



## ИЗ-ЗА КИШЕЧНОЙ ПАЛОЧКИ УВОЗЯТ НА КАТАЛОЧКЕ

С начала года она уложила на больничные койки более пяти тысяч жителей Днепропетровщины. Главный областной инфекционист Валентина Ткаченко напоминает, что среди основных причин, которые вызывают заболевание, – грязные руки, некачественные еда и вода.



– Мы уже не раз акцентировали внимание на том, что летом количество заболеваний кишечными инфекциями традиционно возрастает почти на треть, поэтому и меры предосторожности нужны особенные, – говорит она. – Важно учитывать, что продукты в эту пору портятся гораздо быстрее, а все купленное с рук на стихийных рынках несет в себе опасность. Мы постоянно призываем людей быть внимательными к своему здоровью, соблюдать правила гигиены, но, к сожалению, прислушиваются не все. Как результат – пять тысяч обращений и госпитализаций в инфекционные отделения. В прошлом году за аналогичный период было почти вдвое меньше.

Очень печально то, что среди пострадавших от пищевых отравлений жителей Днепропетровщины – 70 процентов дети.

– Детский организм наиболее чувствителен к разного рода заболеваниям, к инфекционным тем более, – объясняет причину Валентина Ткаченко. – То, что из пяти тысяч пациентов, которым оказывалась помощь в инфекционных отделениях в этом году, основная масса – дети, чрезвычайно тревожный сигнал для взрослых, в первую очередь для родителей. И напоминание о том, насколько важно тщательно следить за их питанием, за свежестью продуктов, условиями хранения.

Самым распространенным заболеванием Валентина Ткаченко называет ротавирус, сопровождающийся высокой температурой, рвотой, расстройством кишечника. Если вовремя не оказать ребенку помощь, от быстрого обезвоживания он может даже умереть. В основном причиной этой инфекции становится молочка, приготовленная в домашних условиях, те же йогурты...



– Призываю родителей ответственно относиться к тому, где и как кушают дети, – обратилась ко взрослым Валентина Дмитриевна. – Причиной кишечной палочки может стать и вода, которая попадает в организм во время купания в водоемах. Через грязные руки легко подхватить гепатит А и много других болезней. Поэтому гигиену сейчас переоценить сложно. Также советую покупать пищевые продукты только в узаконенных местах торговли, а не на стихийных рынках, придерживаться правил приготовления пищи, мыть овощи и фрукты перед употреблением кипяченой водой.

При первых же симптомах пищевого отравления, а это повышенная температура, вздутие живота, рвота, понос, специалист советует немедленно обращаться за медицинской помощью по месту жительства или на ул. Канатную, 17, ни в коем случае не заниматься самолечением.

### ПРОФИЛАКТИКА ПРЕДТВРАТИТ ПРОБЛЕМУ

**1** Перед приготовлением пищи всегда мойте руки. Посуду, в которой была рыба или мясо, нужно тщательно мыть горячей водой с моющими средствами.

**2** Придерживайтесь температурного режима и времени при приготовлении пищи.

**3** Ни в коем случае не ешьте продукты, которые выглядят испорченными, неприятно пахнут, а также из бомбажных банок.

**4** При закупке продуктов обращайте внимание на сроки их реализации. Скоропортящиеся храните в холодильнике.

**5** Не покупайте пищевые продукты на стихийных рынках или с рук у частных лиц.

**6** Приготовленные блюда в жаркую погоду лучше съедать сразу, а в случае повторного употребления они должны проходить вторичную термическую обработку. Хранение готовых блюд без холода – до двух часов.

**7** Не берите с собой в дорогу то, что быстро портится: колбасные, молочные, кулинарные, кондитерские изделия или другие продукты, требующие охлажденного хранения.

**8** Перед употреблением хорошо мойте водой овощи, фрукты и ягоды. Перед тем как дать ребенку, обдайте кипятком.

**9** Не используйте для питья, приготовления пищи и мытья посуды воду из незнакомых источников (реки, озера, подземные источники, поверхностные воды).

• Реклама

## МАСЛО ОБЛЕПИХИ – ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА ЧУДО-ДЕРЕВА



Реклама. Добавка дієтична.  
ТУ У 10.8-00480951-004:2016 "Добавки дієтична основі олій та жирів. Технічні умови".  
Виробник: ПАТ «Лубнифарм», Україна, 37500, м. Лубни, вул. Барвінкова, 16.  
Тел. (05361)7-09-26. Вартість дзвінків згідно тарифів Вашого оператора зв'язку.  
lubnypharm@lf.com.ua, www.lf.com.ua

Благодаря разработкам украинской фармацевтической компании «Лубныфарм» линейка целебных масел пополнилась новинкой – диетической добавкой к рациону питания «Масло облепихи».

В составе масла более 190 питательных веществ и фитонутриентов, в том числе витамин С, которого в 12 раз больше, чем в апельсинах. Плюс витамины, до 15 микроэлементов и 18 аминокислот. «Жидкое золото» единственное растение, которое содержит омега-3, 6, 7 и 9 жирные кислоты.

Итак, ранозаживляющее и регенерирующее, иммуномодулирующее и антибактериальное, желчегонное и противовоспалительное, обезболивает и антиоксидантное, сосудукрепляющее и общетонизирующее, онко- и радиопротекторное. Поэтому облепиховое масло – отличный поливитаминный комплекс, который на протяжении столетий находит применение в лечении и профилактике самых многообразных заболеваний.

Область применения облепихового масла весьма широка: от медицины до косметологии. Диетическую добавку к рациону питания «Масло облепихи» от «Лубныфарм» можно рекомендовать к употреблению пациентам гастроэнтерологического профиля, нуждающимся в снижении кислотности желудочного сока, улучшении защиты слизистых оболочек ЖКТ и восстановлении разрушенных в результате действия токсинов или алкоголя гепатоцитов. Это уникальное масло – прекрасное средство при язвах желудка и двенадцатиперстной кишки, причем следует понимать, что такими лечебными свойствами в отношении ЖКТ обладает именно облепиховое масло, а не сок или ягоды этого растения, применение которых категорически противопоказано при данном заболевании, особенно, если оно сопрово-

ждается повышенной кислотностью. Однако, используя облепиховое масло в качестве лекарства от гастрита, нужно строго соблюдать рекомендуемую дозировку и помнить о противопоказаниях – индивидуальная непереносимость, воспаление желчного пузыря, гепатит, панкреатит.

Кроме того, облепиховое масло – отличный природный витаминный комплекс и рекордсмен по содержанию каротиноидов, необходимых нашим глазам для нормального функционирования. Поэтому это отличное профилактическое средство от большинства глазных заболеваний, в том числе катаракты, глаукомы, диабетической ретинопатии, возрастной макулодистрофии.

Также «Масло облепихи» от «Лубныфарм» является прекрасным источником веществ, которые оказывают благотворное влияние на состояние сердца и сосудов, так как в нем есть большое количество фитостеролов. Оно способствует снижению холестерина, повышению и укреплению эластичности стенок сосудов, предотвращает воспалительные процессы в сердечно-сосудистой системе, нормализует давление и свертываемость. Поэтому его рекомендуется применять для профилактики и лечения атеросклероза, ишемической болезни, воспалительных заболеваний сосудов и сердца.

Поможет масло и больным с ожирением и сахарным диабетом. В облепиховом масле есть вещества, регулирующие сахар в крови и участвующие в выработке инсулина, а также улучшающие липидный обмен. Мужчинам для сохранения мужской силы также полезно применять облепиховое масло.

Полезно масло и в период реабилитации после операций, тяжелых болезней, прохождения лучевой терапии, гиповитаминозе или авитаминозе витаминов А и Е, а огромное количество веществ, благотворно влияющих на кожу, ногти и волосы раскрывает широкий спектр применения в дерматологических и косметологических целях...

**«Масло облепихи» от «Лубныфарм» — самое лучшее, что дает нам природа!**

### Порада лікарів

## ЛІСОВІ ДЕЛІКАТЕСИ ЗАЛИШАЙТЕ В ЛІСІ



На Дніпропетровщині грибами отруїлися вже четверо дітей. Така сумна цюгорична статистика. На щастя, лікарям вдалося врятувати малих. Та це гарний привід для дорослих задуматися над проблемою.

– Отруєння грибами зазвичай дуже важкі та можуть призвести до ускладнень або навіть смерті, – нагадують в обласному департаменті охорони здоров'я. – Трапляються випадки, коли причиною недуги стають їстівні гриби, які росли біля дороги або довго пролежали в теплі. Від «тихого полювання» краще взагалі відмовитися. А якщо все ж зважилися, суворо дотримуйтеся правил.

Насамперед не слід збирати гриби, в яких сумнівається. Так,

бліда поганка, шаматочок якої може призвести до смерті, добре маскується під їстівний гриб. Не можна також класти до кошика слизькі, в'ялі, червиві, запліснявілі гриби – вони токсичні.

Заборонено збирати гриби в місті, поблизу полів, автомобільних і залізничних колій, сміттєзвалищ. Почищені гриби слід готувати одразу або найпізніше зранку наступного дня, готові – зберігати у холодильнику.

Оскільки гриби важкі для шлунка, тож їх взагалі не варто їсти дітям до семи років, вагітним, жінкам, які годують груддю. Якщо ж після вживання грибів людина відчула навіть найменше нездужання, слід негайно звернутися до лікаря.