



Будь здоров!

ГАЗЕТА САНЭПИДСЛУЖБЫ МИНСКОГО РАЙОНА



О ВАКЦИНАЦИИ ПРОТИВ COVID-19



Вакцинопрофилактика давно доказала свою эффективность в борьбе с инфекционными заболеваниями. Благодаря прививкам во всем мире ликвидирована натуральная оспа. По оценкам всемирной организации здравоохранения ежегодно вакцины спасают от 2 до 3 миллионов жизней.

Что дала нашей стране иммунизация? Мы уже стали забывать о случаях полиомиелита, дифтерии и столбняка. Регистрируются только отдельные завозные случаи эпидемического паротита (свинки), краснухи, кори. Значительно снизилось количество случаев заболевания коклюшной инфекцией и острым вирусным гепатитом В – в первую очередь у детей.

Для вакцинации против COVID-19 используются две вакцины:

«Гам-КОВИД-Вак» (комбинированная векторная вакцина для профилактики коронавирусной инфекции, вызываемой вирусом SARS-CoV-2) производства Российской Федерации, торговая марка вакцины «Спутник V;

вакцина инактивированная производства КНР.

Записаться на вакцинацию может любой желающий старше 18 лет. В приоритетном порядке вакцинации подлежат лица из группы риска: медицинские работники, работники сферы образования, работники социальных учреждений и проживающие в учреждениях с круглосуточным пребыванием; лица старше 60 лет; лица с хроническими заболеваниями; лица, имеющие риск тяжелого течения заболевания; лица, имеющие более высокий риск заражения в связи с профессиональной деятельностью (работники торговли, транспорта, общественного питания, ЖКХ и др.).

Эффективность и безопасность вакцины клинически доказана. Вакцина помогает вовлекать в процесс как гуморальный иммунный ответ – это специфические белки крови – антитела, способные препятствовать развитию ковид-инфекции, так и клеточное звено иммунитета – клетки крови, обеспечивающие противовирусную защиту.

Противопоказаниями к вакцинации являются: гиперчувствительность к какому-либо компоненту вакцины, тяжелые аллергические реакции в анамнезе,

острые инфекционные и неинфекционные заболевания (вакцинацию в таких случаях проводят через 2-4 недели после выздоровления, а при нетяжелых ОРВИ – после нормализации температуры), обострение хронических заболеваний (вакцинацию проводят через 2-4 недели после выздоровления или ремиссии), беременность и период грудного вскармливания, возраст до 18 лет.

Стоит ли прививаться переболевшим? Достоверно установлено, что после первой волны пандемии иммунитет был сформирован не более чем у 5-10% населения Европейского региона. Данные клинических испытаний показывают, что разрешенные в настоящее время вакцины против COVID-19 можно безопасно вводить людям после перенесенной инфекции. Люди, перенесшие симптоматическую или бессимптомную инфекцию COVID-19 могут прививаться уже через 3-6 месяцев после перенесенного заболевания.

Нужно ли делать анализ на антитела к SARS-CoV-2 или ПЦР на наличие коронавируса перед вакцинированием? При подготовке к вакцинации против COVID-19 проведение лабораторных исследований на наличие иммуноглобулинов классов G и M к вирусу SARS-CoV-2 нецелесообразно. Исследование биоматериала из носо- и ротоглотки методом ПЦР (или экспресс-тестом) на наличие коронавируса проводится только по назначению врача при наличии положительного эпидемиологического анамнеза (контакт с больным инфекционным заболеванием), а также при наличии какого-либо симптома заболевания. В других случаях в проведении ПЦР нет необходимости.

Как проходит вакцинация? Перед проведением вакцинации обязательно проводится осмотр медицинским работником с измерением температуры, сбором эпидемиологического анамнеза, измерением сатурации (уровень насыщения крови кислородом), осмотром зева. На основании осмотра врач определит отсутствие или наличие у Вас противопоказаний к вакцинации, расскажет о возможных реакциях на вакцину. В течение 30 минут после вакцинации необходимо оставаться в медицинской организации для предупреждения возможных аллергических реакций.

После введения вакцины в первые-вторые сутки могут развиваться и проходят в течение трех последующих дней кратковременные общие реакции, такие как непродолжительный гриппоподобный синдром, характеризующийся ознобом, повышением температуры тела, болями в мышцах, суставах, общим недомоганием, головной болью, также могут отмечаться местные реакции: болезненность в месте инъекции, гиперемия (покраснение), отечность. Реже отмечаются тошнота, диспепсия, снижение аппетита, иногда – увеличение региональных узлов. При возникновении каких-либо изменений в состоянии здоровья после введения вакцины рекомендуем незамедлительно сообщить об этом участковому врачу.

В течение трех дней после вакцинации рекомендуется: не мочить место инъекции, не посещать сауну, баню; не принимать алкоголь; избегать чрезмерных физических нагрузок.

Необходимо ли соблюдать самоизоляцию после вакцинации? Самоизоляция после прививки не требуется. Вакцина не содержит патогенный для человека вирус, вызывающий COVID-19, поэтому заболеть и заразить окружающих после прививки невозможно.

Если мы вакцинированы, мы защищаем не только себя, но и окружающих нас людей. Некоторым людям, например, тем, кто серьезно болен, не рекомендуется вводить вакцину, поэтому они зависят от остальных людей, которые вакцинируются и тем самым способствуют сокращению распространения болезней.

Также важно понимать, что вакцинация против COVID-19 не отменяет для привитого необходимость соблюдать социальную дистанцию, респираторный этикет и гигиену рук.

Заведующий отделением общественного здоровья Митряйкина Ю.В.

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О КЛЕЩАХ?



Пришла весна – время активизации иксодовых клещей. Размеры голодного клеща 2-3 мм. Тело коричневого или красного цвета, половину брюшка закрывает темный щиток, имеется четыре пары ног. Активны клещи с марта по ноябрь.

Клещ лесной житель, ему нужны кустарники, поляны и просеки, высокая трава. Излюбленные места обитания – лесная подстилка, умеренно затемненные и влажные места, обочины дорог, овраги, заросшие травой территории вдоль лесных опушек и дорожек. Однако, в последнее время клещи все чаще встречаются в городе.

Как происходит заражение клещевыми инфекциями?

при присасывании зараженного клеща;

через микротравмы на коже при снятии незащищенными руками или при случайном раздавливании, попадании на конъюнктиву глаза;

вирус клещевого энцефалита может передаваться при употреблении в пищу некипяченого козьего молока.

Напоминаем, перед походом в лес:

надевайте практичную одежду с длинными рукавами, плотно прилегающими к запястью. Брюки заправляйте в носки и высокие сапоги. Не забывайте о головных уборах;

пользуйтесь специальными средствами – репеллентами, отпугивающими клещей;

передвигаясь по лесу, старайтесь держаться середины тропинок, остерегайтесь высокой травы и кустарника. Особую осторожность проявляйте, продвигаясь по влажным зеленым местам с густым подлеском и травостоем. Много клещей в молодых зарослях осинника, на вырубках, в малинниках, вдоль троп, дорог, там, где пасется скот;

проводите само- и взаимоосмотры через каждые 2 часа и сразу после выхода из леса, с целью обнаружения и стряхивания с одежды любых ползающих насекомых и клещей. На приусадебных и дачных участках регулярно удаляйте валежник, проводите вырубку ненужных кустарников и скашивание травы. Перед началом эпидемиологического сезона можно заказать акарицидную обработку территории против клещей. Цена обработки зависит от площади территории,

подлежащей обработке. Ориентировочная стоимость за 1000 м² (10 соток) – 63 бел. рубля. Более подробную информацию можно получить по тел. 8017 265-34-15 (отдел профилактической дезинфекции Минского зонального ЦГиЭ).

Алгоритм действий при укусе клеща.

Если вас укусил клещ, незамедлительно обращайтесь в ближайшее лечебное учреждение для его удаления, туда же обращайтесь и при самостоятельном снятии. В обоих случаях вам должны оказать помощь и назначить профилактическое лечение.

При снятии клеща воспользуйтесь пинцетом, выкручивая против часовой стрелки, либо петель из хлопчатобумажной нити, стерильной иглой от одноразового шприца. Не в коем случае не применять растительное масло, это увеличивает риск заражения. После удаления клеща, место присасывания следует обработать любым дезинфицирующим средством.

Лицам, имеющим медицинские противопоказания к приему лекарственных средств врачом-инфекционистом в УЗ «Минская центральная районная клиническая больница» (по адресу: Минский район, д. Боровляны, ул. Фрунзенская д. 1 кабинет 112) выдается направление на лабораторное исследование клеща на бесплатной основе, в остальных случаях клеща можно исследовать на платной основе по адресам: ГУ «Минский зональный ЦГиЭ», Боровляны, Первомайская, 16а, тел. 8017 516-67-69, стоимость исследования – 6.98 бел. руб.; ГУ «Минский областной ЦГЭиОЗ», г. Минск, ул. П.Бровки, д. 9; ГУ «Минский городской ЦГиЭ», г. Минск, ул. П.Бровки, д. 13; ГУ «НИИ эпидемиологии и микробиологии», г. Минск ул.Филимонова, 23.

Профилактика.

В качестве специфической профилактики применяют вакцинацию против клещевого энцефалита, которая является самой надежной превентивной мерой. Обязательной вакцинации подлежат лица, работающие в эндемичных очагах (лесники, геологи и т.д.).

Для владельцев частных домов, особенно расположенных вблизи лесополосы, парковой зоны, а также дачников, есть возможность защитить себя и своих питомцев от клещей – провести акарицидную обработку приусадебного участка, а также прилегающей территории ранней весной и осенью (в периоды пиков активности клещей).

Государственное учреждение «Минский зональный центр гигиены и эпидемиологии» осуществляет обработку жилой территории от клещей на платной основе по заявлению граждан и юридических лиц. Перед обработкой возможно проведение исследования территории на заселенность клещами. Цена обработки зависит от площади территории, подлежащей обработке. Ориентировочная стоимость за 1000 м² (10 соток) – 63 бел. рубля. Более подробную информацию можно получить по тел. 8017 265-34-15 (отдел профилактической дезинфекции).

Следует знать, что для уменьшения численности клещей на территории проживания (дачи), а также повышения эффективности акарицидной обработки следует удалить валежник, провести вырубку ненужных кустарников и скашивание травы.

Позднякова Е.А., энтомолог

7 АПРЕЛЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ



Всемирный день здоровья – всеобщий праздник всех людей, придерживающихся основ здорового образа жизни, отмечается ежегодно 7 апреля в день создания в 1948 году Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ).

В 2021 Тема Всемирного дня здоровья – «Равный доступ и здоровье», слоган – «Построим более справедливый, более здоровый мир».

Тема выбрана не случайно. Как ярко продемонстрировала пандемия COVID-19, одни люди имеют возможность жить более здоровой жизнью и пользуются легким доступом к медицинским услугам, у других такой возможности нет. Все зависит исключительно от условий, в которых люди родились, выросли, живут, работают и стареют.

В 2021 году ВОЗ проводит кампанию, призывающую лидеров стран сделать так, чтобы каждый человек мог жить и трудиться в условиях, способствующих здоровью, а также обеспечивать всем людям повсеместный и своевременный доступ к качественным услугам здравоохранения.

Здоровье населения – не просто медицинское понятие. Установлено, что уровень состояния здоровья людей зависит от уровня здравоохранения и медицинского обслуживания только на 8-10%. Остальное формируется из множества иных факторов: экологической, экономической, социальной обстановки, исторически сложившихся традиций поведения, культуры питания, наследственности, и от отношения людей к себе, своему здоровью.

В Республике Беларусь в настоящее время разработана и принята к исполнению новая Государственная программа «Здоровье народа и демографическая безопасность» на 2021-2025 годы. Её реализация будет способствовать достижению индикаторов национальной безопасности страны в сфере здравоохранения и демографической безопасности, а также достижению на национальном уровне Целей устойчивого развития, объявленных Генеральной Ассамблеей Организации Объединенных Наций, в том числе Цели 3 «Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте», а также позволит и дальше развивать равный доступ различных категорий населения к современным услугам здравоохранения. Программой определены приоритетные направления в области охраны здоровья и демографической безопасности на 2021 – 2025 годы:

- разработка мер по укреплению репродуктивного здоровья, формированию культуры здорового образа жизни и здоровьесбережения;
- совершенствование системы поддержки семей с детьми, улучшение условий их жизнедеятельности, укрепление института семьи;
- развитие амбулаторно-поликлинической службы;
- переход от постатейного финансирования организаций здравоохранения к системе финансирования на основе достигнутых результатов;

- внедрение национальной системы медицинской аккредитации организаций здравоохранения;
- развитие здравоохранения регионов, в том числе межрегиональных и межрайонных центров.

Одним из глобальных мероприятий подпрограммы 2 «Профилактика и контроль неинфекционных заболеваний» является развитие национальной сети «Здоровые города и поселки», предусматривающее целый комплекс организационной работы по реализации государственного профилактического проекта «Здоровые города и поселки» для создания таких условий, чтобы физическая культура, правильное питание и душевное здоровье стали нормой каждого человека с детства.

Проект предполагает рациональное городское планирование, расширение услуг здравоохранения, доступа к безопасной транспортной системе, озеленение и оборудование общественных мест. Все это позволяет снизить смертность на дорогах, повысить качество предоставляемых услуг, качество воздуха, содействовать повышению физической активности населения. Здоровые города находятся в авангарде работы по эффективному, прозрачному и подотчетному межсекторальному управлению, которое требуется для достижения поставленных целей в области здравоохранения, обеспечения всеобщего охвата медико-санитарными услугами.

Предлагаем всем, кто небезразличен к собственному здоровью и здоровью будущих поколений, поддержать инициативу ВОЗ, принять участие в распространении информации в рамках Всемирного дня здоровья о развитии медицинских и профилактических технологий и услуг для различных категорий населения в целях сохранения и укрепления здоровья!

Подготовлено по материалам сайта rcherph.by



Издается ГУ «Минский зональный центр гигиены и эпидемиологии»
 Выпускается за собственные средства
 Распространяется бесплатно среди населения Минского района
 Выходит каждый последний понедельник месяца. Тираж 200 экз.
 Наш адрес: 223053, Минский р-н, д. Боровляны, ул. Первомайская, 16а
 Тел: 516 67 61, факс: 516 67 79, E-mail: info@minzchie.by
 Наш сайт: minzchie.by

Группа в социальной сети vk.com «На волне здоровья»

Ответственные за выпуск:

Ю.В.Митряйкина, заведующий отделением общественного здоровья
 Я.С.Яковлева, помощник врача-гигиениста отделения общественного здоровья

