



«ЛЕТО – НА ЗДОРОВЬЕ»

Лето для детей – это удивительное время, которое, при правильном подходе взрослых, может еще и стать отличным периодом для укрепления здоровья. Вне зависимости от возраста детей, лето может стать для них отличным периодом для отдыха, получения новых сил и впечатлений, оздоровления и даже обучения.

В летнее время дети должны находиться на свежем воздухе максимально возможное количество времени. Это помогает поддержать здоровье и укрепить его, и даже избавиться от многих заболеваний. Конечно, лучше всего, чтобы ребята проводили время подальше от города, дышали лесным или морским воздухом. Поэтому родителям нужно обязательно организовать свое время так, чтобы вывозить детей на природу почаще.

Солнечные ванны также полезны для детей. Они стимулируют выработку витамина D, нужного для полноценного здоровья костной системы. Также солнышко положительно сказывается на иммунитете, улучшает настроение и кровообращение. Находясь на улице, а особенно за городом, дети постоянно двигаются, и это отлично для их здоровья. Пробежки, прыжки и просто прогулки положительно сказываются на здоровье всей костно-мышечной системы, позволяют предупредить плоскостопие, сколиоз и ожирение.

Лето – это отличное время, чтобы накормить детей свежими, доступными и очень полезными витаминами. Ведь местные летние овощи, фрукты и ягоды – это отличный источник самых разных питательных веществ, которые хорошо усваиваются организмом и идут ему на пользу.



ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БЕЗ ТАБАКА

Ежегодно 31 мая ВОЗ и партнеры отмечают Всемирный день без табака, привлекая внимание к рискам для здоровья, связанным с употреблением табака, и выступая за проведение эффективной политики в целях снижения уровней его потребления.

Потребление табака является одним из основных факторов риска развития целого ряда хронических болезней, включая рак, болезни легких и сердечно-сосудистые заболевания. Несмотря на это, потребление табака широко распространено во всем мире.

Табакокурение имеет форму эпидемии и является глобальной проблемой для человечества, так как воздействие табачного дыма — это одна из причин смерти, болезней и инвалидности большого числа людей. Последствия вредной привычки ежегодно приводят к смерти около 6 миллионов человек в мире (из них 600 тысяч пассивных курильщиков).

Исследования показали, что опасность пассивного курения весьма реальна. Дым, струящийся от зажженной сигареты — это неотфильтрованный дым. Он содержит в 50 раз больше канцерогенов, вдвое больше смол и никотина, в пять раз больше окиси углерода и в 50 раз больше аммиака, чем дым, вдыхаемый через сигарету. Для людей, работающих в сильно накуренном помещении, степень пассивного курения может достигнуть эквивалента 14 выкуренных сигаретам в день, что приближает их к обычному курильщику. Безопасного уровня воздействия вторичного табачного дыма не существует.

Заболевания, связанные с табаком, являются одной из крупнейших угроз для общественного здоровья - ежегодно из-за употребления табака умирает более 7 миллионов человек. Но употребление табака является одной из основных предотвратимых причин неинфекционных заболеваний (НИЗ).

Сегодня существует много методов и способов избавиться от этой пагубной привычки.

Если Вы не безразличны к Вашим близким - бросайте курить как можно скорее!

13 июня на базе ГУ «Дятловский рай ЦГЭ» пройдет «прямая линия» с участием главного врача ГУ «Дятловский рай ЦГЭ» Елены Вячеславовны Шейбак по теме «Соблюдение санитарно-эпидемиологического законодательства на объектах торговли и общественного питания Дятловского района».



Контактный телефон 61204, с 11.00 до 13.00.

Желающие, в том числе и дети, находящиеся в трудных жизненных ситуациях, могут бесплатно и анонимно получить квалифицированную помощь психологов и психотерапевтов, которые постараются помочь разобраться в кризисной ситуации и наметить конкретные шаги по выходу из нее, проинформируют о других учреждениях и организациях для дополнительного обращения. Телефон работает круглосуточно.

Наш городской номер: 170 (единый по области со стационарного телефона и сотовой связи МТС); +375 152 75 23 90.

SKYPE: HELP170.

ГРУППА В VK: ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ 170 (vk.com/public77008452).

E-MAIL: HELP170@MAIL.RU.

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ДОНОРА КРОВИ

Ежегодно 14 июня в разных странах мира отмечают Всемирный день донора крови. В этот день мы выражаем благодарность людям, которые добровольно и безвозмездно сдают свою кровь, необходимую для спасения человеческих жизней, и повышаем осведомленность о необходимости регулярного донорства крови для обеспечения качества, безопасности и наличия крови и продуктов крови для нуждающихся в них пациентов.

Службы крови, обеспечивающие доступ пациентов к достаточным запасам безопасной крови и продуктов крови, являются ключевым компонентом эффективных систем здравоохранения. Надлежащее снабжение может быть обеспечено только благодаря регулярному, добровольному и безвозмездному донорству крови.

Донорство полезно для здоровья, сдающего кровь.

Происходит активизация системы кроветворения - клеток красного костного мозга и стимуляция иммунитета. Сказывается некоторая разгрузка органов, которые участвуют в утилизации умирающих эритроцитов: селезенка, печень. Последние данные говорят, о снижении общего риска развития ишемической болезни сердца, тромбообразования, атеросклероза. По данным ВОЗ доноры крови, постоянно дающие кровь, живут в среднем на 5 лет больше среднестатистического человека.

Лабораторный отдел Дятловского районного ЦГЭ оказывает услуги населению и юридическим лицам:

- Исследование овощей, фруктов, зелени на наличие яиц гельминтов, цисты простейших: 20 рублей 33 копейки;
 - Исследование воды из колодца по микробиологическим показателям – 21 рубль 87 копеек;
 - Исследование воды из водопроводного крана по микробиологическим показателям – 21 рубль 87 копеек.
- Более подробную информацию можно получить по адресу: г. Дятлово, ул. Мицкевича, 2 или по телефону: 61203

Отделение профилактической дезинфекции Дятловского районного 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 автотранспорта, перевозящего пищевые продукты, дезинфекция разовая шахтных колодцев, продажа ядохимикатов против грызунов (крыс и мышей).

Во всех регионах Республики Беларусь в устройствах оплаты, подключенных к ЕРИП (интернет-банкинг, мобильный банкинг, инфокиоск и т.п.) можно оплатить услуги для физических лиц, оказываемые ГУ «Дятловский рай ЦГЭ».

Порядок осуществления платежа

1. В дереве системы «Расчет» ЕРИП выбрать ветку «Соцобслуживание, здравоохранение», затем «Здравоохранение», «Санитарно-профилактические центры».
2. Выбрать ветку «Гродненская область», затем «Дятловский РЦГиЭ», «Санитарно-гигиенические услуги».
3. Ввести номер телефона.
4. Ввести сумму.
5. Сверить правильность появившегося на экране имени и отчества плательщика.
6. Нажать ОПЛАТИТЬ и ГОТОВО.

Информацию по интересующим вопросам можно получить в отделении профдезинфекции ГУ «Дятловский районный ЦГЭ» по адресу: г. Дятлово, ул. Мицкевича, 2 или по телефону: 69381

Издатель: Государственное учреждение «Дятловский районный центр гигиены и эпидемиологии»

Наш адрес: 231471, Гродненская обл., г. Дятлово, ул. Мицкевича, 2

E-mail: dtgig@mail.grodno.by

Ответственный за выпуск: Наталья Ивановна Юрена

Телефон/факс: 8(01563) 69381

Официальный сайт: <http://dtcgig.by/>

Тираж 200 экз.