

ТАЛДАУ ХАБАРШЫСЫ

Талдықорған



Республиканская информационно - медицинская газета

№ 6 (368)

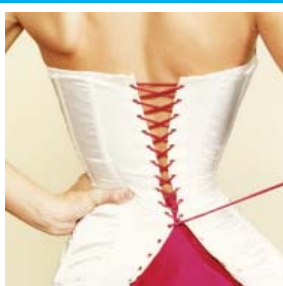
15 февраля 2018 года

E-mail: darigeralm@mail.ru

Газета выходит с 20 октября 2010 года



Здоровье и знания - Ваше процветание!



ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ ИЗ ЖИЗНИ - 12

Сильно затянутый корсет и большое количество браслетов на руках в Англии периода правления Тюдоров считались признаком девственности...

Стр. 2



100 ДВОРОВ ОТРЕМОНТИРУЮТ В ТАЛДЫКОРГАНЕ

Аким области Амандык Баталов принял участие в итоговой отчетной встрече акима города Талдықорған Бағдата Карасаева, которая состоялась в Выставочном...

Стр. 3



ЗАСЕДАНИЕ КЛУБА ИЗБИРАТЕЛЕЙ В АЛМАТЫ

...В Республике Казахстан выборы Президента соседнего государства также будут проходить 18 марта. Для чего Российской стороной...

Стр. 3

ЧЕРНОБЫЛЬ АРДАГЕРЛЕРІ МАРАПАТТАЛЫП, ҚҰРБАНДАРЫНА ТАҒЗЫМ ЕТІЛДІ

ЕРЛІККЕ ТАҒЗЫМ

7-бетте



ТАЛДЫҚОРҒАН ҚАЛАЛЫҚ ҚОҒАМДЫҚ ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ...

Талдықорған қалалық қоғамдық денсаулық сақтау басқармасымен 2017 жылы қала тұрғындарының арасында санитариялық-эпидемиологиялық...

4-бетте



ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ - ЗДОРОВАЯ НАЦИЯ!

...Медицинские специалисты ВА Кендала, относящихся к ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ - во главе с зав. амбулаторией Карамшук М.А. решили из положенных...

Стр. 6



СКРИНИНГ - ЭТО ВАЖНО

ПРОФИЛАКТИКА ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

...В рамках декадника сотрудниками Талгарской ЦРБ было проведено: Семинар для медицинских работников, ротация лекции по профилактике...

Стр. 6

ТАЛДАУ ХАБАРШЫСЫ

Талдықорған



Республиканская информационно - медицинская газета

№ 9 (371)

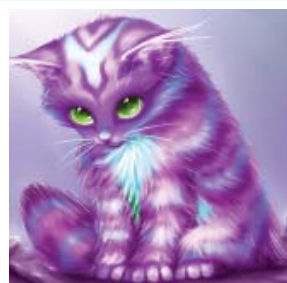
7 марта 2018 года

E-mail: darigeralm@mail.ru

Газета выходит с 20 октября 2010 года



Здоровье и знания - Ваше процветание!



ЭКСТРАСЕНСОРНЫЕ СПОСОБНОСТИ ЖИВОТНЫХ

Давно уже не секрет, что биополе домашних животных весьма благотворно действует на человека. Сейчас уже трудно сказать, то ли это...

Стр. 2



КОНФЕРЕНЦИЯ О ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО ПРИОБРЕСТИ

2 марта с.г. в Центре обслуживания молодежи города Талдықорған прошла конференция, организованная Алматинским областным Центром...

Стр. 3



АРДАҚТЫ ӘЖЕЛЕР, АБЗАЛ АНАЛАР, АЯУЛЫ ҚАРЫНДАСТАР!

Табиғат тіршілігі көктемнен басталса, адамзат өз өмірінің бастауын - Анадан алады. Сіздерді көктемнің күн нұрын төккен шуақты мерекесі - 8 Наурыз...

4-бетте

МЕРЕКЕЛЕРІҢІЗБЕН, ҚЫМБАТТЫ ӘЙЕЛДЕР!

Бауыржан Ербозымұлы Ысқақ, Алматы облыстық денсаулық сақтау басқармасы басшысының міндетін атқарушы

3-бетте



"ТУБЕРКУЛЕЗ СІЗДІҢ БИЗНЕСІҢІЗГЕ ҚАУІП ТӨНДІРМЕЙДІ" - АКЦИЯ

02.03.2018 ж. Жамбыл ауданында Аудандық орталық аурухана директоры Д.Ө Молдақалыкованың бастауымен Халыққа қызымет көрсету орталығы...

4-бетте



ЗИЯТКЕРЛІК МЕНШІК ҚҰҚЫҒЫН ҚОРҒАУ МӘСЕЛЕСІ

Қазақстан тәуелсіздік алғаннан бастап, дүние жүзілік қауымдастықтың толыққанды мүшесі болды, сол арқылы халықаралық...

5-бетте



ҰСТАЗ, ҒАЛЫМ, ТӘЛІМГЕР

Өлемдегі тұңғыш теңдесі жоқ физика ғылымындағы қос жаңалық иесі-Ілияс Жансүгіров атындағы Жетісу мемлекеттік Университетінің профессоры, педагогика...

7-бетте

А.К. Нургалиева, главная медсестра
ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ

МЫ ЗА МИР БЕЗ КОРРУПЦИИ



Сегодня во всем мире приобрело широкое распространение такое явление, как коррупция.

В связи с увеличившимися фактами коррупции во всем мире приобрела актуальность тема борьбы с ней, перед государствами встали такие вопросы, "что такое коррупция?" и какими методами бороться, "как победить коррупцию?". В рамках такого понятия, как - борьба с коррупцией, разрабатываются различные программы по предотвращению негативного явления.

В нашей республике существует закон Республики Казахстан "О борьбе с коррупцией", так же существуют различные программы по борьбе с коррупцией, в частности Государственная программа борьбы с коррупцией принята в соответствии с Указом Президента Республики Казахстан. Еще одной программой, действующей сегодня является - Отраслевая Программа по противодействию коррупции на 2015-2025 годы, утвержденной постановлением Правительства. Так же в уголовном кодексе Республики Казахстан от 16.06 1997 года предусмотрена целая глава коррупционным и иным должностным преступлениям.

Под коррупцией в настоящем Законе понимается не предусмотренное законом принятие лично или через посредников имущественных благ и преимуществ лицами, выполняющими государственные функции, а также лицами, приравненными к ним, с использованием своих должностных полномочий и связанных с ними возможностей либо иное использование ими своих полномочий для получения имущественной выгоды, а равно подкуп данных лиц путем противоправного предоставления им физических и юридических лицами указанных благ и преимуществ.

21 и 22 мая 2018 г. в ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ совместно с НПО по правовой защите пенсионеров, инвалидов и молодежи, участием депутатов Маслихата, СМИ, отделом внутренней политики проведен круглый стол с последующим семинаром для сотрудников Талгарской ЦРБ.

Тема - разъяснительная работа, по заказу ГУ Внутренней политики, тема: Борьба с коррупцией. Участники: Администрация Талгарской ЦРБ, заведующие и старшие медсестры всех подразделений Талгарской ЦРБ, СМИ,



НПО, отдел внутренней политики г. Талгар, представители маслихата.

После регистрации участников, директор Талгарской ЦРБ Кульсеитов Н.Г. открыл круглый стол, объявил и важность рассматриваемого вопроса.

Пресс-секретарь Талгарской ЦРБ Литвинова Н.В. показала презентацию - борьба с коррупцией, правонарушения, создающие условия для коррупции, и ответственность за них.

Далее Гульнара Кенесовна Жакупова (зам. директора) зачитала справку, какая работа проведена в антикоррупционном направлении среди сотрудников ЦРБ. И что во



время проверки деятельности всех подразделений ЦРБ нарушений выявлено не было. Что с введением цифровизации вся работа медиков стала абсолютно прозрачной. Так же для того чтобы быть ближе к людям администрация ЦРБ всегда доступна для населения через социальные сети и у нас постоянно работает СПП (служба поддержки пациентов).

Нурлан Габбасович, Кайрат Каримович и Гульнара Кенесовна ответили на все вопросы, которые прозвучали от прессы и членов НПО. Одним из злободневных вопросов в последнее время стоит лекарственное обеспечение для диспансерных пациентов и для тех, кто получает лечение в дневном стационаре.

Лидер "Общественное объединение по социальной и правовой защите пенсионеров, инвалидов и молодежи" Молчанова Л.С. зачитала выдержки из законодательства РК. Помогла разобраться в таких понятиях как: коррупция, взятка, подкуп и т.д. Так же выступил депутат маслихата Исабаев К.К.

Пожеланием от СМИ газеты "Талгар" Ф. Ержановой была просьба чаще информировать население не только через соц. сети, так как люди старого поколения не все освоили работу с интернетом, а через газеты и местные радиостанции, тогда меньше будет недопонимания со стороны населения.

В свою очередь Карамшук М.А. председатель профкома ЦРБ и зав. ВА Кендала поделилась опытом работы с населением, надо отметить, что ВА Кендала одно из лучших подразделений Талгарской ЦРБ, которое имеет полное взаимопонимание с народом и не имеет жалоб от него. В ВА Кендала за каждой медсестрой закреплен определенный участок на котором они должны стать членами каждой семьи, заслужить их полное доверие и предугадать все потенциальные проблемы, для того чтобы решить любой вопрос прежде чем он может появиться.

Завершилась встреча выступлением Кульсеитова Н.Г. такими словами: - Нами сделано очень много, но предстоит еще больше! Мы всегда открыты для людей. И хочется всех призвать к солидарной ответственности за свое здоровье. Ведь ваше здоровье не только в наших руках, но и в вашем отношении к собственному здоровью.

Подготовила А.С. Нсанбаева, врач-организатор ЗОЖ службы г. Есик

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ И Я!



Енбекшиказахским центром ЗОЖ совместно с ЕМК провели тренинг посвященный Всемирному Дню психического здоровья.

Тренеры: психолог ЕМК Нуртлеуова Ж.Ж и врач по ФЗОЖ Нсанбаева А.С. Участники тренинга учащиеся 3 курса сестринского отделения. Участникам были даны задания:

как понимают, что такое психическое здоровье, тревожные признаки ухудшения психического здоровья, какие советы могут дать для укрепления психического здоровья. Все высказывания участников записывали на доске, затем тренера корректировали, показывали, как правильно поступить в таких или других ситуациях. Уча-



стниками провели эмоциональную игру: развязывание живого цепочек, где все встали в круг, взялись двумя руками, крест накрест и должны были развязать эту цепь, встав кругом, взявшись с ладонями по порядку. Основная цель этой игры, это показать, что не бывает нерешенных проблем, что в какой бы ситуации не находился чело-



век, он должен реализовать свои способности, должен противостоять жизненным стрессам, усиленно работать и чудо откроет путь к решению проблемы. Тренинг прошел на высоком уровне, работники ЗОЖ службы раздали информационно-образовательные материалы по сохранению психического здоровья и аспектам ЗОЖ.

В ТАЛДЫКОРГАНЕ - ДЕНЬ ПАМЯТИ ЛЮДЕЙ, УМЕРШИХ ОТ СПИД



25 мая 2018 года на базе Талдықорганской городской поликлиники №1 проведен День открытых дверей в целях информирования жителей о ВИЧ, СПИД ко Дню памяти людей, умерших от СПИД. День памяти людей, умерших от СПИД по решению ВОЗ назначен на третье воскресенье мая.

Цель мероприятия привлечение внимания населения к этой проблеме, а также профилактика ВИЧ, СПИД и социальная защита ВИЧ инфицированных. Жители получили информацию по интересующим вопросам. Была проведена консультация врачей и психологов. Охват - 57 человек.

Әділбек Айдана Талғатқызы, педагог-валеолог кабинета ЗОЖ ГКП на ПХВ "Талдықорганская городская поликлиника №1"

ПОДПИСНОЙ
ИНДЕКС ГАЗЕТЫ
"ТАЛДАУ
ХАБАРШЫСЫ
ТАЛДЫҚОРҒАН"
6 4 3 8 3

ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ - ЗДОРОВАЯ НАЦИЯ!



Высшая ценность государства - здоровье нации всегда было и остаётся одной из важнейших социальных задач.

И кто как не мы медицинские работники должны быть первыми, кто направит наше подрастающее поколение в нужное русло, научит методам профилактики, мотивирует к ЗОЖ.

Продолжительность жизни в современном мире во многом зависит от достижений науки и технологий, в частности от уровня развития, но так, же от образа жизни, экологии, вредных привычек, стресса, от навыков гигиены, физической активности, правильного питания, от правильности режима труда и отдыха.

Поэтому очень важно работать в этом направлении начиная с детских садов, переходя по следующей ступени в ОСШ и далее в колледжи и высшие учебные заведения. Только в этом случае мы получим здоровую и полноценную молодежь, которая будет здоровым поколением.

Еще с советских времен во всех государственных медучреждениях существовала санитарно- просветительная работа с населением. Каждый медработник, включая и узкие специальности, должен был посвящать этому благому делу четыре часа в месяц. В данное время пропаганда ФЗОЖ стало уделяться еще больше значения и внимания. Так же остались четыре часа для



профилактической работы, но качество и подход к выработке мотивации у населения принципов ЗОЖ, и уделению профилактики заболеваний поменялся в корне. Если раньше это было 4 лекции у врачей и 8 бесед у средних медработников ежемесячно, то сейчас это семинары, тренинги, дебаты. круглые столы, конференции, акции, ролевые игры, мастер классы, спортивные мероприятия, флэш-мобы, с показом презентаций, роликов, фильмов и раздачей ИОМ. Расширилась и целевая аудитория, мы охватываем население уже с детского возраста, начиная с детских садов. Что делает меры профилактики более действенными и плодотворными.

Так медицинские специалисты ВА Кендала, относящихся к ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ - во главе с зав. амбулаторией Карамшук М.А. решили из положенных четырех часов в месяц по ФЗОЖ, выделять часы для работы со школьниками. В селе Кендала Талгарского района находится 4 ОСШ, с общим количеством 3300 учеников.

Вот что говорит по этому поводу Карамшук М.А.: "Не смотря, что в школах работают свои валеологи и психологи, все же медработники это то звено, к которому прислушиваются особо внимательно, и которые донесут нужную информацию школьникам более профессионально. Поэтому мы коллективом решили взять своеобразное шефство над школами в свои



руки. При таком контакте с ребятами, мы ведем не просто профилактическую работу, а именно на личном примере показываем, как и что надо делать, чтобы быть здоровым, мы не просто рассказываем и показываем презентации, а вместе с детьми делаем зарядку, или участвуем во флэш мобе. Таким образом, вырабатывая доверие к медикам и медицине, в общем. Направляя наших детей в здоровое будущее".

Так в феврале в с.Кендала были охвачены все школы и проведены мероприятия по профилактике вирусного гепатита "А", так как он имеет осенне-зимнюю сезонность.

В рамках декадника по профилактике онкологии были проведены семинары по борьбе с вредными привычками и по здоровому питанию, потому что это факторы риска которые немало важны в профилактике рака. Наши дети - наше будущее! А наша общая цель "Здоровые дети - здоровая нация!"

Дарите друг другу тепло и улыбки.

Прощайте обиды, чужие ошибки.

Улыбка всесильна и стоит награды.

Будьте здоровы! И все кто вам близки!

Ж.С. Исаева, главный специалист отдела эпидемиологического надзора РГУ Талгарское управление охраны общественного здоровья



Чистота - залог здоровья



ПРОФИЛАКТИКА ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ



Вместе против рака!

ОСШ №1 г.Талгар



скрининг - это важно



День открытых дверей Профилактика онкологических заболеваний



ОСШ №3 г.Талгар

У большинства людей слово "онкология" вызывает страх, ведь эта область медицины имеет множество "белых пятен", а число таких заболеваний ежегодно растет.

До сих пор нет единого мнения о причинах развития данной патологии. Это могут быть вирусные инфекции, канцерогены из еды или воздуха, наследственная предрасположенность и постоянные стрессовые ситуации. Как противостоять всему этому и не заболеть? Какие профилактические мероприятия наиболее эффективны в 21 веке?

Первичная профилактика онкологических заболеваний: Это система мер, направленная на ликвидацию неблагоприятных факторов из внешнего мира и образа жизни человека, а также на повышение естественных средств защиты организма.

- отказ от курения значительно снизит риск развития рака легкого (почти на 90%), других органов - на 30-50%;
- уменьшение количества потребляемого алкоголя снижает вероятность заболевания раком пищеварительных органов на 40%, молочной железы - на 25%, простаты - на 60%;

- здоровое питание - отказ от продуктов из переработанного мяса (сосиски, колбасы, копчености), красного мяса, сладких газированных напитков существенно уменьшает риск заболевания раком кишечника, поджелудочной железы, желудка. В ежедневный рацион необходимо включить овощи и фрукты как источник антиоксидантов (витамины А, С, Е) и биофлавоноидов;
- следить за весом - лишние килограммы повышают шансы развития опухолевых заболеваний;
- избегать чрезмерного пребывания на открытом солнце и в солярии, необходимо пользоваться солнцезащитными средствами;
- прибегать к помощи специалистов в случае психической катастрофы - стрессы, длительные подавленные состояния, депрессии.

Медико-генетические меры - это выявление семей с высокой частотой онкологической патологии у близких родственников. Наследственная предрасположенность - это повод для регулярного наблюдения за такими пациентами.

Иммунологические мероприятия - это прививочные кампании против установленных возбудителей онкологии (например, против вируса папилломы человека).

Вторичная профилактика: Это выявление предраковых состояний и опухолевых процессов на начальных стадиях. Сюда относится диспансеризация населения, которая проводится в рамках ежегодного обследования определенных возрастных категорий с целью определения групп повышенного риска. Скрининговые тесты - это ежегодная маммография для женщин старше 40 лет, обследование простаты у мужчин с этого же возраста, ежегодная флюорография всех граждан, колоноскопия с 50 лет и другие исследования, которые назначит доктор. Возможен индивидуальный график скрининга в зависимости от наследственности, имеющихся факторов риска и наличия жалоб.

Третичная профилактика: Это профилактика для лиц, прошедших курсы лечения по поводу выявленной онкопатологии и находящихся в стадии ремиссии. Принципы те же, что и для вторичной - это предупреждение и раннее выявление

возможных рецидивов. С этой целью больной должен проходить осмотры по графику и получать против рецидивную терапию.

Сейчас уже достигнут огромный прогресс в лечении онкологических недугов. Задача каждого - помочь себе и близким предотвратить наступление трагедии. Соблюдение профилактических рекомендаций безопаснее и легче, чем лечение уже развившегося заболевания.

В рамках декадника сотрудниками Талгарской ЦРБ было проведено:

- Семинар для медицинских работников;
- Ротация лекции по профилактике рака на 2-х языках через радиорубку на Центральном рынке г. Талгар;
- Дни открытых дверей (5, 8, 9 февраля);
- Семинар для студентов УТМК;
- Семинары для учащихся ОСШ №1, ОСШ №3, ОСШ №4, ОСШ №7;
- Семинар тренинги по профилактике и само профилактике РМЖ (всего три тренинга);
- Лекция с раздачей ИОМ и ответами на вопросы, в школе студии ногтевого сервиса "Сион".

Н.В. Литвинова, кабинет ФЗОЖ ГКП на ПХВ Талгарской ЦРБ

ТАЛДАУ ХАБАРШЫСЫ

Талдықорған



Республиканская информационно - медицинская газета

№ 21 (383)

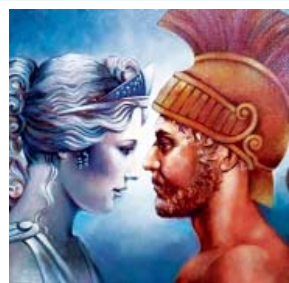
31 мая 2018 года

E-mail: darigeralm@mail.ru

Газета выходит с 20 октября 2010 года



Здоровье и знания - Ваше процветание!



ВОСЕМЬ МИФОВ О ЖЕНЩИНАХ

Сколько мы живем, столько и знаем: мужчина охотился на мамонтов, женщина заботилась о детях и собирала ягоды. Но теперь археологи выяснили...

Стр. 2



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ "РУХАНИ ЖАҒҒЫРУ"

За широкое освещение реализации программы "Рухани жаңғыру" 21 журналист в Алматинской области впервые был награжден специальной...

Стр. 3



МЕНИНГОКОКК ЖҰҚПАЛЫ АУРУЫ ТУРАЛЫ

Менингококк жұқпасы - Ми қабының ауруын-туғызушы - микроб (niseria meningitidis) жедел, адамнан - адамға ғана ауа арқылы жұғатын ауру...

4-бетте

НӘТИЖЕЛІ ЕҢБЕКТЕРІ АЙҚЫН КӨРІНУДЕ

7-бетте



ЖЕМҚОРЛЫҚ ДЕНДЕГЕН ОРТАДА ДАМУ БОЛМАЙДЫ

Елбасының кейінгі екі Жолдауы мемлекетті жаңа заманға, қарқынды дамуға бейімдеуімен есте қалып отыр. Себебі, әлемнің бүгінгі саясатының өзі...

5-бетте



МЫ ЗА МИР БЕЗ КОРРУПЦИИ

21 и 22 мая 2018 г. в ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ совместно с НПО по правовой защите пенсионеров, отделом внутренней политики...

Стр. 6



ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ И Я!

Еңбекші қазақским центром ЗОЖ совместно с ЕМК провели тренинг посвященный Всемирному Дню психологического здоровья...

Стр. 6



О ТУБЕРКУЛЕЗЕ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ

В РК 24 февраля стартовал месячник по профилактике туберкулеза. "Защити себя от туберкулеза!", приуроченный к Всемирному Дню борьбы с туберкулезом, который ежегодно отмечается 24 марта.

Основной задачей Национальной программы "Защити себя от туберкулеза!" является информирование населения о мерах личной и общественной профилактики туберкулеза, о первых признаках туберкулеза, об опасности и тяжелых последствиях заражения туберкулезом, воспитание солидарной ответственности за здоровье; выработка навыков самосохранительного поведения, осознание необходимости обязательного прохождения профилактических обследований.

Туберкулез (от лат. tuberculum - бугорок) - волнообразно протекающая хроническая инфекционная болезнь, характеризующаяся различной, но преимущественно легочной локализацией, полиморфизмом клинических проявлений, интоксикацией и аллергизацией организма. Наряду с легоч-



Акция по профилактике туберкулеза

ным туберкулезом возможно развитие и внелегочных форм, поскольку туберкулез способен поражать все органы и ткани человеческого организма, исключая только ногти и волосы.

ВАЖНАЯ ОСОБЕННОСТЬ МИКОБАКТЕРИЙ ТУБЕРКУЛЕЗА

После первичного заражения может не наступить никаких заметных проявлений болезни и в большинстве случаев заболевание не развивается, однако, туберкулезная микобактерия может длительное время (годы, десятилетия) выживать в организме, не причиняя ему вреда, сохраняя свои свойства возбудителя туберкулеза. Такое состояние относительного равновесия может нарушиться в пользу возбудителя при снижении защитных сил организма (ухудшение социальных условий жизни, недостаточное питание, стрессовые ситуации, старение, сопутствующие заболевания). Вот почему, заразившись в детском (подростковом) возрасте, взрослый и даже пожилой человек может заболеть туберкулезом, хотя инфицирование наступило полвека назад и более. Поэтому у детей и лиц молодого возраста заболевание, как правило, наступает вследствие попавшей извне инфекции, а у большинства взрослых и пожилых - чаще в результате реактивации инфекции, дремавшей в организме в течение длительного времени. Однако роль внешнего заражения остается актуальной для людей любого возраста. Источником туберкулеза чаще всего является больной человек, который иногда даже не знает о болезни, т.к. туберкулез может протекать под видом обычной простуды, длительно не вылечивающейся пневмонии, а иногда без каких-либо проявлений, поэтому при туберкулезе особое значение имеет проведение профилактических осмотров и раннее выявление туберкулеза.

КАК ПРОИСХОДИТ ЗАРАЖЕНИЕ?

Пути проникновения инфекции чаще всего - дыхательные пути. Бациллы, которые в огромном количестве выбрасываются больными с мельчайшими капельками слизи, образующими своеобразные аэрозоли при кашле, чихании, и даже громком разговоре. При испарении капелек слизи микобактерии туберкулеза остаются в воздухе до нескольких часов, оседая на мельчайших частичках пыли. Вды-

О туберкулезе - должен знать каждый!



хание таких "аэрозолей" обуславливает попадание микобактерий туберкулеза в дыхательные пути здоровых людей, после чего начинается борьба между микробом и организмом. Реже заражение наступает и

ют высокой заразительной способностью и для заражения достаточно проникновения в организм всего от 1 до 5 микобактерий.

ПРИЗНАКИ ТУБЕРКУЛЕЗА

Туберкулез может начинаться дос-



Акция по профилактике туберкулеза
На центральном рынке г.Талгар

при употреблении в пищу молочных продуктов от больных туберкулезом животных. Могут быть и другие крайне редкие пути проникновения инфекции (через кожу, миндалины), в исключительных случаях возмож-

таточно быстро, а может протекать, совершенно не влияя на самочувствие больного, однако в большинстве случаев он развивается постепенно и для него характерны следующие проявления:



ОСШ № 3 г.Талгар

но внутриутробное заражение плода у больных туберкулезом беременных женщин.

Воздушно-капельная инфекция является наиболее опасной, при которой микобактерии туберкулеза по-

- быстрая утомляемость и появление общей слабости особенно в вечернее время;
- снижение или отсутствие аппетита;
- повышенная потливость, особен-



ОСШ № 7
г.Талгар

Защити себя от туберкулеза

падают в дыхательные пути здоровых людей от кашляющих больных. Микобактерии туберкулеза облада-

но в ночное время;
- потеря веса;
- незначительное повышение темпе-

ратуры тела;

- появление одышки при небольших физических нагрузках;
- кашель или покашливание с выделением мокроты, слизистой или слизисто-гнойной, как правило, в значительном количестве, возможно с кровью.

Меры профилактики туберкулеза

1.Здоровый образ жизни:

- правильное питание (достаточное употребление в пищу мяса, молочных продуктов, овощей и фруктов);
- регулярная физическая активность;

- полноценный отдых;

- отказ от курения, алкоголя, наркотиков.

2.Соблюдение правил личной гигиены (мытье рук, посуды с использованием моющих средств и проточной воды), влажная уборка и проветривание жилых помещений.

3.Обязательная термическая обработка мяса и молока.

4.Пользование индивидуальными гигиеническими средствами и посудой.

5.Обязательная вакцинация БЦЖ



Акция на центральном рынке г.Талгар
"Пройди флюорографию!"

при рождении и ревакцинация в 6-7 лет.

6.Регулярно проходить флюорографическое обследование

7.Своевременная диагностика туберкулеза и завершение полного курса лечения.

Так в Талгарском районе в профилактических целях были проведены:

- Круглый стол под девизом "Туберкулез не влияет на ваш бизнес" "При своевременном выявлении и лечении ТБ полностью излечим"

- Акция на центральном рынке с передвижной флюорографией, раздачей ИОМ, измерением АД, анонимный экспресс - тест на ВИЧ, экспресс-определение уровня глюкозы в крови.

- Акция в ЦОНе г. Талгар с передвижной флюорографией, раздачей ИОМ, измерением АД, анонимный экспресс - тест на ВИЧ, экспресс-определение уровня глюкозы в крови.

- Семинар для медицинских работников.

- В ОСШ № 1, в ОСШ № 2, в ОСШ № 3, в ОСШ № 5, в ОСШ № 7, в ОСШ № 9, в ОСШ № 49, проведены семинары, конкурсы рисунков, спортивные мероприятия по профилактике ТБ, с охватом 0 -11 классов.

До конца месячника планируется охватить остальные школы, а так же подготовить волонтеров из числа молодежи по принципу "Равный равному". Провести день открытых дверей.

Потому что

О туберкулезе должен знать каждый.

И что при своевременном выявлении и лечении ТБ полностью излечим.

Будьте здоровы!

**Н.В. Литвинова, кабинет ФЗОЖ
ГКП на ПХВ Талгарской ЦРБ**



ТАЛДАУ ХАБАРШЫСЫ

Талдықорған



Республиканская информационно - медицинская газета

№ 24 (386)

21 июня 2018 года

E-mail: darigeralm@mail.ru

Газета выходит с 20 октября 2010 года



Здоровье и знания - Ваше процветание!



КОМПЬЮТЕРНЫЙ ВИРУС "666"

Но вирус может быть также и непосредственным убийцей, как это случилось во Франции. Оператор умер прямо за экраном компьютера от кровоизлияния в мозг...

Стр. 2



ҒАЛЫМДАРДЫҢ ПАЙДАЛЫ ДӘРІСІ

Елімізде жүріп жатқан "Денсаулық" мемлекеттік бағдарламасы аясында Алматы облыстық денсаулық басқармасы еліміздің жетекші жоғарғы...

3-бетте



ПОСТИНСУЛЬТНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ПАЦИЕНТОВ

Ежегодно в Казахстане происходит более 49 000 инсультов, зарегистрировано 275000 инвалидов после ОНМК. 15500 казахстанцев...

Стр. 3

МЕДИЦИНА ҚЫЗМЕТКЕРЛЕРІНІҢ МЕРЕКЕЛІК САЛТАНАТЫ

7, 8-беттерде

МЕРЕКЕЛЕРІМІЗБЕН МЕДИЦИНА ҚЫЗМЕТКЕРЛЕРІ!



ЭХИНОКОККОЗ СЫРҚАТЫ ЖАЙЛЫ НЕ БІЛЕМІЗ?

Эхинококкоз аурушандығы халық арасында кездесетін - созылмалы түрде өтетін ауыр ағымды әлеуметтік маңызы бар, табиғи-ошақтық биогельминтоз...

4-бетте



ҚОРҚОР ТARTУ ҚАНШАЛЫҚТЫ ҚАУІПТІ?

Қазіргі кезде көпшілігіміз қорқорды зиянсыз ермек деп санаймыз. Қорқордың денсаулыққа зияны жоқ, ал сулы сүзгіш түтінің токсиндерін тазартады...

5-бетте



МЕДИЦИНСКИЙ РАБОТНИК - НЕ ПРОСТО ПРОФЕССИЯ

В Талгарской ЦРБ мероприятия празднования Дня медицинского работника было подготовлено и проведено командой председателя профсоюзного комитета...

Стр. 6

МЕДИЦИНСКИЙ РАБОТНИК - НЕ ПРОСТО ПРОФЕССИЯ



День медика - светлый праздник, это главный праздник для десятков тысяч врачей, фельдшеров, медсестер, санитаров, лаборантов и всех, кто связан со здравоохранением.



Медицина - это, прежде всего, люди.

Сложно переоценить роль медиков в нашей жизни. Нужно иметь огромное мужество, чтобы работать в условиях дефицита средств, медикаментов, зара-



В Талгарской ЦРБ мероприятия празднования Дня медицинского работника было подготовлено и проведено командой председателя профсоюзного комитета - Карамшук М.А.



ботной платы, уровень которой не соответствует тому вкладу, который вы вносите в сохранение здоровья горожан.

Поэтому в этот день мы искренне чувствуем всех, кто связал свою судьбу с



Место проведение: Мәжіліс залы
Время проведения: 15.06.2018 г. Начало - 08:00

Торжественное собрание, посвященное празднованию Дня медицинского



одной из самых благородных и гуманных профессий, кто день и ночь стоит на страже жизни и здоровья наших граждан. Во многом благодаря энтузиазму и настойчивости в нынешних экономических



работника, началось с поздравления ведущими всех собравшихся на двух языках, и с предоставления слова директору Талгарской ЦРБ Кульсеитову Н.Г. Далее прозвучали стихи на двух язы-



ЖИЗНЬ ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫХ ВРАЧЕЙ



Токтарова Гульбика Гаязовна родилась 05.12.1955 г. в селе Аксу, Аксуского района Алматинской области.

В 1973 году успешно окончив среднюю школу, не поступив в медицинский институт работала санитаркой здравпункта села, затем 1974 году вновь сдала документы в мединститут и вновь не поступила по набранным баллам, тогда решила поступить в медучилище г.Караганды, но мечта стать врачом не отпускала и в 1976 году снова сдала документы в Карагандинский медицинский институт, на этот раз успешно сдав вступительные экзамены, была зачислена на факультет лечебное дело. В 1982 году закончила названный ВУЗ после прохождения годичной интернатуры начала трудовую деятельность вра-

чих условиях удалось освоить передовые методы профилактики и лечения заболеваний. И это во многом заслуга медиков, всех, от профессора до санитарки.

Затем Нурлан Габбасович вручил грамоты отличившимся медицинским работ-

дился в преддверие праздника в областном центре городе Талдықорған, и наша коллега Карамшук Мадина Аскеровна была удостоена заслуженного 1-го места!

никам.

После этого были оглашены результаты по спартакиаде, приуроченной ко Дню медицинского работника, которая проводилась 9 июня 2018 г. и общественно-

В 15.00. все медики были приглашены в ДК г. Талагр для поздравления с профессиональным праздником от сотрудников акимата.

В день медицинского работника жела-

му смотрю. Всем победителям были вручены грамоты и ценные подарки.

Торжественная часть была закончена праздничным концертом и общим футболом для медицинских работников всех

ем,

Всем медикам: медсестрам, докторам, Чтобы с улыбкой на работу вы шагали. И с настроением хорошим по утрам. Чтоб пациенты очередь не ждали,

подразделений организованным профсоюзом Талгарской ЦРБ.

Накануне мы были порадованы результатами конкурса "Лучший сельский врач Алматинской области", который прово-

Чтоб времени помочь хватало всем, Чтоб вам спокойно жизни доверяли, И не было с лекарствами проблем.

Г.К. Жакупова, заместитель директора ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ

СЕЛЬСКОЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

почетными грамотами областного отдела здравоохранения и районного Акимата. Замужем, вырастила и воспитала 3-х сыновей.





В преддверии особого праздника 8 марта, на экранах телевизора и в других средствах массовой информации идут постоянные обсуждения о роли женщины в современном обществе.



Если говорить про сам праздник - восьмое марта, то этот день пришел к нам из Древнего Рима. В первые дни марта там отмечался праздник поклонения богине материнства и детства. Во время великой французс-



В коллективе Талгарской ЦРБ были проведены праздничные мероприятия, приуроченные к празднованию Международного женского дня - 8 марта. Дата проведения: 07.03.2018 года.



Согласитесь, что раньше был сложен стереотип определения женщины, как слабого пола, в обязательства которого входил дом, быт и семья. Но постепенно это мнение исчезает, и сегодня женщины активно



кой революции, парижане вышли на улицы, требуя помимо свободы, равенства и братства, избирательных прав для женщин.

С тех пор вся женская половина общества имеет рав-



Место проведения: ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ - Мажилис - зал. Начало: 12.00 часов. Которые состояли из торжественной части, где муж-



участвуют в социальной и политической жизни общества.

Почему же роль женщины в современном обществе становится такой актуальной?



ные права с мужчинами. Каждая женщина, независимо от возраста, обожает получать подарки ну и, конечно же, 8 марта - в эти дни мы с замиранием сердца ждем праздника.



ская часть коллектива во главе с директором Кульсеитовым Н.Г. поздравили женщин, подарили цветы, вручили грамоты и памятные подарки. После слов поздравления состоялся праздничный кон-



Сама жизнь заставляет ее быть более активной и объективно

Считаю, что это непросто независимость. Это - нормальное положение любой женской половинки.

Роль женщины в современном обществе определяется ее правом не только активно работать, воспитывать детей, но также и принимать непосредственное участие в социальной жизни общества вообще.

Милые создания открыли ворота в мир. Сегодня не удивительно увидеть на высокопоставленных должностях женщин. И это не мешает продолжать заботиться им о семье и оставаться прекрасным созданием.



Сегодня проведение праздника 8 марта все меньше напоминает политический митинг и приобретает тот нежный настоящий оттенок женского дня. Это праздник торжества женской красоты, любви и наступающей весны. В этот день мужчины дарят свое внимание, заботу и нежность не только близким женщинам, но и коллегам.

Можно с уверенностью сказать, что прекрасная традиция - организация корпоративных праздников, посвященных 8 Марта, надолго вошла в нашу жизнь. 8 Марта - Международный женский день, соответственно организация проведение праздника ложиться на плечи сильной половины человечества.



церт, который завершился общей мини дискотекой. В этот же день - в 16.00. состоялся общебольничный корпоратив в ресторане "Алтын адам", организованный профсоюзом. Где все женщины получили подарки, а самым активным были вручены дополнительные призы.

Милые женщины,
Будьте любимыми,
Нежными, яркими,
Очень красивыми!
Вы - настоящие, невероятные,
Хочется много дарить Вам приятного!
М.А. Карамшук, председатель профсоюзного комитета ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ



УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!
ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ ПУБЛИКАЦИИ
СТАТЕЙ - БЕСПЛАТНО!
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС ВАШЕЙ ГАЗЕТЫ 64383

ТАЛДАУ ХАБАРШЫСЫ

Талдықорған



Республиканская информационно - медицинская газета

№ 10 (372)

15 марта 2018 года

E-mail: darigeralm@mail.ru

Газета выходит с 20 октября 2010 года



Здоровье и знания - Ваше процветание!



ФЕНОМЕН СВЕЧЕНИЯ ЛЮДЕЙ

Живой свет - малоизученный феномен свечения людей. В мае 1934 года газета "Таймс" рассказала о "свелящейся женщине из Пирано"...

Стр. 2



ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙДЫҢ АЛДЫН АЛУҒА ДАЙЫНДАЛАЙЫҚ

05-06 наурызда Республикалық "Көктем - 2018" командалық штабтық оқу жаттығу өткізілуіне байланысты 05 наурызда "Талдықорған қалалық..."

4-бетте



ЕҢБЕКТЕРІ ЕСЕЛІ ЖАНДАР

Елімізде халқымыздың денсаулығын нығайтуға бағыттала енгізіліп жатқан міндетті әлеуметтік медициналық сақтандыруды жүзеге...

4-бетте

ПРИЕМ ЖЕНЩИН В ЧЕСТЬ 8 МАРТА



Стр. 3



ТУБЕРКУЛЕЗ АУРУЫНЫҢ ПРОФИЛАКТИКАСЫ

2018 жылдың 24 ақпан - 24 наурыз аралығында "Дүниежүзілік туберкулезге қарсы күрес күні және оған орайластырылған туберкулездің алдын алу"...

6-бетте



КОНКУРС В РАМКАХ АКЦИИ

В масштабе Каратальского района при организации сотрудников кабинета ФЗОЖ ЦРБ, а также областного центра АОЦПФ ЗОЖ прошел конкурс...

Стр. 6



ПРАЗДНИК ЖЕНСКИЙ, ДОБРЫЙ ПРАЗДНИК!

В коллективе Талгарской ЦРБ были проведены праздничные мероприятия, приуроченные к празднованию Международного женского дня - 8 марта...

Стр. 7

МОЛОДЕЖЬ ПРОТИВ ВИЧ ИНФЕКЦИИ

28 марта 2018 года в Талгарском медицинском колледже была проведена конференция по профилактике ВИЧ СПИД.

Об этом и о связанных с этим вопросом трудностях говорили студенты Талгарского медицинского колледжа, одобренную директором Кудабеевым Б.А. и организованную. Зам. директора по учебной части Абдыкеримовой К.Б. На конференции, которую провели в малом актовом зале ТМК ребята отметили, что самой уязвимой группой является все таки молодежь. Так как они еще только вступают во взрослую жизнь и во многих вопросах не информированы. Обратиться к взрослым им мешает юношеский максимализм, а сверстники часто дают неправильные ответы и молодежь остается дезинформированной. Поэтому целью данной конференции было детально разобрать все вопросы по ВИЧ СПИД и активно нести полученные знания в массы. А, главное информировать подростков и молодежь в вопросах профилактики ВИЧ СПИД по принципу "Равный - равному"

Конференция прошла в доверительно дружеской обстановке где ребята на равных выступали с педагогами колледжа и специалистами службы ФЗОЖ из ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ которую представляла педагог валеолог Акылбекова А.М. Были показаны: фильм, презентации, ролики, прочитаны рефераты и доклады на тему ВИЧ СПИД. А, так же всем был роздан информационно образовательный материал в виде листовок, брошюр, и буклетов предоставленных кабинетом ФЗОЖ, как для самих участников, так и для распространения их другим студентам.

СПИД (синдром приобретенного имму-



нодефицита) - позднее проявление инфицирования организма вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). СПИД - не заболевание, а комплексная реакция организма на развивающуюся инфекцию, нельзя заразиться СПИДом, только ВИЧ-инфекцией.

Возбудителя ВИЧ-инфекции после проникновения в тело человека пока невозможно уничтожить. Также еще не создана, несмотря на многочисленные исследования и программы, действенная вакцина от ВИЧ.

Этот феномен связан с высокой способностью вируса к генетической изменчивости: микроорганизм изменяется в тот же момент, когда иммунная система начинает вырабатывать антитела.

Более того, если у инфицированного одним штаммом вируса происходит вторичное заражение вирусом с измененным генотипом, два штамма "проводят" комбинацию, обмен участками генов, что приводит к появлению суперинфекции. Третья причина устойчивости вируса к воздействию препаратами - способность "скрываться" во внутриклеточном про-



странстве, переходя в латентную форму.

Заболеть СПИДом возможно только при инфицировании ВИЧ и соответствующей реакции организма на возбудителя. Несмотря на укрепившееся мнение о том, что СПИДом может заболеть только наркоман или гомосексуалист, это давно перестало соответствовать реальной ситуации. ВИЧ-инфекция больше не служит маркером исключительно употребления наркотических препаратов, наличия беспорядочных гетеро- и гомосексуальных связей: распространенность

вируса выявляется среди различных социальных слоев населения, возрастных групп вне зависимости от сексуальных прв мировой статистике на первом месте находится заражение ВИЧ при половом контакте с инфицированным человеком, причем при любом виде полового контакта. Если носитель инфекции следует правилам специфической терапии, вероятность заражения составляет 1%.

Травматичные половые контакты, при которых возможно образование трещин на слизистых поверхностях, а также наличие эрозий, повреждений внутренних и внешних покровов при имеющихся заболеваниях увеличивают вероятность проникновения вируса.

У женщин вирус присутствует в крови, влагалищных выделениях, у мужчин - в крови и сперме. Заражение при попадании в организм здорового человека частиц крови или иной биологической жидкости, содержащей инфекционный агент, происходит также при инвазивных процедурах, чаще всего связанных с использованием многоразовых шприцов без соответствующей обработки.

Вероятно также инфицирование при медицинских, стоматологических манипуляциях, посещениях маникюрных салонов, студий татуировки и прочих мест, где намеренно или случайно может произойти контакт инструмента с травмированной поверхностью. До введения контроля донорских жидкостей (крови, плазмы) и органов были случаи заражения от донора к реципиенту.

Вертикальным путем заражения называется передача инфекции от матери к

ребенку в период вынашивания, в процессе родов или во время кормления грудью.

Иных способов заражения, не связанных с контактом крови, влагалищных выделений или семенной жидкости, не существует. Инфекция не распространяется при использовании одной посуды, гигиенических принадлежностей, посещения бассейнов, ванн и туалетных комнат, не передается через кровососущих насекомых и т. п. Вирус иммунодефицита человека крайне неустойчив во внешней среде и быстро погибает вне тела.

Клиническая картина проявления болезни достаточно обширна. К первым симптомам могут относиться: лихорадочное состояние; сыпь на коже и слизистых; увеличение и/или болезненность лимфоузлов; катаральные проявления, кашель, ринит, фарингит; снижение веса; стойкая или периодическая диарея; увеличение печени и селезенки в размерах.

Подобная симптоматика, включающая все вышеперечисленные проявления, отмечается лишь у 15-30% больных, в остальных случаях имеют место 1-2 симптома в разных сочетаниях.

Далее наступает латентная бессимптомная стадия, длительность которой составляет от 2-3 до 20 лет (в среднем 6-7 лет). На данном этапе в крови отмечается значительное снижение количества лимфоцитов. Падение уровня лимфоцитов, свидетельствующее о начавшейся выраженной иммунной недостаточности, может привести к стадии вторичных заболеваний. Среди наиболее часто встречающихся выделяют:

ангины;
пневмонии;
туберкулез;
герпес;
грибковые инфекции;
кишечные инфекции;
онкологические заболевания;
инфекции, вызванные простейшими и другие.

Следующая стадия, терминальная, характеризуется синдромом приобретенного иммунодефицита или СПИДом. На этой стадии СПИД выраженные симптомы приводят к разрушению жизненно важ-

ных систем организма. Эта стадия - летальная, несмотря на активную противовирусную терапию.

Современные препараты позволяют продлить стадии развития инфекции и более эффективно бороться с оппортунистическими и общими инфекциями, приводящими к смерти пациентов.

Диагноз никогда не ставят на основе симптомов СПИДа или других стадий ВИЧ-инфекции. Однако заподозрить заболевание могут по следующим диагностическим признакам:

устойчивая к терапии диарея в течение 2-х и более месяцев;

длительная немотивированная лихорадка;

кожная сыпь в различных вариациях;

развитие саркомы Капоши в молодом возрасте;

снижение массы тела более, чем на 10%, без явных причин.

Подтверждение диагноза производится при использовании двух тестов: скрининг-теста (наиболее распространен тест иммуноферментного анализа) и подтверждающего теста, оценивающего наличие вируса и вирусную нагрузку.

Основа терапии - контроль репродукции вируса и лечение сопутствующих заболеваний. При следовании назначениям специалистов и приеме современных препаратов возможно сдерживание развития ВИЧ-инфекции.

Лечение должно начинаться сразу же после постановки диагноза. В Казахстане созданы центры терапии и профилактики ВИЧ-инфекции, в которых назначаются и выдаются препараты для ВИЧ-инфицированных людей.

Профилактические меры состоят в со-



блюдении мер безопасности при половых контактах, медицинских и косметических процедурах, регулярных анализах крови на инфекцию и соблюдении назначений специалистов.

Н.В. Литвинова, кабинет ФЗОЖ ГКП на ПХВ Талгарской ЦРБ

**ПОДПИСНОЙ
ИНДЕКС
ГАЗЕТЫ
"ТАЛДАУ
ХАБАРШЫСЫ
ТАЛДЫҚОРҒАН"**

64383

МЫ ЗАПУСКАЕМ АКЦИЮ "ГОД ПОДАРКОВ ОТ KAZPOST"

Открыв текущий или карточный счет для получения пенсий и пособий по услуге "Сенім", клиенты смогут участвовать в ежемесячном розыгрыше денежных сертификатов на приобретение бытовой техники, а так же оплачивать коммунальные услуги без взимания комиссии.

Счет открывается бесплатно, обналичивание средств осуществля-

ется без комиссии в отделениях и банкоматах Kazpost и Kazkom. При подключении услуги SMS-оповещение, клиент будет проинформирован о поступлении и списании денежных средств со счета, посредством SMS-уведомлений на ваш мобильный номер. (согласно тарифам АО Казпочта).

Подробная информация 8-7282-601-131

KAZPOST

Год подарков от KAZPOST!
KAZPOST-тан жыл бойы сыйлықтар!

KAZPOST

будет интересно твоим родителям

ТАЛДАУ ХАБАРШЫСЫ

Талдықорған



Республиканская информационно - медицинская газета

№ 13 (375)

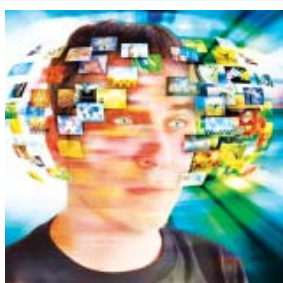
5 апреля 2018 года

E-mail: darigeralm@mail.ru

Газета выходит с 20 октября 2010 года



Здоровье и знания - Ваше процветание!



ПСИХОГРАФИЯ - ФОКУС ПОДСОЗНАНИЯ ИЛИ СПОСОБ ОБЩЕНИЯ?

Психография - феномен автоматического письма, природа которого в полной мере не изучена, хотя версий и гипотез выдвинуто уже немало...

Стр. 2



АКИМ ОБЛАСТИ ОТЧИТАЛСЯ ПЕРЕД СОВЕТОМ

Аким области Амандык Баталов выступил с отчетом об итогах социально-экономического развития области за 2017 год и задачах на текущий 2018 год...

Стр. 3



СЫБАЙЛАС ЖЕМҚОРЛЫҚТЫҢ АЛДЫН АЛУ МАҢЫЗДЫ

Елбасымыз Н.Ә.Назарбаев ұлттық қауіпсіздік пен қоғамдық тұрақтылыққа төнген қатер ретінде сыбайлас жемқорлыққа қарсы күрес жөніндегі...

4-бетте

ТУБЕРКУЛЕЗДІҢ АЛДЫН АЛУ АЙЛЫҒЫНЫҢ ҚОРТЫНДЫ КОНФЕРЕНЦИЯСЫ



7-бетте



ЗАЩИТА ИНТЕРЕСОВ РЕБЕНКА

Законодательство Республики Казахстан "О браке и семье" основывается на Конституции Республики Казахстан, устанавливает...

Стр. 5



МОЛОДЕЖЬ ПРОТИВ ВИЧ ИНФЕКЦИИ

28 марта 2018 года в Талгарском медицинском колледже была проведена конференция по профилактике ВИЧ СПИД. Об этом и о связанных...

Стр. 6



БРОСИТЬ КУРИТЬ МОЖНО

Сегодня прогрессивной общественностью признано, что отказ от курения имеет огромное положительное значение, как для индивидуумов...

Стр. 8

ТАЛДАУ ХАБАРШЫСЫ

Талдықорған



Республиканская информационно - медицинская газета

№ 14 (376)

12 апреля 2018 года

E-mail: darigeralm@mail.ru

Газета выходит с 20 октября 2010 года



Здоровье и знания - Ваше процветание!



В ЧЬИХ РУКАХ "КЛЮЧ К БЕССМЕРТИЮ"?

Японским ученым из Института регенеративной медицины при университете Киото удалось создать клетку, обладающую свойствами...

Стр. 2



ПОДПИСАН МЕМОРАНДУМ О СОТРУДНИЧЕСТВЕ

Подписание межрегионального меморандума о сотрудничестве между акимом Алматинской области и маршалом Люблинского...

Стр. 3



НАЗАР АУДАРЫҢЫЗ: ДЕЗИНФЕКЦИЯНЫҢ МАҢЫЗЫ

Дезинфекция - адам мен жануарларда, өсімдіктерде ауру қоздыратын микроорганизмдерді жоюға бағытталған шаралар жүйесі. Дезинфекциялау - жұқпалы...

4-бетте

САУ БОЛУ - СӘНДІ!



7-бетте



ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Что такое правильное питание? Правильное питание - это основа здоровья человека. Пища, которую мы употребляем, является источником энергии...

Стр. 5



БАСТЫ МІНДЕТ-НӘТИЖЕЛІ ЕҢБЕК

Талдықорғандағы есімі елге танымал, білікті маман, іскер жетекші, тағлымды тәлімгер, көпшілікке құрметті де сыйлы жан, "Құрмет" орденінің иегері...

6-бетте



БОТУЛИЗМ АУРУЫ ЖӘНЕ ОНЫҢ АЛДЫН- АЛУ ЖОЛДАРЫ

Ботулизм (латынша botulus - колбаса) - жалпы организмнің улануына әкеліп соғатын инфекциялық аурудың ауыр түрі. Ботулизм - Clostridium botulinum таяқшасы бөліп...

9-бетте



"Сау болу - сәнді!" ұлттық бағдарламасының басты мақсаты өмір бойы салауатты өмір салтын ұстануға мақсат қою арқылы жеке бастың денсаулығын сақтау мен нығайту, адамдарға өзі және отбасының пайдасы үшін таңдау жасау мен шешім қабылдауға көмектесу, денсаулықты сақтау мәселесі жөнінде халықтың, жұрт пен медицина қызметкерлерінің ақпарат алуын көтеру, республикада әлеуметтік бағыттағы кешенді медициналық

көмек (Міндетті әлеуметтік медициналық сақтандыру жүйесі, МӘМС) көрсетуді, республиканың барлық тұрғындары үшін медициналық қызметтерге жалпы қолжетімділікті қамтамасыз ететін Ұлттық скринингтік бағдарламаның қызмет етуін дамыту болып табылады.

Осы бағдарламаны іске асыру мақсатында, 7-сәуір Дүниежүзілік Денсаулық күніне орай, Жамбыл аудандық орталық ауруханада Ашық есік күні өтті. Емха-

наға келген адамдарға терапевт, психолог, СӨС кабинетінің мамандары "Жүрек қан тамырлар ауруын алдын алу", "Стрестің алдын алу", "Дұрыс тамақтану", "Темекінің зияны", "Скрининг тексерудің маңыздылығы" тақырыптарында керекті кеңестер берді, СӨС кабинеті ақпараттық парақшалар таратты.

Емхананың медицина қызметкерлері аулаға шығып өндірістік гимнастика жа-

сады.

Орталық емханада "Дені сау бала кабинетінде" ата-аналарға "Екпелердің маңыздылығы" тақырыбында педиатр дәрігер сабақ өткізді.

СӨСҚ кабинеті және Н.Құтпанбетұлы атындағы орта мектебінің дене шынықтыру пәнінің мұғалімдері мен бірлесіп осы күнге орай, "Сау болу-сәнді!"-ұранымен 7 сынып оқушылар арасында спорттық эстафеталық ойындардан жарыс өткізді.

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

Сохранение и укрепление здоровья - одна из глобальных задач человека и человечества.

Здоровье, согласно Уставу ВОЗ, это состояние полного физического, духовного (психического) и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Здоровье подразделяется на: физическое, психическое, социальное, духовное и сексуальное.

Понятие "здоровье" неотделимо от понятия "образ жизни", который определяется как устойчивый, сложившийся в определенных общественно-экономических условиях, способ жизнедеятельности людей, проявляющийся в их труде,



Наше здоровье в наших руках!

щественного здоровья. М.Т. Тугулбаева активно провела зарядку находясь в положении, показав своим примером, что физическая активность приносит только пользу, независимо от состояния, главное правильно подобрать нагрузку.

Затем в Талгарской ЦРБ был проведен день открытых дверей. Где все желающие могли измерить АД, пройти экспресс диагностику уровня глюкозы в крови, измерить рост, вес, рассчитать ИМТ, и получить консультацию специалистов. Ведь ЗОЖ это не только физическая активность, но и такие составляющие как: здоровое питание, борьба с лишним весом, отказ от вредных при-



Всемирный день здоровья. 7 апреля 2018 г.



ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ. День открытых дверей.



досуге, удовлетворении материальных и духовных потребностей, нормах общения и поведения.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) - это стиль жизнедеятельности, соответствующий наследственным особенностям организма, условиям существования человека, ориентированный на культуру сохранения, укрепления и восстановления

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", "1000 городов - 1000 жизней" и т.д. Лозунг Дня 2018 года - "Здоровье для всех", который

трудностей. 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 и благополучия людей. И под девизом "Быть здоровым это модно"

вычек, соблюдение режима труда и отдыха, стрессоустойчивость соблюдение гигиены, прохождение проф. осмотров и скринингов.

Наш призыв - Берегите себя! Ваше здоровье в Ваших руках!

Н.В. Литвинова, специалист службы ФЗОЖ ГКП на ПХВ Талгарской ЦРБ



Всемирный день здоровья

7 апреля 2018 г.



ОСШ № 5 г.Талгар

ния здоровья, необходимого для выполнения лично и общественно значимых функций.

7 апреля отмечается Всемирный день здоровья. 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 глобальной проблеме, стоящим перед здравоохранением

является руководящим принципом работы ВОЗ и придает импульс кампании, проводимой в настоящее время на уровне всей организации в поддержку стран в их движении к обеспечению всеобщего охвата услугами здравоохранения (ВОУЗ). В этой связи, в год своего семидесятилетия ВОЗ призывает мировых лидеров и государства предпринять конкретные шаги для укрепления здоровья всех людей, то есть обеспечить, чтобы каждый человек во всем мире имел доступ к основным качественным услугам здравоохранения и не испытывал бы при этом финансовых

Жители г.Талгар и Талгарского р-на активно участвуют в оздоровительных мероприятиях.

Так все Талгарские учебные заведения провели спортивные мероприятия в виде игр, конкурсов, флэш-мобов, интеллектуальных викторин. Так сотрудниками службы ФЗОЖ совместно с сотрудниками РГУ Талгарское р-е управление охраны общественного здоровья провели общешкольную зарядку в ОСШ № 2 г.Талгар, ритм которой задавала М.Т. Тугулбаева, руководитель отдела по организационно правовой работе и мониторингу охраны об-

ПОДПИСНОЙ
ИНДЕКС ГАЗЕТЫ
"ТАЛДАУ
ХАБАРШЫСЫ
ТАЛДЫҚОРҒАН"

64383

Тел. 24-35-90
davigalim@mail.ru



ТАЛДАУ ХАБАРШЫСЫ
Талдықорған

Фонд Первого Президента Республики Казахстан - Елбасы запускает второй этап уникальной программы Smart Zholy для молодых казахстанских программистов и стартапов, в рамках которой лучшие команды представят свои проекты в Сингапуре на ведущей стартап-площадке - Echelon Asia Summit.

С 30 марта 2018 года начались тренинги на базе университетов для развития стартап-экосистемы в стране, которые пройдут до 13 апреля в Астане, Алматы и 14-ти областных центрах. Профессорско-преподавательский состав, а также студенты смогут познакомиться с дизайн-мышлением, методикой бережливого стартапа, построением бизнес-моделей и др. Это поможет перспективным командам талантливых программистов и стартаперов правильно позиционировать свои проекты и подать заявки на участие в Smart Zholy.

"Smart Zholy - это уникальная возможность для выхода молодых казахстанских стартапов на глобальный уровень. С учетом поставленных Главой государства задач по Цифровому Казахстану, программа становится еще более актуальной, оказывая мощное позитивное влияние на всю стартап-экосистему страны", - отмечает Канат Джумабаев, исполнительный директор Фонда.

Тренинги уже прошли в Костаное, Уральске, Талдыкоргане, Караганде, Актау и Кокшетау.



"Программа Smart Zholy дает уникальную возможность для наших студентов, магистрантов и докторантов. У нашего ВУЗа есть хорошие перспективные проекты, программа поможет максимально раскрыть их потенциал. Например, нам интересно обучение у ведущих специалистов Сингапура - одной из самых развитых стран мира. Мы сможем перенять опыт, для того, чтобы в дальнейшем наши проекты нашли себе применение. Я считаю, что благодаря программе Smart Zholy в нашем ВУЗе появятся новые стартапы, которые будут работать не только в рамках этой программы - дальше стартап можно

будет развивать на базе ВУЗа. На тренинге мы получили багаж знаний, например, узнали про Speed dating, о концепции проведения хакатонов, демо-дней и стартап-уикендов. Подобные мероприятия нужны для развития нашей стартап-академии. Мы ознакомились с методологией, которую будем применять и обязательно начнем проводить мероприятия для нашей молодежи", - говорит Дамир Дигаи, директор офиса коммерциализации Жетысуйского Государственного Университета, где на этой неделе прошли тренинги. Из общего числа заявок будут выбраны 20 проектов с наибольшим потенциалом.

Эти 20 команд-финалистов пройдут менторскую поддержку от сингапурских специалистов, после чего получат возможность презентовать свои проекты перед азиатскими корпорациями и венчурными фондами, которые выберут только 5 стартапов-победителей. Пятерка лучших казахстанских стартапов сможет представить свои инновационные продукты и сервисы на крупнейшей технологической конференции в Сингапуре - Echelon Asia Summit в июне этого года и получат шанс выйти на рынок Юго-Восточной Азии, один из самых крупных и динамично развивающихся рынков мира. Smart Zholy реализуется в партнерстве с ведущей стартап-площадкой в Юго-Восточной Азии - Echelon Asia Summit. Сама программа была запущена в прошлом году - на первом этапе были охвачены Астана, Алматы, Караганда и Павлодар. В этом году программа масштабируется на всю страну - будут вовлечены ведущие вузы Астаны, Алматы и 14 областных центров, где пройдут специальные курсы обучения передовым знаниям по созданию и развитию стартапов. Для участия в программе необходимо подать заявку до 13 апреля 2018 года и пройти отбор (вся информация и заявочная форма на веб-сайте fpp.kz). Миссия Фонда - развивать безграничный потенциал нашего общества, помогая талантливой молодежи и поддерживая общественно значимые социальные проекты.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ



Что такое правильное питание?
Правильное питание - это основа здоровья человека. Пища, которую мы употребляем, является источником энергии, которую организм расходует не только при физических нагрузках, но и в состоянии покоя.

Здоровое питание - это здоровая жизнь и молодость. Вот почему здоровое питание так важно для людей. Очень важно, чтобы предпочтение здорового питания и правильные пищевые привычки начинали формироваться с раннего детского возраста в семье, детских учреждениях, спортивных секциях и школах. У последних есть некоторое преимущество, так как обычно занимающиеся там дети замотивированы на достижение спортивных результатов, а не "просто на здоровье. Кола, пэпси и другие газированные напитки может оказывать вредное влияние на здоровье человека: провоцировать ожирение и другие нарушения обмена веществ, стать причиной заболеваний органов желудочно-кишечного тракта или даже вызывать отравление. Убедительные факты - проблемы любителей чипсов: лишние килограммы, высокий уровень холестерина, закупорка сосудов, инфаркты и диабет. И еще, как ни странно, зависимость... Да, ученые подтверждают тот факт, что картофельные чипсы, как, впрочем и гамбургеры, способны вызывать зависимость сродни наркотической. Медики из Оксфордского университета утверждают, что фаст-фуд бьет не только по сердцу и желудку, но и в буквальном смысле по мозгам. Основной вред быстрого питания

заключается в том, что такая пища приводит к возникновению ряда заболеваний. Гастрит, язва, проблемы с работой желудочно-кишечного тракта, гипертония - это лишь некоторые из них. Регулярное употребление продуктов быстрого питания значительно снижает иммунитет и приводит к развитию атеросклероза. Нужно отметить, что жевать жевательную резинку без вреда для здоровья можно не более 10 минут и обязательно после еды, а не между приемами пищи, так как при жевании начинается в большом количестве вырабатываться желудочный сок. И жевать её нельзя тем, у кого есть пародонтоз, подвижность зубов, воспаление суставов челюсти. И чем больше жвачки Вы жуёте, тем больше вредных веществ попадает в Ваш организм. В жевательных резинках, якобы отбеливающих зубы, содержат абразивные вещества, снимающие слой эмали с зубов и тем самым наносящие вред зубам. ЗОЖ - это образ жизни направленный на укрепление и сохранение здоровья. Что бы вести ЗОЖ нужно:

1. Соблюдать режим дня.
 2. Здоровый и правильный сон.
 3. Соблюдать личную гигиену.
 4. Заниматься физической культурой.
 5. Отказаться от вредных привычек.
 6. Правильно питаться.
- Режим питания:
- 1) Не переедай!
 - 2) Не злоупотребляй сладостями!
 - 3) Больше ешь фруктов и овощей!
 - 4) Тщательно пережевывай пищу!
 - 5) Не пей сырую воду!
 - 6) Не ешь немытые фрукты!



Умеренность в еде полезнее ста врачей!

7) Не ешь не свежие продукты!
8) Не забывайте мыть руки!
Место в списке самых полезных продуктов нашлось для овощей. Овощи укрепляет иммунную систему, улучшает функционирование кишечника, положительно воздействует на сетчатку глаза, применяется для профилактики заболеваний сердца, почек и печени. Фрукты - безусловно, без них список самых полезных продуктов питания был бы неполным. Это полезные продукты питания для иммунной системы, заболеваниях кожи и опорно-двигательного аппарата. Снижая уровень холестерина и сахара в крови, замедляя рост раковых клеток. По мнению ученых, в первую очередь звания "самые полезные продукты" заслужили ягоды. Незаменимы эти полезные продукты питания и для людей, страдающих ожирением, и больных диабетом, поскольку способны снижать уровень холестерина и сахара в крови. Здоровье это не всё, но всё становится ничем без здоровья!
Питание школьника должно быть оптимальным. При составлении меню обязательно учитываются потребности организма, связанных с его ростом и развитием, с изменением условий внешней среды, с повышенной физической или эмоциональной нагрузкой. При оптимальной системе питания соблюдается баланс между поступлением и расходом основных пищевых веществ. Калорийность рациона школьника должна быть следующей:
7-10 лет - 2400 ккал
14-17лет - 2600-3000ккал

если ребенок занимается спортом, он должен получать на 300-500 ккал больше. В рамках декадника по организации питания школьников с 2 по 11 апреля 2018 года Под лозунгом "Здоровое питание - путь к отличному знанию" в Талгарском районе были проведены семинары тренинги во всех школах г. Талгар и района. Для того чтобы работа была более эффективной проводилась работа с учетом возрастной группы. Для младших школьников проводили игры и интерактивные викторины, для старших семинары-тренинги и дебаты. Хочется завершить статью афоризмом принадлежащим Сократу:
Мы едим для того, чтобы жить, а не живём для того, чтобы есть
БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!
Н.В. Литвинова, служба ФЗОЖ ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС ГАЗЕТЫ "ТАЛДАУ ХАБАРШЫСЫ ТАЛДЫҚОРҒАН"

64383

ТАЛДАУ ХАБАРШЫСЫ

Талдықорған



Республиканская информационно - медицинская газета

№ 20 (382)

24 мая 2018 года

E-mail: darigeralm@mail.ru

Газета выходит с 20 октября 2010 года



Здоровье и знания - Ваше процветание!



ВОСКРЕСШИЕ В МОГИЛАХ

В 1873 году после сообщения о шуме, доносящемся из могилы, была эксгумирована незадолго до этого похороненная молодая беременная женщина...

Стр. 2



ПОДВЕДЕНЫ ИТОГИ РАЗВИТИЯ ОБЛАСТИ ЗА 4 МЕСЯЦА

Под председательством акима области Амандыка Баталова состоялось заседание акимата, в ходе которого были рассмотрены итоги социально-экономического развития...

Стр. 3



ТЕМЕКІ ШЕГУ ҚАУІПТІ ӨДЕТ

Салауатты өмір салтын қалыптастыру үшін зиянды әдеттерден бас тарту қажет. Зиянды әдеттерге темекі, алкоголь (ішімдік), есірткі және уытты заттар жатады...

4-бетте

ТАЛДЫҚОРҒАН ҚАЛАЛЫҚ ЖАСТАР ДЕНСАУЛЫҚ ОРТАЛЫҒЫНЫҢ АШЫЛУ САЛТАНАТЫ



7-бетте



ОСОБО ОПАСНЫЕ ИНФЕКЦИИ

На базе ГКП на ПХВ Талгарского района специалистами Департамента охраны общественного здоровья Алматинской области совместно...

Стр. 6



ТАБАК - НАШ ВРАГ

Ежегодно 31 мая отмечается "Всемирный день без табака". Сотрудниками кабинета ФЗОЖ Талагарской ЦРБ в рамках месячника по борьбе...

Стр. 6



ОПЫТ РАБОТЫ ТГМБ

Высокотехнологические медицинские услуги - это медицинские услуги, оказываемые профильными специалистами при заболеваниях, требующих...

Стр. 10

Н.Г. Кульсеитов, директор ГКП на ПХВ Талгарской ЦРБ

ОСОБО ОПАСНЫЕ ИНФЕКЦИИ



В целях обеспечения эпидемиологического благополучия населения области по карантинным и особо опасным инфекциям, руководствуясь Законом Республики Казахстан 17-18 мая 2018 на базе ГКП на ПХВ Талгарского района специалистами Департамента охраны общественного здоровья Алматинской области совместно с дез. станцией г. Таладықорған и Талықурғанской противочумной станцией проводят семинарские занятия, ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ЗАНЯТИЯ по "Карантинным и особо опасным инфекциям" таким как: сибирская язва; холера; чума; туляремия; лихорадка Эбола и другие.

"Особо опасные инфекции" - такой условный диагноз стал темой тренировки, на практике отработавших порядок действий при обнаружении больного с подозрением на наличие этого особо опасного заболевания.

Все отделы (дежурная служба, медицинская часть, руководители структурных подразделений) четко, последовательно и слаженно отработали алгоритм действий с момента выявления условного больного с подозрением на наличие особо опасной инфекции до момента его изолирования, проведения соответствующей обработки объектов учреждения, контроля состояния осужденных, контактировавших с больным.

Итогом занятий стала своевременная изоляция условного больного и предотв-

ращение распространения страшного заболевания. Самое главное - взаимодействующие службы учреждения на практике смогли закрепить свои знания по действиям в случае обнаружения очага особо опасного заболевания.

Сведения о заболеваемости карантинными и особо опасными инфекциями в мире по состоянию на 30 апреля 2018 года

По данным Всемирной организации здравоохранения и информационной сети Internet - ProMed на 30 апреля 2018 года эпидемиологическая ситуация по особо опасным и вновь возникающим инфекциям в мире остается напряженной.

Зарегистрировано в мире 5 случаев чумы: из них в Мадагаскаре - 4 случая, летальных нет и в Ботсване - 1 случай с летальным исходом.

Холера в мире - 89 064 зарегистрированных случая, из них - 229 летальных, в том числе в 12 странах Африки (Танзания - 321 случай, 7 летальных), (Уганда - 668 случаев, 26 летальных), (Замбия - 867 случаев, 78 летальных), (Зимбабве - 110 случаев, 4 летальных), (Нигерия - 608 случаев, 3 летальных), (Малави - 731 случай, 11 летальных), (Мозамбик - 124 случая, 1 летальный), (Сомали - 90 случаев, 1 летальный), (Кения - 4 случая, летальных нет), (Намибия - 1 случай, летальных нет), (Конго - 1747 случаев, 36 летальных), (Ангола - 641 случай, 8 летальных); в 3 странах Азии (Казахстан - 5 завозных случаев из Индии, летальных нет), (Йемен - 82 587 случаев, 44 летальных), (Индия - 63

случая, 8 летальных); в Америке (Гаити - 492 случая, 1 летальный), (Канада - 4 случая, летальных нет), (США - 1 случай с летальным исходом).

Сибирской язвой заболело 47 человек с 1 летальным исходом, из них в 2 странах Африки (Зимбабве - 9 заболевших, летальных нет), (Уганда - 19 случаев, летальных нет); в 3 странах Азии (Грузия - 3 заболевших, летальных нет), (Индия - 13 заболевших, летальных нет), (Китай - 3 случая, 1 летальный).

Желтая лихорадка в мире зарегистрировано 198 случаев из них 84 летальных, в том числе в 3 странах Америки (Аргентина - 2 случая, летальных нет); (Перу - 8 случаев, 1 летальный); (Бразилия 182 случаев, 78 летальных); Европа (Германия - 6 завозных случаев из Бразилии, 5 летальных).

Лихорадка Ласса была зарегистрирована в 3 странах Африки - 446 случаев, из них 126 летальных, в том числе: Нигерия - 413 случаев, 114 летальных, Бенин - 5 случаев, летальных нет, Либерия - 28 случаев, 12 летальных.

Лихорадка Денге: зарегистрировано в мире 12 697 случаев, из них - 28 летальных. В 3 странах Америки (Парагвай - 1 167 случаев, 5 летальных), (Чили - 14 случаев, летальных нет), (Бразилия - 5 случаев, летальных нет); в 10 странах Азии (Камбоджа - 316 случаев, 1 летальный), (Таиланд - 5 868 случаев, 9 летальных), (Пакистан - 250 случаев, 1 летальный), (Танзания - 11 случаев, летальных нет), (Индия - 807 случаев, летальных нет), (Филиппины - 534

случая, 2 летальных), (Малайзия - 958 случаев, 10 летальных), (Китай - 12 случаев, летальных нет), (Япония - 11 случаев, летальных нет), (Сингапур - 394 случая, летальных нет); в 3 странах Океании (Новая Каледония - 100 случаев, летальных нет), (Фиджи - 862 случая, летальных нет), (Остров Реюньон - 1 388 случаев, летальных нет).

Конго-Крымская геморрагическая лихорадка зарегистрирована в мире 8 случаев из них 4 летальных, В 3 странах Африки 5 случаев, 1 летальный; в том числе: (Уганда - 2 случая, летальных нет), (Намибия - 2 случая, 1 летальный), (Мавритания 1 случай, летальных нет), в Азии (Пакистан 3 случая, 3 летальных).

Геморрагическая лихорадка с почечным синдромом зарегистрирована в России 163 случая, летальных нет.

Хантавирус зарегистрирован в мире 61 случай и 13 летальных. В 4 странах Америки (Чили - 4 случая, 1 летальный), (США - 1 случай с летальным исходом), (Панама - 26 случаев, летальных нет), (Аргентина - 29 случаев, 12 летальных); а также в Азии (Тайвань - 1 случай, летальных нет).

Болезнь Кьясанурского леса зарегистрирована в Индии всего 62 случая, 2 летальных.

Туляремия зарегистрирована в Швейцарии 3 случая, летальных нет.

Сведения об эпидемиологической ситуации по особо опасным инфекциям в мире в разрезе стран на сайте kooz.mz.gov.kz.



Н.В. Литвинова, служба ФЗОЖ ГКП на ПХВ Талгарской ЦРБ

ТАБАК - НАШ ВРАГ



Люди гибнут в катастрофах... Так заложено судьбой. А курение - добровольный, Страшный, длительный запой!

Что такое сигарета? Ядовитая смола, Что в сосудах налипает; Легким, бронхам враг она!

О вреде курения сказано немало. Однако беспокойство ученых и врачей, вызванное распространением этой пагубной привычки, растет, так как пока еще значительное число людей не считает курение вредным для здоровья.

Курение - не безобидное занятие, которое можно бросить без усилий. Это настоящая наркомания, и тем более опасная, что многие не принимают всерьез.

Никотин - один из самых опасных ядов растительного происхождения. Птицы (воробьи, голуби) погибают, если к их клюву всего, лишь поднести стеклянную палочку, смоченную никотином. Кролик погибает от 1/4 капли никотина, собака - от 1/2 капли.

Курильщик не погибает по тому, что доза вводится постепенно, не в один прием. К тому же, часть никотина нейтрализует

формальдегид - другой яд, содержащийся в табаке. В течение 30 лет такой курильщик выкуривает примерно 20000 сигарет, или 160 кг табака, поглощая в среднем 800 г. никотина. Систематическое поглощение небольших, не смертельных доз никотина вызывает привычку, пристрастие к курению.

Живущие в накуренных помещениях дети чаще и больше страдают заболеваниями органов дыхания. У детей курящих родителей в течение первого года жизни увеличивается частота бронхитов и пневмонии и повышается риск развития серьезных заболеваний. Табачный дым задерживает солнечные ультрафиолетовые лучи, которые важны для растущего ребенка, влияет на обмен веществ, ухудшает усвояемость сахара и разрушает витамин С, необходимый ребенку в период роста. В возрасте 5-9 лет у ребенка нарушается функция легких.

Курение подростков, в первую очередь, сказывается на нервной и сердечной - сосудистой системах. В 12-15 лет они уже жалуются на отдышку при физической нагрузке. В результате многолетних наблюдений французский доктор Декалзе еще 100 лет назад пришел к убеждению, что даже незначительное курение

вызывает у детей малокровие, расстройство пищеварения.

Ученые выяснили, что в табаке содержится масса ядовитых веществ. Среди них наиболее известен никотин: по своей ядовитости он равен синильной кислоте. Окись углерода (угарный газ) вступает в соединение с гемоглобином, который является переносчиком кислорода. При курении происходит резкое уменьшение содержания кислорода в крови. А это очень тяжело переносит головной мозг подростка. Аммиак раздражает слизистую оболочку рта, гортани, трахеи, бронхов. Вот почему у курильщиков не редкость рыхлость десен, язвочки во рту, часто воспаляется зев, что приводит к возникновению ангины. От длительного курения происходит сужение голосовой щели, появляется осиплость голоса.

В последние годы ученые уделяют пристальное внимание веществам, вызывающим рак.

К ним в первую очередь, относятся бензопирен и радиоактивный изотоп полоний-210. Если курильщик наберет в рот дым, а затем выдохнет его через платок, то на белой ткани останется коричневое пятно. Это и есть табачный деготь. В нем особенно много веществ вызывающих

рак. Если ухо кролика несколько раз смазать табачным дегтем, то у животного образуется раковая опухоль.

Трудно даже перечислить вредные вещества, содержащиеся в табаке, их ведь насчитали почти 1200!

Ежегодно 31 мая отмечается "Всемирный день без табака". Сотрудниками кабинета ФЗОЖ Талагарской ЦРБ в рамках мероприятия по борьбе с табакокурением проведен ряд профилактических мероприятий, направленных мотивировать курящую часть населения к отказу от табака.

В первую очередь, конечно, проводится работа с молодежью и подростками.

ВОСШ № 5, ОСШ №4, ОСШ №3, ОСШ №8, проведены семинары для учащихся с интерактивной викториной NOSMOKING. В политехническом колледже проведена конференция и дебаты.

Студентами частного медицинского колледжа совместно с кабинетом ФЗОЖ была организована интерактивная акция "Курение не личное дело, а большое общественное зло".

В Талагарской ЦРБ проведен семинар для медицинских работников и день открытых дверей. Этими действиями мы хотим сказать: Мы за Казахстан - без табака!