

ВЕСТИНИК



7 апреля – Всемирный день здоровья (World Health Day) отмечается ежегодно в день создания в 1948 году Всемирной организации здравоохранения (World Health Organization, WHO). За время, прошедшее с того исторического момента, членами Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) стали 194 государства мира. Ежегодное проведение Дня здоровья вошло в традицию с 1950 года. Мероприятия Дня проводятся для того, чтобы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни. А здравоохранительные организации призваны решить вопрос, что им нужно сделать, чтобы здоровье людей во всем мире стало лучше.

Каждый год Всемирный день здоровья посвящается глобальным проблемам, стоящим перед здравоохранением планеты и проходит под разными девизами: «В безопасности твоей крови – спасение жизни многих», «Активность – путь к долголетию», «Беременность – особое событие в жизни. Сделаем его безопасным», «Защитим здоровье от изменений климата» и т.д.

Всемирный день здоровья – это глобальная кампания, которая направлена на привлечение внимания каждого жителя нашей планеты к проблемам здоровья и здравоохранения, с целью проведения совместных действий для защиты здоровья людей.



Тема 2014 года - «Маленький укус – источник большой опасности»

трансмиссивные болезни (лихорадка Денге, малярия, лейшманиоз, болезнь Лайма, клещевой энцефалит). Известно, что переносчиками инфекций являются небольшие организмы, такие как комары, клопы, клещи и пресноводные моллюски, которые могут передавать болезнь от одного человека другому и из одного места в другое. Соответственно, тем самым они создают угрозу для нашего здоровья и дома, и во время путешествий и поездок. Поэтому кампания по случаю Всемирного дня здоровья 2014 года направлена на распространение информации о некоторых основных переносчиках и болезнях, которые они вызывают, и о способах нашей защиты от них.

Характерным заболеванием для нашего округа является клещевой энцефалит, о котором и пойдет речь.



Клещевой энцефалит энцефалит весенне-летнего типа - вирусная инфекция, поражающая центральную и периферическую нервную систему. Тяжелые осложнения острой инфекции могут завершиться параличом и летальным исходом.

Основным резервуаром вируса клещевого энцефалита в природе являются его главные переносчики, иксодовые клещи, ареал обитания которых находится по всей лесной и лесостепной умеренной климатической зоне Евразийского континента. Несмотря на значительное число видов иксодовых клещей, реальное эпидемиологическое значение в нашем регионе имеет *Ixodes Ricinus* (европейский лесной клещ).

Для клещевого энцефалита характерна строгая весенне-летняя сезонность начала заболевания, связанная с сезонной активностью переносчиков. Инфицирование человека вирусом клещевого энцефалита происходит во время кровососания вирусиферных клещей. Кровососание самки клеща продолжается много дней, и при полном насыщении она увеличивается в весе 80–120 раз. Кровососание самцов длится обычно несколько часов и может остаться незамеченным. Передача вируса клещевого энцефалита может происходить в первые минуты присасывания клеща к человеку. Так же возможно заражение через пищеварительный и желудочно-кишечный тракты при приеме сырого молока коз и коров, зараженных клещевым энцефалитом.

Признаки клещевого энцефалита. Инкубационный период клещевого энцефалита длится в среднем 7-14 дней с колебаниями от одних суток до 30 дней. Отмечаются скоропреходящая слабость в конечностях, мышцах шеи, онемение кожи лица и шеи. Клинические проявления клещевого энцефалита многообразны, течение вариабельно. Болезнь часто начинается остро, с озноба и повышения температуры тела до 38–40°C. Лихорадка длится от 2 до 10 дней. Появляются общее недомогание, резкая головная боль, тошнота и рвота, разбитость, утомляемость, нарушения сна. В остром периоде отмечаются гиперемия кожи лица, шеи и груди, слизистой оболочки ротоглотки, инъекция склер и конъюнктив. Характерны мышечные боли, особенно значительные в группах мышц, в которых в дальнейшем обычно возникают парезы и параличи. Иногда им предшествуют онемение, парестезии и другие неприятные ощущения. С момента начала болезни может возникать помрачение сознания, оглушенность, усиление которых может достигать степени комы. Обычно характерна разной степени оглушенность (сопор). Тем не менее болезнь часто протекает в легких, стертых формах с коротким лихорадочным периодом. Нередко в месте присасывания клещей появляются разного размера эритемы. Однако, так называемая мигрирующая кольцевая эритема часто является клиническим маркером другой инфекции — клещевого боррелиоза или болезни Лайма, также переносимой клещами.

Плановая профилактика клещевого энцефалита. Людям, чья работа связана с пребыванием в лесу (геодезистам, лесникам, дачникам) надо сделать прививку против клещевого энцефалита.

Всемирный день здоровья 2016 года посвящен профилактике и лечению диабета.



Что такое диабет? Диабет – это хроническое и в большинстве случаев предотвратимое заболевание, которое может привести к развитию сердечно-сосудистой патологии, потере зрения, почечной недостаточности, потере конечностей и смертельному исходу. Оно возникает либо когда поджелудочная железа не вырабатывает достаточное количество инсулина, либо когда организм не может эффективно использовать выработанный им инсулин. Инсулин – это гормон, регулирующий уровень сахара в крови, который помогает нашему организму получать необходимое ему количество энергии. Существует два основных типа диабета. У больных диабетом 1 типа организм обычно вообще не вырабатывает инсулин и, чтобы выжить, им необходимо делать инъекции этого гормона. У больных диабетом 2 типа, на который приходится около 90% случаев этого заболевания, организм обычно вырабатывает инсулин, но в недостаточном количестве, или не

может надлежащим образом его использовать. Развитие диабета 2 типа обычно связывают с избыточной массой тела, нездоровым рационом питания и отсутствием достаточных физических нагрузок. Диабет – серьезная угроза общественному здоровью. Эпидемия диабета стремительно распространяется во многих странах мира, при этом в странах с низким уровнем доходов – особенно быстрыми темпами.

ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Осторожно, спайсы убивают!



Спайс (от англ. «spice» — специя, пряность) – разновидность травяной курительной смеси, в состав которой входят синтетические вещества, энтеогены (растения, в состав которых входят вещества психотропного действия) и обыкновенные травы. Появились спайсы в начале 21 века в Европе и продавались под видом благовоний.

К энтерогенам можно отнести следующие растения: крамом - *mitragyna speciosa*, калея закатичи - *callea zacatechichi*, йопо - уоро, орех кола - *cola*, гуарана катуаба, голубой лотос - *pumphaea caerulea*; сальвия - *salvia divinorum*; гавайская роза - *argyreia nervosa*.

Кроме того в состав спайсов входит специальное вещество JWH-018 (или синтетический каннабис), который в 5 – 6 раз вреднее натурального. (Вещество JWH-018 (1-pentyl-3-naphthoylindole) – одно из многих среди сотен других в серии JWH-xxx, разработанных в последние годы химиком John W. Huffman (откуда и пошло название – JWH) в научной лаборатории университета в Клемсоне, США. Первичной задачей ученого были синтезы аналогов ТГК (THC), активного компонента марихуаны. На JWH-018 получены американские патенты 7241799 и 6900236. Другие ученые, изучавшие действие нового наркотического препарата на рецепторы мозга CB1 и CB2, подтвердили примерно пятикратное превосходство JWH-018 над стандартным

тетрагидроканнабинолом (ТГК) при употреблении его людьми и животными.)

Виды спайсов. Под брендом Spice продаётся несколько вариантов курительных смесей, различающихся по силе действия, например: Spice Silver, Spice Gold, Spice Diamond (наиболее сильнодействующая)

Смеси расфасованы в пакеты размером приблизительно 5 на 7,5 см, содержащие по 1 грамму смеси. Розничная цена одного пакета в 2008 году составляла от 15 до 30 евро. Кроме того, обнаружены аналогичные смеси, продаваемые под брендами Yucatan Fire, Smoke, Skunk, Sence, Genie и K2

Правовой статус. Синтетические каннабиноиды, входящие в состав курительных смесей Spice, не входят в международные списки контролируемых веществ согласно Единой конвенции о наркотических средствах 1961 года и Конвенции о психотропных веществах 1971 года. В 2009 году, после обнаружения синтетических каннабиноидов в курительных смесях Spice, власти начали принимать меры по запрету этих соединений.

Республика Беларусь. С 7 апреля 2010 года Постановлением «О внесении изменения и дополнения в постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 28 мая 2003 г. № 26 Постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 10.03.2010 г. № 25», CP-47, 497, (CP-47, 497)-C6, (CP-47, 497)-C9, (CP-47, 497)-C8, HU-210, JWH-073, JWH-196, JWH-194, JWH-197, JWH-007, JWH-149, JWH-098, JWH-195, JWH-192, JWH-199, JWH-200, JWH-193, JWH-198, JWH-176, JWH-122, JWH-081, JWH-175, JWH-184, JWH-185, JWH-250, JWH-018, JWH-116 внесены в «Список 1 особо опасных наркотических средств и психотропных веществ, не используемых в медицинских целях»

Каковы же последствия курения спайсов? В первую очередь от употребления подобных курительных смесей страдает человеческая психика, воздействие на нее оказывается, так же как и при применении сильнодействующих наркотических веществ. При частом употреблении «спайса» появляются галлюцинации, тревога, рвота, чувство панического страха. Очень часто любители покурить спайса попадают в дурдом. Страдает так же и весь организм в целом: легкие, печень, фильтрующая нечистую кровь, мозг, и, так или иначе, ряд других органов. Очень пагубно воздействует курение спайса на мозг. Капилляры мозга, пытаясь не пропустить яд к «основному центру управления», резко сужаются. В результате кровь просто не может снабжать кровь кислородом. Как и любые другие клетки, клетки мозга, лишённые кислорода, просто погибают. Именно этот эффект и нравится подросткам – возникает ощущение легкости и беззаботности. Да, легкость наступает. Но стоит ли платить за несколько часов «счастья» своим мозгом?

У мужчин этот наркотик снижает потенцию, у женщин становятся нерегулярными менструации. В ряде случаев это приводит к бесплодию. Поэтому каждой девушке следует всерьез задуматься, прежде чем впервые попробовать spice, и решить, что же является для неё более приоритетным – получить несколько часов сомнительного удовольствия или же в будущем иметь возможность создать нормальную семью. Человек «превращается в овощ». В отличие от растительных препаратов, допустим, конопли, действие курительных миксов на человеческий организм в 5...10 раз сильнее. Практически сразу после их принятия наступают мощнейшие галлюцинации, которые могут привести к трагическим последствиям, например, возникнет желание броситься под колеса автомобиля или выпрыгнуть из окна 10-этажного дома. Беда в том, что миксы для курения становятся первым шагом на пути перехода к более тяжелым наркотикам.



ВЕСТНИК информационно-пропагандистского кружка « ГЛОБУС»

Редакция: информационно-пропагандистского кружок «ГЛОБУС»,
руководитель Л.Я.Рубин

Дизайн: кружок цифрового творчества Креативгруппа

«Мастер Мультимедиа», руководитель Д.Ю.Гаврикова