Автор: А.П.Захарова, зав. отделом общественного здоровья



Решение о ежегодном проведении такого дня принято Генеральной Ассамблеей ООН совместно с Детским фондом ЮНИСЕФ и Всемирной организацией здравоохранения в 2008 году. Этот день призван повысить уровень осведомленности населения о положительном влиянии мытья рук на здоровье.

Главная задача этого дня – сделать акцент на том, что эта несложная процедура является, по сути, самым эффективным способом не только защитить себя от множества опасных заболеваний, но и остановить их рост.

Проведенная по правилам и своевременно, она помогает эффективно бороться с гепатитом и дизентерией, во многих случаях способна предотвратить острые респираторные заболевания (ОРЗ) и массу других недугов. Согласно статистическим данным, мытьё рук с мылом при возвращении домой из общественных мест, а также после поездки в общественном транспорте, после посещения туалета и перед едой, снижает возможность возникновения острых кишечных и респираторных заболеваний. Через загрязненные руки болезнетворные бактерии попадают в пищевые продукты, воду, овощи, фрукты, ягоды. а также на разные предметы домашнего обихода, вещи, детские игрушки. Всемирный день чистых рук призван не только напомнить о необходимости мыть руки, но и основные правила, несоблюдение которых сводит эффективность этой процедуры к нулю.

Самыми «грязными» предметами признаны телефоны, в том числе мобильные, письменные столы, клавиатуры и компьютерные мыши, а также дверные ручки и выключатели света.

Процедура простого мытья рук с мылом помогает удалить с поверхности кожи до 90% микроорганизмов и позволяет значительно снизить передачу инфекций контактно-бытовым путем, например вероятность передачи возбудителей кишечных инфекций снижается до 40% при регулярном мытье рук.

И главное:

• Мыть руки нужно обязательно с мылом и не менее чем 10-15 секунд.

• Столько же стоит потратить на их ополаскивание под струей проточной воды.

• Нужно обязательно насухо вытирать руки, ведь влажные руки переносят больше бактерий и вирусов, чем сухие.

• Вытирать руки лучше одноразовым бумажным полотенцем

Итого, в общей сложности 30-40 секунд, потраченные на «правильное» мытье рук могут предотвратить все так называемые «болезни грязных рук»: холеру, пневмонию, гепатит А, грипп и многие другие.

Помните, чистые руки — залог вашего здоровья!

В период проведения Всемирного дня чистых рук будут организованы «прямые» телефонные линии к Всемирному дню чистых рук:

- 14 октября 2016 г. с 11.00 до 13.00 по телефону: 2-06-65 с участием заведующего отделом эпидемиологии ГУ «Речицкий ЗЦГЭ» Игнатовым Кириллом Олеговичем;

- 14 октября 2016 г. с 14.00 до 16.00 по телефону: 6- 47- 99 с участием врача-эпидемиолога Речицкой ЦРБ Ермаковой Евгении Игоревны