

Літо... Спек... Кишкові інфекції?

Літо — час відпусток та відпочинку на морі, берегах річок та водоймищ, дачних ділянках, у лісі та інше. Але ж добрий настрій може бути зіпсований виникненням розладу здоров'я з боку шлунково-кишкового тракту який проявляється погіршенням самопочуття, підвищенням температури, виникненням болю у животі, блюванням, проносом.

Як правило, виникнення захворювань на ГКІ пов'язане з порушенням правил дотримання особистої гігієни, порушенням терміну зберігання та вживання продуктів харчування, які швидко псуються, вживанням води із випадкових джерел для пиття, мийки посуду та інше.

Збудники захворювань на ГКІ добре зберігаються у зовнішньому середовищі, швидко розмножуються у харчових продуктах та викликають розвиток захворювання у короткий термін.

Чутливість населення, особливо дітей, до кишкових інфекцій є дуже високою. Щоб запобігти зараженню пропонуємо дотримуватись наступних рекомендацій:

- не купувати їжу на стихійних ринках або "з рук";
- не використовувати для пиття, приготування їжі та миття посуду воду з незнайомих джерел водопостачання. Для пиття і приготування їжі використовувати питну воду з централізованих джерел водопостачання, або воду питну бутильовану;
- не допускати споживання продуктів та напоїв з простроченим терміном зберігання;
- не вживати харчові продукти та напої при найменшій підозрі щодо їх недоброякісності;
- при неорганізованому відпочинку (туристичні мандрівки, екстремальний туризм тощо) для миття посуду і рук вода має бути проварена, для пиття та приготування їжі необхідно мати з собою запас питної води;
- при купівлі харчових продуктів та напоїв обов'язково звертати увагу на терміни та умови зберігання продуктів харчування
- зберігати продукти харчування тільки у спосіб зазначений на упаковці та у встановлений термін;
- при купівлі будь-якого харчового продукту у торговельній мережі споживач має право вимагати у продавця документи, що підтверджують якість та безпеку реалізованої продукції;
- не готувати продукти із запасом. Приготовлені страви бажано

споживати відразу, а у випадку їх повторного споживання вони мають бути піддані повторній термічній обробці. Зберігання виготовленої страви без холоду не повинно перевищувати 2 години; при здійсненні подорожі не рекомендовано брати у дорогу продукти, що швидко псуються (ковбасні, молочні, кулінарні, кондитерські вироби або інші продукти, що потребують охолодження при зберіганні);

- на відпочинку без організованого харчування виключати приготування багатокомпонентних страв, що не мають достатньої термічної обробки (паштети, м'ясні салати тощо);
- при споживанні овочів, фруктів та ягід їх необхідно добре промити питною водою. При споживанні дітьми - обдати окропом.
- при харчуванні у непристосованих умовах (ліс, пляж тощо) виключати контакт продуктів з ґрунтом та піском;
- перед приготуванням їжі та перед її вживанням обов'язково мити руки з милом;
- при відпочинку з дітьми батьки повинні ознайомити дітей з правилами харчування та правилами дотримання особистої гігієни. Для дітей молодшої вікової групи - батькам необхідно ретельно слідкувати за тим, щоб дитина не споживала незнайомі ягоди та інші продукти невизначеного походження;
- для купання та відпочинку користуватися лише офіційно відкритими для цього пляжами.

У випадку виявлення перших ознак кишкового захворювання терміново звернутись до найближчої лікувальної установи. Не рекомендовано займатись самолікуванням. При груповому відпочинку хворого бажано тимчасово(до прибуття лікаря) ізолювати від решти колективу. При тяжкому стані хворого негайно викликати швидку допомогу.

Лікар-епідеміолог Ленінської районсанепідстанції

В. В. Мамонтов

Матеріал підготовлено
за допомогою СЕС
Ленінського району

Комариная рать — серьезная угроза нашему здоровью

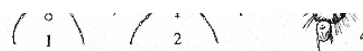
Вот и наступило долгожданное лето — пора отпусков, каникул, пикников на природе. Но радость общения с ней могут омрачить совсем маленькие, иногда незаметные существа — кровососы. Речь пойдет о насекомых, которые не только больно кусают и пьют кровь, вызывая аллергические реакции на коже, а еще могут и заразить нас различными болезнями.

Комары — мы уже привыкли к их соседству в квартирах, на дачах и других, посещаемых людьми местах. Часто люди игнорируют различные способы защиты против комаров, а большинство даже и не подозревает, какую опасность в себе таят эти «злостные кровопийцы». Если о малярии помнят, в основном, люди старшего поколения и военнотруженики-«афганцы», то не стоит думать, что эта болезнь никогда к нам не возвратится. Малярийный комар — переносчик малярии, есть и никуда не денется. А, учитывая постоянную миграцию населения и столь популярный туризм в экзотические страны, эндемичные по малярии (т.е. те, в которых имеются стойкие природные очаги данного заболевания), привозные случаи малярии и изумительно подходящие природные и погодные условия для развития малярийных комаров, можно только догадываться, когда грянет гром.

Для информации: южные страны СНГ, Турция находятся в списке государств,

эндемичных по малярии. Так же следует знать, что заболевание малярией от момента заражения (от укуса комара) может проявиться в срок от 7 дней до 4 (!) лет.

На этом опасность комара не заканчивается. Кроме малярийных комаров нас кусают



и обычные комарики, часто называемые пискунками, которые своим зудящим пискосом мешают спать по ночам. Эти «товарищи» могут наградить человека такой заразой как **лихорадка Западного Нила** или подкожным гельминтозом-дирофиляриозом.

Заболевших лихорадкой пока еще единицы, а вот больных дирофиляриозом уже насчитывается десятки.

Источником дирофиляриоза являются собаки, как правило бродячие, а переносчиком — комары, которые плодятся у нас в домах, в подтопленных подвалах, на дачах в емкостях с водой, в мелких лужах и стоячих водоемах. Комар, укусив заразную собаку, затем кусает человека и впрыскивает ему под кожу мельчайшую личинку, которая, двигаясь по всему телу (под кожей) со скоростью до 30 см в сутки, растет до 38 см (!) и развивается в среднем до года. «Ужастик» такой заканчивается хирургическим удалением опухоли со

взрослой особью, которая чаще всего локализуется на слизистых и в глазном яблоке. Хотя человек и является тупиковой ветвью развития для

Советы отдыхающим.

* На природе защищайте открытые участки своего тела репеллентами (защитные аэрозоли, кремы).

Путешествующие по экзотическим странам, не поленитесь по возвращении из поездки пройти обследование на малярию, гельминтозы в поликлинике по месту жительства (бесплатно). Будете спать спокойнее.

А если в течение 3-х лет после возвращения из жарких стран у Вас будет периодически повышаться температура, не забудьте сказать доктору, где вы отдыхали. Здоровья Вам и приятного общения с природой!

*Энтомолог санэпидстанции
Ленинского района Титова И.Г.*

Уперше: 200 найкращих вузів України (За матеріалами “Дзеркало тижня” №11, 2007 р.)

Відомо, що будь-яке порівняння кульгас. Але так уже влаштоване життя - порівнювати нам доводиться щодня, а то й щогодини. Тому головною умовою слушності вибору є наявність системи чітких критеріїв порівняння порівнюваних речей, понять і явищ. Це особливо важливо в тих випадках, коли проблема вибору стосується великих соціальних груп. І однією з них, поза сумнівом, є вища школа.

Нині в системі вищої освіти країни навчаються 2 млн. 704 тисячі студентів. Додайте до цього абітурієнтів, їхніх батьків, роботодавців, для котрих ціна диплома різних вузів теж має різну вагу. Отримане число переконливо доведе актуальність створення і впровадження чіткої системи рейтингування наших вузів.

Україна довго тупцювала біля порога визначення міжнародних рейтингів університетів. Головним гальмом була відсутність національної системи рейтингування і членства в Міжнародній експертній групі з визначення рейтингів. Деякі високі чиновники від освіти міркували приблизно так: “Який сенс нам потрапляти в одну компанію з Гарвардом і Оксфордом, якщо навіть Московський університет у загальноновизнаному Шанхайському рейтингу “Топ-500” посідає 70-те місце, а Пітерський перебуває тільки в п'ятій сотні? Куди вже нам!”.

Звичайно, очікувати появи українських вузів на головних позиціях світового табеля про ранги нині не доводиться. Але мати “компас”, який допомагає визначити координати нашого перебування у світовій і європейській системах вищої освіти, краще потрібно.

Отже, два перші важливі кроки зроблено: торік представники України ввійшли до Міжнародної експертної групи (IREG), а подану ними методику визначення рейтингів національних вузів було схвалено. Ну, а щодо місця під сонцем наших університетів у світових і європейських рейтингах - тут набирає сили крилата фраза нашого першого президента...

І ще про одне. Немає у світі ідеальних методик визначення рейтингів вузів. Як, утім, немає і їхніх опонентів, які б запропонували ідеальну альтернативу. Хтось вимагає включити показники обсягів бібліотечних фондів, хтось - кількості передплатних видань профільної наукової періодики (вітчизняної та зарубіжної), інші - лабораторних площ на одного студента тощо.

Розробники та упорядники рейтингу вітчизняних університетів

“Топ-200 Україна” спиралися на матеріали, подані самими вузами і завірені особистими підписами ректорів. І тільки після ґрунтовної перевірки даних співробітники кафедри ЮНЕСКО і Науково-дослідного інституту прикладних інформаційних технологій наважилися представити остаточні результати на суд громадськості. Крім загального, складено також рейтинги за класифікаційними групами (економічні вузи, медичні і т.д.).

За даними Рейтингу ВНЗ “Топ-200 Україна” **Запорізька державна інженерна академія** займає місце у “золотій середині”. Ми пропустили поперед себе лише два запорізьких ВНЗ (ЗІДМУ та ЗДМУ), проте обійшли ЗНУ (на 28 пунктів) та ЗНТУ (на 35 пунктів)...

Вища школа України в цифрах і фактах

Вищих навчальних закладів: університетів, академій, інститутів, консерваторій, коледжів, технікумів (вищих професійних училищ) та ін. - 951.

Сектор державної форми власності включає 232 вузи III-IV рівнів акредитації і I-II рівнів - 517. Серед них 141 університет, 52 академії, 39 інститутів і консерваторій, 128 коледжів, 231 технікум і 158 училищ.

Сектор приватної форми власності налічує 126 вузів III-IV рівнів акредитації і 76 - I-II рівнів. У т. ч. 35 університетів, 9 академій, 82 інститути, 55 коледжів, 18 технікумів і 3 училища.

За роки незалежності України чисельність студентів на 10 тис. населення збільшилася з 310 до 578 осіб.

Спостерігається тенденція до омолодження студентства України: середній вік студента в 1993 році становив 20 років, нині - 19.

Сьогодні вища школа України готує фахівців із 76 напрямів і 584 спеціальностей, що дозволяє задовольняти потреби всіх галузей народного господарства країни.

Контингент студентів за джерелами фінансування розподіляється так: у вузах I-II рівнів акредитації 51,3% студентів навчаються на кошти державного бюджету, 35,5% - на кошти фізичних і юридичних осіб, 11,7% - на кошти місцевого бюджету, 1,5% - на галузеві кошти; у вузах III-IV рівнів акредитації 54,9% студентів навчаються на кошти державного бюджету, 43,0% - на кошти фізичних і юридичних осіб, 0,4% - на кошти місцевого бюджету, 1,7% - на кошти зацікавленої галузі. Тобто кожен другий студент є інвестором системи вищої освіти.

Есть мнение...

Нужна ли «инженерке» стоянка для велосипедов?

Вы заметили, с каждым днем на улицах нашего города появляется все больше велосипедистов? Кто они? — Люди, которые выбирают здоровый образ жизни, бодрость духа и свободу передвижения. Но в жизни велосипедистов масса трудностей. Это и разбитые дороги, и хамское поведение водителей автотранспорта, полное отсутствие велосипедных дорожек и стоянок для «железных лошадей».

В старушке Европе ни у кого не вызовет удивление бизнесмен, едущий на работу на велосипеде. Да зачем же так далеко ходить. В любом украинском селе, где незабвенные «Украина» и «Аист» являются основным видом транспорта, удобные места для парковки можно увидеть и у хозяйственного магазина, и у сельсовета. Но у городских любителей велопрогулок нет такой возможности и они вынуждены приковывать своих «коней» то к берёзке, то к знаку «стоянка для инвалидов», а то и вовсе оставляют без присмотра, что в наше не лёгкое время весьма небезопасно.

Я думаю, что обустройство небольшой велосипедной стоянки в инженерной академии будет делом не очень затратным, и в тоже время привлечет студентов к здоровому образу жизни и спорту. Так почему же не разрешить студентам хотя бы на время занятий, оставлять велосипед на территории ЗГИА.

Азанова Н., ТЭ-2-03д

Шутят программисты...

В вашем теле произошла критическая ошибка. Пожалуйста, остановите все процессы жизнедеятельности, умрите и родитесь заново.

Microsoft Corporation.

Более мощный компьютер глючит быстрее и точнее.

Если эта надпись уменьшается - ваш монитор уносятся!

Среди наиболее необходимых программ для Windows лидирует программа Uninstaller.

Разговор с юзером по телефону:
- Наведите указатель на объект и нажмите правую кнопку мыши.

- А у меня нет такой кнопки!!! У меня — обе левые...

- Поверните мышку по часовой стрелке на 90 градусов.

- Ой! А так даже удобнее!!!

Для тестирования новых версий программного обеспечения фирма Microsoft приглашает слепую полную дуру с кривыми руками и никогда не имевшую дело ни с какими компьютерами.

- В Интернете появился корейский вирус. Он попадает к вам в почту и съедает собаку.

- Что такое хард?
- Это то, что можно от души швырнуть об стенку.

- А что такое софт?
- Это то, что можно лишь обругать матом.

Встречаются 2 программиста.

- Ты чего такой грустный?

- Да что-то с досом.

- Виснет, глючит?

- Да дет, просто дасморк.

- Зачем компьютеры пищат, когда нажимаешь сразу много клавиш?

- Чтобы будить уснувших на клавиатуре программистов.

Газета зареєстрована управлінням у справах преси та інформації Запорізької облдержадміністрації 16 листопада 1998 року Реєстраційне свідоцтво 33 № 309

Щомісячна газета Запорізької державної інженерної академії Газету віддруковано з комп'ютерного оригінал-макету в друкарні ТОВ “С-Прінт” Адреса редакції: м. Запоріжжя, пр. Леніна, 226, кімната 309 тел. 223-83-62 Тираж 1000 прим.

Шеф-редактор - **В. І. Пожусєв**
Редактор - **Н. А. Юсупова**
Коректор - **І. В. Скляр**
Дизайн і верстка - **Н. А. Юсупова**