



«Трудные дети...или дети, которым трудно»



22 марта 2016г. на базе КСОШ № 4 специалисты КГБУЗ «Кежемская РБ» провели информационный семинар для педагогов, социальных педагогов, психологов. Тема встречи: «Трудные дети...или дети, которым трудно» была раскрыта медицинским психологом с точки зрения психофизиологического развития школьников каждого кризисного периода, особенно подростков и межличностного взаимодействия детей с ровесниками, педагогами и родителями.

Медики посоветовали педагогам, уделять особое внимание профилактической работе в школах, с целью предупреждения чрезвычайных происшествий с участием детей, а также чаще организовывать мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения, формирование установок на здоровый образ жизни, выявление подростков группы риска и организацию их занятости в свободное время.

НЕТ!

Не РОЖДАЮТСЯ ТРУДНЫЕ ДЕТИ!

Просто им вовремя НЕ помогли...



Над номером работали: Ващилко Д.М., Войченко И.А., Климова А.В., Косоногова Ж.Ю..



Всемирный день здоровья.

7 апреля Всемирный день здоровья

В 2016 ГОДУ ТЕМАТИКОЙ ДНЯ ОБЪЯВЛЕН - САХАРНЫЙ ДИАБЕТ.

Все мероприятия в районной больнице будут проводиться под лозунгом:

«Диабет: защитим наше будущее»



В 80 % случаев диабет можно предотвратить, для этого достаточно своевременно **изменить** свои привычки, ведь основа профилактики диабета — это здоровый образ жизни.

Актуальность проблемы обусловлена масштабностью распространения сахарного диабета. На сегодняшний день во всём мире зарегистрировано около 200 млн. случаев, но реальное число заболевших примерно в 2 раза выше (не учтены лица с лёгкой, не требующей медикаментозного лечения, формой). При этом заболеваемость ежегодно увеличивается во всех странах на 5 — 7%, а каждые 12 — 15 лет — удваивается, принимая характер неинфекционной эпидемии.

Сахарный диабет характеризуется устойчивым повышением уровня глюкозы в крови, может возникнуть в любом возрасте и продолжается всю жизнь.

Отчётливо прослеживается **наследственная предрасположенность**, однако реализация этого риска зависит от действия множества факторов, среди которых лидируют **ожирение** и **гиподинамия** (снижение физической активности). Различают **сахарный диабет** первого типа (инсулинозависимый) и **сахарный диабет** второго типа (инсулиннезависимый). Катастрофический рост заболеваемости связан с сахарным диабетом 2-го типа, доля которого составляет более 85% всех случаев.

В Кежемском районе в 2015 году из прошедших диспансеризацию определенных групп взрослого населения (3393 человек), впервые выявлено и взято на учет с сахарным диабетом - 76 человек, из них 45 женщин и 31 мужчин. 2,2 % от обследованных. А также два ребенка - 10 лет девочка и 12 лет мальчик. Всего на 01.01.2016г. состояло 685 человек с диабетом, из них - 8 детей. За 3 месяца этого года, при прохождении диспансеризации, уже выявлено и взято на учет 18 человек.

Сахарный диабет ухудшает качество и сокращает продолжительность жизни, увеличивает смертность в 2 — 3 раза. По данным ВОЗ **сахарный диабет** входит в тройку заболеваний, наиболее часто приводящих к инвалидизации населения и смерти (атеросклероз, рак и сахарный диабет).



Всемирный день здоровья.



Отчего возникает сахарный диабет?

Сахарный диабет — хроническое заболевание, которое возникает из-за того, что в организме перестает усваиваться сахар или глюкоза. Из-за чего его концентрация в крови многократно вырастает? Это может произойти по двум причинам. Например, если поджелудочная железа выделяет недостаточно гормона инсулина, отвечающего за превращение глюкозы в энергию. Из-за этого ткани тела теряют способность работать на поступающем в них сахаре, начинают «голодать» и пользоваться своими собственными запасами даже тогда, когда уровень сахара в крови очень высок. В дело идут жировые запасы, и при их расщеплении появляется токсичный продукт — ацетон, который накапливается в организме и отравляет его. Нарушается весь обмен веществ в организме. Ацетон усиливает нагрузку на почки и постепенно разрушает их. Перестают синтезироваться некоторые белки, в том числе и антитела, из-за чего существенно снижается иммунитет. Увеличивается синтез холестерина. Человек сильно худеет и слабеет из-за недостатка энергии. Отсутствие инсулина приходится постоянно возмещать инъекциями специальных препаратов, без которых человек может умереть. Такое заболевание называют сахарным диабетом первого типа или инсулинозависимым диабетом. Чаще он начинается в юном возрасте у тех, чьи родственники тоже болеют диабетом. То есть, заболевание может **передаваться по наследству**.

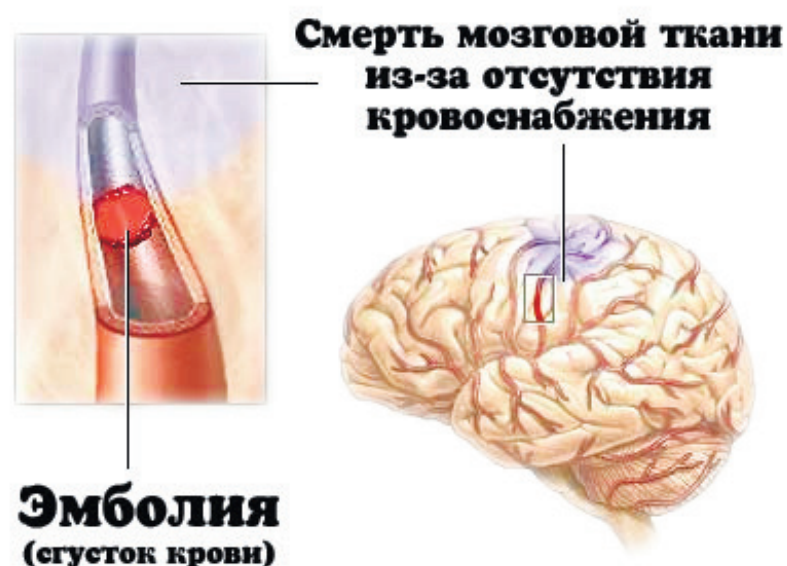
Сахарный диабет первого типа встречается в 10 — 15 процентах случаев всех заболеваний **сахарным диабетом**.

А на долю оставшихся 85 — 90 процентов приходится **сахарный диабет второго типа** или **инсулиннезависимый диабет**. Как видно из названия, недостаток инсулина здесь почти не причем. И, действительно, при сахарном диабете второго типа поджелудочная железа сначала работает как надо. При этом заболевании мышечная ткань, для которой глюкоза — основной поставщик энергии, не в состоянии использовать инсулин, вырабатываемый организмом. И ее клетки практически перестают получать жизненно необходимую глюкозу. Такое состояние называется **инсулинорезистентность** (нечувствительность тканей к инсулину). **Инсулинорезистентность** может быть врожденным недостатком, передающимся по наследству, но чаще всего встречается у людей с избыточной массой тела. По данным статистики более, чем 80 процентов больных **сахарным диабетом** имеют лишний вес.



Краевое государственное бюджетное учреждение здравоохранения "Кежемская районная больница"

**28 апреля 2016 года в Красноярском крае -
День борьбы с инсультом.**



Это должен знать каждый!

Инсульт развивается остро - это значит, что его признаки могут появиться в течение нескольких минут.

Пять основных вопросов, которые нужно задать, чтобы заподозрить инсульт:

1. Может ли человек идти и сохранять равновесие?
2. Может ли человек говорить, и симметрично ли у него лицо?
3. Чувствует ли человек слабость или онемение в половине тела?
4. Нарушилось ли (полностью или частично) зрение?
5. Очень ли сильная у человека головная боль?

Инсульт может начаться и с других, не обозначенных здесь, но внезапно возникших симптомов, но *эти 5 - самые частые.*

От того, насколько быстро Вы наберете 03, зависит жизнь и здоровье человека с инсультом!

Вызывайте скорую медицинскую помощь по телефонам:

Стационарный - 03, МТС - 030, Билайн – 003, Мегафон - 030, Tele2 – 030

ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ИНСУЛЬТА:

- Отрыв тромба
- Заболевания сердца, мерцательная аритмия
- Резкое снижение АД
- Повышение АД
- Разрыв аневризмы
- Нарушение свертываемости крови
- Атеросклероз (утолщение стенок артерий)