



Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным
бедствий

18.10.2024 11:10

Профилактика сезонных заболеваний



Коллектив ФГКУ «Национальный горноспасательный центр» прослушал лекцию о вопросах заболеваемости респираторными инфекциями. Занятие было приурочено к Всемирному дню

Идея столь необычной даты принадлежит группе ООН, Детскому фонду ЮНИСЕФ и Всемирному дню чистых рук – привлечь внимание детей и взрослых к правильному и простому способу дешево защитить себя от различных инфекционных заболеваний.

Правила мытья рук появились в медицине более 170 лет назад. Чтобы приемы мытья и обработки ран пришлось потрудиться нескольким поколениям врачей и ученых. В 1847 году венский врач Листер предложил использовать раствор хлорной извести. Эта простая мера имела небывалый успех – смертность пациентов в Англии впервые стало пропагандироваться мытьё рук, что вывело медицину того времени на новый уровень.

А что говорят эксперты?

Просто мытье рук с мылом удаляет с поверхности кожи до 90% возбудителей и позволяет избежать заражения. Доказано, что эта нехитрая процедура способствует снижению уровня включенных в статистику заболеваний – почти на 25%.

Почему правильная гигиена рук так важна?

1. 80% инфекционных заболеваний передаются через прикосновения.
2. Особенно важно мыть руки перед приготовлением еды и после посещения туалета.
3. Основная масса повреждений рук находится на кончиках пальцев и под ногами.
4. Рекомендуемое время выполнения рук составляет минимум 20 секунд. Люди в среднем мыют руки всего 10 секунд.
5. Влажные руки в 1000 раз чаще распространяют бактерии, чем сухие руки. Самым гигиеничным способом являются одноразовые бумажные полотенца.

Лекция подготовлена и проведена работниками медицинского центра ФГКУ «Национальный горноспасательный центр»