проживание в районах с низким имущественным цензом, духовный и культурный «вакуум» и т.д.

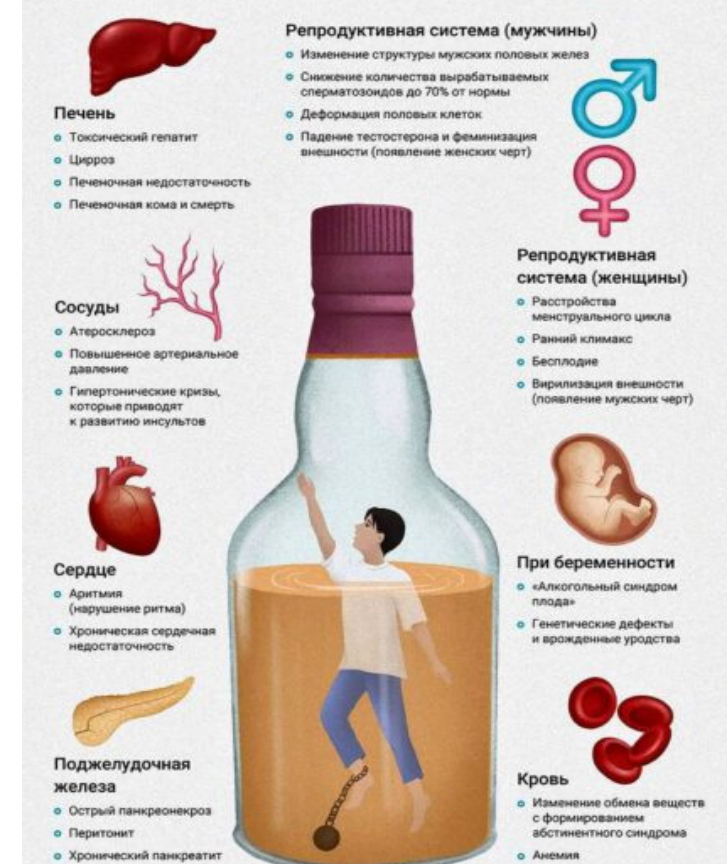
Психологические факторы - алкогольной зависимости включают: определенный склад личности (бездуховность, отсутствие серьезных интересов и цели в жизни, повышенная внушаемость); патологические черты характера (склонность к колебаниям настроений, трудности в установлении контактов, застенчивость, низкая или наоборот завышенная самооценка, неумение справляться со своими чувствами и т.п.); астенические (физические и нервно – психические слабости организма) и истерические расстройства.

Духовные факторы - отношение человека к самому

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

себе, окружающему его миру и людям, которое связано с качеством участия в жизни. Алкоголизм – это болезнь души со всеми вытекающими отсюда последствиями.

Какие органы поражаются при алкоголизме



Профилактика алкоголизма предполагает: с одной стороны, контроль за производством и потреблением алкоголя на разных стадиях - государственном, макро - и микросоциальном, семейном, индивидуальном; с другой стороны – раннее выявление лиц, злоупотребляющих алкоголем и оказание им соответствующей медико-психологической помощи.

Выявление на самых ранних этапах в подростковом и даже детском возрасте предрасположенных к алкоголю людей (для этого можно ориентироваться на два определенных фактора - наследственность и особенности потребления алкоголя в родительской семье) и постоянное внимание к ним.

Информирование детей, подростков и взрослых об особенностях алкоголя, его опасных последствиях для здоровья, поведения и жизни.

Обучение навыкам сопротивления в ситуациях, связанных с употреблением алкоголя, риском развития зависимости и рецидива.

Пропаганда здорового образа жизни и предупреждение алкогольных расстройств.

В случаях возникновения любых проблем с алкоголем, следует не теряя времени обращаться за консультациями и помощью к специалистам.

Помните! Алкоголизм легче предупредить, чем лечить!

Раннее обращение за помощью - залог успешности лечебно-профилактических мероприятий.