

## Единые дни здоровья в марте



Генеральная Ассамблея ООН в 1987 году провозгласила **1 марта** Международным днем борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков



**Проблема наркоманий является одной из наиболее актуальных как для здравоохранения, так и для общества в целом. Это обусловлено тяжелыми медицинскими и социальными последствиями злоупотребления психоактивными веществами.**

ПОД НАРКОМАНИЕЙ ПОНИМАЮТ БОЛЕЗНЕННОЕ ВЛЕЧЕНИЕ, ПРИСТРАСТИЕ К СИСТЕМАТИЧЕСКОМУ УПОТРЕБЛЕНИЮ НАРКОТИКОВ, ПРИВОДЯЩЕЕ К ТЯЖЕЛЫМ НАРУШЕНИЯМ ПСИХИЧЕСКИХ И ФИЗИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ. ОСОБУЮ ОБЕСПОКОЕННОСТЬ ВЫЗЫВАЕТ БЫСТРОЕ РАСПРОСТРАНЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ. ОДНИМИ ИЗ ГЛАВНЫХ ПРИЧИН, ПРИВОДЯЩИХ К НАРКОМАНИИ В СРЕДЕ ПОДРОСТКОВ, ЯВЛЯЮТСЯ:

- недостаток любви и внимания со стороны близких людей;
- эксперимент над своим сознанием (этой мотивацией обычно пользуется интеллектуальная молодежь, они довольно образованы, изучают специфическую, психоделическую литературу, принимают вседоступные им меры, чтобы не перешагнуть грань зависимости);
- любопытство.

Наиболее характерными проявлениями наркомании являются непреодолимое желание или навязчивое стремление дальше применять наркотическое вещество и получать его любыми средствами. Современные наркотические средства способны сформировать такую зависимость всего с первого приема.

**Не существует безвредных наркотиков. В результате их употребления происходят грубые нарушения функций внутренних органов, нервной системы и деградация личности.**



Многие люди воспринимают слух как должное, даже не задумываясь о том, что некоторым эта функция никогда не была доступна. По этой причине Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) учредила **Международный день, посвященный охране здоровья уха и слуха**, который отмечается ежегодно **3 марта**. Выбор конкретной даты был сделан не случайно, медики обратили внимание, что цифра, которой записан день, имеют форму, подобную нашим органам слуха – ушам.



По мнению врачей-специалистов, около половины всех случаев глухоты и других нарушений слуха можно предотвратить, устранив причины их развития. В числе профилактических мер чаще всего называют иммунизацию населения, охрану здоровья матери и ребёнка, обеспечение гигиены труда.

Звуки, как и речь, играют огромную роль в жизни человека и его восприятии окружающего мира. Без звуков жизнь человека не только обеднена, но и полностью лишена красок окружающего мира.

НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ ПОТЕРЯ СЛУХА СЧИТАЕТСЯ САМОЙ РАСПРОСТРАНЕННОЙ СЕНСОРНОЙ ФОРМОЙ ИНВАЛИДНОСТИ В МИРЕ. ПО ДАННЫМ ВОЗ, ОТ ГЛУХОТЫ И НАРУШЕНИЙ СЛУХА СТРАДАЮТ ПРИМЕРНО 360 МИЛЛИОНОВ ЧЕЛОВЕК. ОСНОВНЫМИ ПРИЧИНАМИ ГЛУХОТЫ И ТУГОУХОСТИ (НЕПОЛНОЙ ПОТЕРИ СЛУХА) НАЗЫВАЮТ ГЕНЕТИЧЕСКИЕ НАРУШЕНИЯ, ХРОНИЧЕСКИЕ ИНФЕКЦИИ УША, РЯД ТАКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ КАК КРАСНУХА, КОРЬ, ПАРОТИТ (СВИНКА), МЕНИНГИТ, А ТАКЖЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НЕКОТОРЫХ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ И ВРЕДНЫХ ФАКТОРОВ ВНЕШНЕЙ СРЕДЫ, В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ ШУМА.

Как защитить слух?

1. Ограничьте воздействие громких звуков
2. Слушайте «живые» звуки
3. Немедленно идите на прием к врачу, если вы заметили неожиданное снижение слуха



20 марта Всемирный день здоровья полости рта  
24 марта мы отмечаем Всемирный день борьбы с туберкулезом



По инициативе Всемирной стоматологической федерации ежегодно

20 марта во всем мире отмечается Всемирный день здоровья полости рта.

С 2017 года Республика Беларусь присоединилась к проведению Всемирного дня здоровья полости рта. Стоматологические заболевания, а основные это – кариес зубов и патология периодонта – широко распространены среди населения Беларуси

**Забота о полости рта является одним из основных компонентов общей профилактики и заботе об организме. Говоря о красоте и здоровье зубов, нельзя недооценивать профилактического значения гигиенического ухода за полостью рта.**

**НИ ДЛЯ КОГО НЕ СЕКРЕТ, ЧТО ЛЮБОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ ЛЕГЧЕ ПРЕДУПРЕДИТЬ, ЧЕМ ЛЕЧИТЬ. ДОСТАТОЧНО РЕГУЛЯРНО СОБЛЮДАТЬ ВСЕГО ТРИ ПРОСТЫХ ПРАВИЛА, НА КОТОРЫХ БАЗИРУЕТСЯ ВСЬ МИРОВОЙ ОПЫТ: ПРАВИЛЬНАЯ ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА, ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФТОРИДОВ.**

**ПОСЕЩАЙТЕ СТОМАТОЛОГА НЕ МЕНЕЕ ОДНОГО РАЗА В ГОД. ПРИ ЭТОМ ВАМ БУДУТ СВОЕВРЕМЕННО НАЗНАЧЕНЫ И ПРОВЕДЕНЫ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ, А ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ И ЛЕЧЕНИЕ ЗУБОВ.**

**Соблюдение этих простых правил поможет сохранить Ваши зубы здоровыми!**

24 МАРТА

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С  
ТУБЕРКУЛЕЗОМ



Каждый год 24 марта мы отмечаем Всемирный день борьбы с туберкулезом, призванный повысить осведомленность общественности о губительных последствиях туберкулеза для здоровья, общества и экономики и активизировать усилия по борьбе с глобальной туберкулезной эпидемией. В этот день, в 1882 г. д-р Роберт Кох объявил о том, что ему удалось открыть бактерию, вызывающую туберкулез, благодаря чему стала возможна разработка методов диагностики и лечения этого заболевания.

По статистике ВОЗ, туберкулез – одно из самых смертоносных заболеваний. Ежегодно на планете от туберкулеза умирает почти 1,5 млн человек.

**Степень риска развития туберкулеза у зараженных составляет 5-15%. Однако она значительно выше у людей с ослабленным иммунитетом, диабетом, недостаточностью питания, курящих. Так, у ВИЧ-инфицированных вероятность возникновения активной формы туберкулеза возрастает в 20-30 раз.**

**ТУБЕРКУЛЕЗ - ИНФЕКЦИОННОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА И ЖИВОТНЫХ, ВЫЗЫВАЕМОЕ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ МИКОБАКТЕРИЙ ИЗ ГРУППЫ MYCOBACTERIUM TUBERCULOSIS COMPLEX (M. TUBERCULOSIS И ДРУГИМИ БЛИЗКОРОДСТВЕННЫМИ ВИДАМИ), ИЛИ ИНАЧЕ ПАЛОЧКАМИ КОХА ПРИ КОТОРОМ ПОРАЖАЮТСЯ РАЗНЫЕ ОРГАНЫ (КОЖА, ПОЧКИ, КИШЕЧНИК, ГЛАЗА, КОСТНО-СУСТАВНАЯ СИСТЕМА И ДР.), НО ЧАЩЕ ВСЕГО ЛЕГКИЕ. ТУБЕРКУЛЕЗ ПО-ПРЕЖНЕМУ ЯВЛЯЕТСЯ ОДНОЙ ИЗ 10 ВЕДУЩИХ ПРИЧИН СМЕРТНОСТИ В МИРЕ.**

Основу профилактики туберкулеза среди всего населения составляют меры, направленные на повышение защитных сил организма: соблюдение правильного режима труда; рациональное и своевременное питание; отказ от курения, наркотиков, злоупотребления спиртными напитками; прием поливитаминов в весенний период; закаливание, занятия физкультурой; соблюдение здорового образа жизни, а также мероприятия, оздоравливающие жилищную и производственную среду (снижение скученности и запыленности помещений, улучшение вентиляции).



В нашей стране проводится специфическая профилактика туберкулеза – вакцинация новорожденных БЦЖ вакциной