

Навіть, якщо не має води в крані руки потрібно мити. Обов'язково потрібно мати запас води для миття рук. Мити потрібно всі поверхні рук і також ретельно мити під нігтями. Після того, як руки намилили потрібно не менше 20 секунд потерти долоні одна об одну, а також з тильного боку, між пальцями та поверхню долоні. Потім руки полощуть (змивають мило) і на останок осушують руки чистим рушником (паперовим чи тканинним). Руки потрібно мити в таких випадках: перед та після відвідування туалету, перед споживанням їжі або приготуванням їжі і після контакту з тваринами. Миття рук часто з милом і водою, особливо після кашлю та чихання допоможе знизити ризик поширення вірусів.

Незважаючи на стрес, який приносить війна, все ж таки потрібно намагатися обмежити вживання вільного цукру. Для чоловіків не більше 9 чайних ложок або 36 грамів на день. Для жінок не більше 6 чайних ложок або 24 грами на день. Надмірне вживання цукру призводить до підвищеного ризику виникнення цукрового діабету, онкологічних хвороб та хвороб серцево-судинної системи.

УПРАВЛІННЯ У СФЕРІ ПОВОДЖЕННЯМ З МЕДИЧНИМИ ВІДХОДАМИ

Петрусевич Т.В., Зубленко О.В.

Національний медичний університет імені О.О. Богомольця

Вступ. Медичні відходи, як небезпечні відходи, можуть створювати загрозу як довкіллю так і здоров'ю людини. Згідно даним ВООЗ близько 85% відходів, які утворюються внаслідок медико-санітарної діяльності, є безпечними, а 15% вважаються інфекційно, хімічно або радіаційно небезпечними відходами. Проблема належного управління поводження з відходами в цілому та з медичними відходами в тому числі в Україні потребувала негайного вирішення. Українське законодавство в 2022 р. поповнилось новим прогресивним Законом. «Про управління відходами» в якому визначено поняття «медичні відходи», як відходи, що утворюються внаслідок здійснення діяльності з медичного обслуговування або ветеринарної практики, здійснення експертиз та досліджень у сфері охорони здоров'я, ветеринарної медицини, у тому числі наукових чи дослідницьких робіт. Загальні вимоги до поводження з медичними відходами в закладах охорони здоров'я з метою попередження їх негативного впливу на життя, здоров'я населення та довкілля і визначають порядок сортування, збирання, оброблення (перероблення), зберігання, перевезення, утилізації, видалення, знезараження, захоронення, знищення медичних відходів регламентуються тепер Наказом МОЗ України №1602 від 06.09.2022 р. «Про затвердження Змін до Державних санітарно-протиепідемічних правил і норм щодо поводження з медичними відходами».

Зміст. Основні зміни які відбуваються в питанні управління поводження з медичними відходами згідно нового Наказу стосуються: класифікації, сортування медичних відходів, поводження з відходами категорії В, зменшення

переліку токсичних відходів та ліцензування діяльності з управління небезпечними відходами. Тепер до відходів категорії А (побутові відходи) відноситься первинне пакування лікарських засобів (крім пакування токсичних, наркотичних та сильнодіючих засобів). Також до цієї категорії відносяться харчові відходи всіх стаціонарів, зокрема, інфекційних, фтизіатричних та дерматовенерологічних. За новими правилами, відходи категорії В (інфекційно-небезпечні відходи), які забруднені біологічними рідинами, після обробки можна передавати на вторинну переробку, крім небезпечно гострих відходів. Важливим моментом є перевага обробці відходів насиченою водяною парою під тиском за допомогою спеціального обладнання над хімічною дезінфекцією. Замочування в хімічних дезінфектантах це досить небезпечно для персоналу закладу практика, яка крім того сприяє забрудненню навколишнього середовища потребує зайвого витрачання коштів на придбання дезінфектантів для цієї процедури. Тепер до медичних відходів категорії С належать відходи, забруднені цитостатиками, генотоксичними лікарськими та діагностичними засобами, первинна упаковка від отруйних та сильнодіючих лікарських засобів, а також стоматологічна амальгама.

Висновок. Відбуваються зміни на законодавчому та нормативно-правовому рівні в системі управління поводження з медичним відходами в Україні, що буде мати позитивний вплив на практики поводження з медичним відходами в закладах охорони здоров'я. Питання врегулювання управління поводження з медичними відходами впроваджують в практику охорони здоров'я безпечні техніки поводження з медичними відходами, більш раціональний підхід витрати коштів та заощадливе ставлення до навколишнього середовища.

ФОРМУВАННЯ ЗАБРУДНЕННЯ АТМОСФЕРНОГО ПОВІТРЯ ПРОМислового міста в сучасних умовах

Півник Д.А.

Науковий керівник – доцент кафедри загальної гігієни, медичної екології та профілактичної медицини Федорченко Р.А.

Запорізький державний медичний університет, м. Запоріжжя

Актуальність. За результатами, опублікованими Всесвітньою організацією охорони здоров'я, 90% населення світу мешкає в районах, де рівень концентрацій хімічних речовин у атмосферному повітрі перевищує рекомендовані показники [1]. Майже чверть населення планети помирає саме через погані екологічні умови [2]. Епідеміологічними дослідженнями доведено, що за останні роки зростають показники дитячої смертності, захворюваності населення на рак легенів та серцево-судинні захворювання, скорочується тривалість життя на 1-5 років, все частіше зустрічається рак різної локалізації серед дітей [3].

Методи досліджень: пошуково-бібліографічний; санітарно-гігієнічний; епідеміологічний; системного аналізу; математичний (статистична обробка й аналіз отриманих матеріалів).