

## ПІЦЬ ЦІ НЕ ПІЦЬ ВАДУ З КРАНА

Наколькі якасная вада ў нашай краіне? Чога варта засцерагацца? Што лепш, калодзеж ці вода-прывод? На гэтыя і іншыя пытанні адказваюць спецыялісты Рэспубліканскага цэнтра гігіены, эпідэміялогіі і грамадскага здароўя, Міністэрства прыродных рэсурсаў, Міністэрства ЖКГ і інш.

**Як рэгулюецца якасць вады?**  
— Якасць вады вызначаецца Санітарнымі правіламі і нормамаі 10-124 РБ 99, — гаворыць **Наталія ХАЛАДЗІНСКАЯ**, намеснік галоўнага інжынера УП «Мінскводканал». — Кантроль якасці ажыццяўляецца штотдзённа. У мінулым годзе было адарана 16 214 пробаў вады. У 15 023 пробах быў выкананы мікробіялагічны аналіз вады. І толькі ў 0,068 працэнта былі знойдзены праблемы па мікробіялагічных паказчыках. Гэта была вада з водазаборных калонак. А па хімічных паказчыках — 0,03 працэнта. Вада сёння ў сталіцы па ўсіх паказчыках адпавядае нарматыўным патрабаванням. У Мінску, па праўдзе кажучы, даўно не адзначалася выпадкаў захворванняў.

Якасць вады таксама залежыць ад таго, з якіх крыніц яна ўзята. Таму што вада з падземных крыніц мае высокую смакавую якасць (гэта вызначаецца складам пэўных соляў, якіх няма ў вадзе з паверхні). У нас толькі трэцяя частка насельніцтва Мінска і трэцяя частка Гомеля п'юць з паверхневых водазабораў. А ўся астатняя краіна п'е з падземных водазабораў.

— Зараз ідзе распрацоўка плана па пераводзе сталіцы цалкам на падземныя крыніцы, — кажа **Наталія Халадзінская**. — Гэта досыць драгарага працадара, але гарадскія ўлады пагадзіліся на гэта.

**«Ваду з крана можна піць сырой»**  
— Па выніках 2009 года па Беларусі 0,8 працэнта вады, якая не адпавядае гігіенічным нарматывам па бактэрыялагічных паказчыках, — кажа **Ірына ЖАУ-НІЯК**, урач-гігіеніст аддзялення камунальнай гігіены Рэспубліканскага цэнтра гігіены, эпідэміялогіі і грамадскага здароўя. — А па рэкамендацыі Сусветнай арганізацыі аховы здароўя вада лічыцца бяспечнай у гігіенічных і бактэрыялагічных адноснах, калі гэты працэнт ніжэйшы за 5. Як бачым, у нас ён значна ніжэйшы. Таму ваду з крана можна спокайна піць нават не гатаваную і не бяжыча кішчэзнага расстойства.

**Фільтр можа стаць расаднікам мікробаў**  
— Самы эфектыўны спосаб прыбраць мікраарганізмы — крапіліццё ваду, — распавядае **Ірына ЖАУНІЯК**. — А ў тым жа фільтры, калі вы ім карыстаецеся не кожны дзень, а з прамежкамі, мікраарганізмы вельмі добра размнажаюцца. Яны не абавязкова хваробатворныя, але калі яны там падрозмножыліся, невядома, што можа атрымацца. У кране вада пастаняна абнаўляецца. І для мікраарганізму там няма ўмоў, каб развівацца і накаплівацца. Таму ў такім выпадку больш бяспечна піць ваду з-пад крана.

**Калі вада пахне хлоркай...**  
— Што датычыцца рэшткавага ўтрымання хлору, які бывае ў вадзе з паверхневых крыніц, гэта гарант таго, што ў вадзе не будзе хваробатворных мікраарганізмаў. Гэты працэнт бяспечны пры пастанянным ужыванні для здароўя чалавека, — працягвае **Наталія Халадзінская**. — У вярці гарадаў, такіх як Масква і Санкт-Пецярбург, напрыклад, на хлор ужо не звяртаюць увагі, яны прызвычайна. Хлорую вада можна піць з крана. Нават жывёлы п'юць такую ваду. Вось у мяне сестра жыве ў такім раёне, яе котка п'е ваду выключна з-пад крана.

**... а жалеза перавышае норму**  
— У нас жалеза ў палове ўсіх свідраваных перавышае норму. У прыцыпле, на здароўе чалавека гэта не аказвае ніякага ўплыву, — кажа **Таццяна МЯЛІШКА**, галоўны інжынер упраўлення камунальнай гаспадаркі і энергетыкі Міністэрства ЖКГ. — Па рэкамендацыях Сусветнай арганізацыі аховы здароўя лічыцца, што пры канцэнтрацыі жалеза за 2 мг на літр вады можна піць усё жыццё і не атрымаць захворвання, — сцвярджае **Ірына ЖАУНІЯК**. — Аднак у такой вадае мы не можам памыць білізны ды і на смак яна досыць непрыемная. Не дапамогуць

**Якасць калодзежнай вады значна горшая, чым водаправоднай. Па мікробіялагічных паказчыках гэта 14 адсоткаў, а бяспечнай вада з'яўляецца, калі гэты адсотак не вышэй за 5.** Трэба асцерагацца піць з калодзежа ваду сырой, пажадана яе гатаваць.

тут нават фільтры. — Гэта вялікая праблема для Беларусі, — працягвае **Таццяна МЯЛІШКА**. — Але яе можна вырашыць з дапамогай будаўніцтва станцый абезжалезвання. Пабудову такіх станцый прадуладжвае праграма «Чыстая вада». За 2009 год было пабудавана 55 аб'ектаў водаабеспячэння і водаадвядзення. Каля 150 млрд руб. затрацілі. Планаўца, што каля 50 аб'ектаў будзе ўведзена ў эксплуатацыю. Сёння станцыі абезжалезвання праектуюцца і ў нас на больш высокіх нарматывах, чым у заходніх краінах.

**Як даведання, якая вада ў вас?**  
— Насамрэч проста прыйсці і прынесці ў бутэльцы сваю ваду з-пад крана ў лабараторыю нельга. Вы ж не прыносіце з сабой кроў на аналіз. Яе бяруць у лабараторыі, — тлумачыць **Ірына ЖАУНІЯК**. — Ваду патрэбна правільна адабраць. Менавіта ад гэтага залежыць якасць аналізу. Бо нават калі вы наоралі ваду з-пад крана і хочаце даведання, ці ёсць у ёй жалеза, вынік будзе залежыць ад таго, праз які час вада патрапіла ў лабараторыю, пры якой тэмпературы яна правялялася гэтае і г. д. Па інфармацыю пра сваю ваду лепш звярнуцца ў тэрытарыяльны цэнтр гігіены і эпідэміялогіі. Можна пацікавіцца сітуацыяй у цэлым па раёне, а можна за грошы зрабіць аналіз толькі свайго крана.

**Калодзежная вада — небяспека нитратаў**  
Калодзеж — неабароненая водная крыніца. Яго глыбіня невялікая, таму і якасць вады залежыць ад сезона, ад наваколля, а таксама ад участка і яго «чысціцы», — тлумачыць **Ірына ЖАУНІЯК**. — Калі выліць вядро вады на зямлю, то на 200 м глыбіні гэта будзе чыстая стэрільная вада. А калі выліць побач з калодзежам, то яна не паспее прафільтравацца, пакуль дойдзе да вадонасычнага гарызонту. Таму прыбяральна калі калодзежа лепш не размяшчаць. Па выніках нашага кантролю бачна, што якасць калодзежнай вады значна горшая, чым водаправоднай. Па мікробіялагічных паказчыках гэта 14 працэнтаў, а я казала, што бяспечнай вада з'яўляецца, калі гэты працэнт не вышэй за 5. Таму патрэбна асцерагацца піць з калодзежа ваду сырой, пажадана яе гатаваць. Затое ў калодзежнай ваде ўтрыманне жалеза знаходзіцца ў норме. Аднак тут існуе іншая праблема — нитраты. У 28,6 працэнта калодзежаў выяўлена павышанае ўтрыманне нитратаў. Гэта тлумачыцца празмерным ужываннем мінеральных угнаенняў сельскімі гаспадаркамі. Нитраты існуючыя метадамі і фільтрамі (калі гэта не спецыфічныя фільтры, якія робяць ваду амаль дыстыляванай) не выдаляюцца.

— Нитраты ў шэрагу раёнаў у 10—20 разоў перавышаюць нарматывы, — гаворыць **Раман СТАН-КЕВІЧ**, вядучы навуковы супрацоўнік аддзела гідагеалогіі Беларускага навукова-даследчага геалагагэаграфічнага інстытута. — І самае страшнае, што ваду з нитратамі на смак немагчыма вызначыць. Вада з нитратамі нават больш смачная.

**Рызыка рака ад нитратаў**  
— Нитраты ў першую чаргу небяспечныя для немаўлят. Калі браць з калодзежа ваду і разводзіць на ёй малочную сумесь, дзіця можа атрымаць вялікія праблемы, — распавядае **Ірына ЖАУНІЯК**. — Нитраты змяшчаюць іоны жалеза ў гемаглабіне, які пераносіць кісларод. Тады з'яўляецца кіслароднае галаданне ў арганізме. У рэспубліцы ўжо было некалькі смертных выпадкаў. Для дарослых і людзей сталага ўзросту могуць быць аддалены наступствы. Нитраты ў асяроддзі страўніка пераўтвараюцца ў нитразаміны — гэта фактар рызыкі канцэрагенезу. Гэта не значыць, што ў кожнага, хто п'е ваду з павышаным утрыманнем нитратаў, будзе рак, але для пэўных катэгорыяў гэта будзе фактарам рызыкі.

— Выйсць з гэтай сітуацыі — бутэляваная вада, — кажа **Ірына ЖАУНІЯК**. — Чалавек патрэбна 2,5 літра вадкасці ў дзень. Цалкам дастаткова і прымальна купляць бутэляваную ваду. Умявацца і мыць білізны вадай з павышаным утрыманнем нитратаў можна без праблем.

Самае галоўнае — у кожнага чалавека ёсць выбар, якую ваду піць. І усё залежыць ад вас і вашага выбару.

**Настасся ЗАНЬКО.**



## УВЕСЬ СВЕТА — У МАТЧЫНЫХ РУКАХ

Дзень жанчын — адно з самых любімых святаў у шматдзельнай сям'і Хазанавых, якая жыве ў Клімавічах. Муж і жонка, Марына Дамітрыёўна і Сяргей Уладзіміравіч, выхоўваюць пяцёра дзяцей. Гаспадыня працуе лабарантам у Клімавіцкім дзяржаўным аграрным каледжы, а гаспадар — электрамонтэрам у Клімавіцкіх электрычных сетках. Бацькі стараюцца выхаваць сваіх дзяцей добрымі і адукаванымі людзьмі.

Старэйшая дачка Каця — навуччка першага курса Мясціслаўскага каледжа, дзе яна пасідае асновы сваёй будучай прафесіі — бухгалтара. Дзевяцікласніца

Таццяна, пяцікласнік Ілья, першакласнік Дзіма вучацца ў школе. Чатырохгадовая Даша наведвае дзіцячы садок «Расінка».

Восьмага сакавіка муж, дачушкі і сыны дораць сваёй любай матулі кветкі, сувеніры, зробленыя сваімі рукамі, кажучы шчырыя словы, чытаюць вершы, вешаюць са святам. Гэты дзень асабліва для сям'і Хазанавых. У 2008 годзе напярэдні Дня жанчын Марыі Дамітрыёўне была ўручана высокая ўзнагарода — ордэн Маці.

**Таццяна ПАДЛІПСКАЯ. Фота аўтара.**

## ГАСТРЫТ ЗЛУЕЦЦА НА СВЕЖУЮ АГАРОДНІНУ

Ад гэтай хваробы сёння пакутуе ледзь ці не кожны другі. Вяскоя жа гастрыт, як правіла, абвастраецца. Справа ў тым, што мы пачынаем больш ужываць зялёна, свежай агародніны, якія хвораму страўніку прыходзяцца не даставаць. Дык што ж — зусім адмовіцца ад гэтых прадуктаў?

**Адкуль ён бярыцца?**  
З-за няправільнага рэжыму харчавання, стрэсу, дрэннай экалогіі ў страўніку пачынае вырацоўвацца вельмі шмат салынай кіслаты. З'едзеная ежа не можа цалкам нейтралізаваць яе, і астатняя частка кіслоты вылікае запаленне сілістай страўніка. Вынік — гастрыт, прадвеснік жывячых хвароб. Яго сімптомы: пяткоўка, болі пад лямкай, мляоснасць, прысмак кіслата ў роце.

Але веснае абвастраенне можа быць звязана і, наадварот, з недастатковай вырацоўкай салынай кіслаты. Гэта прыводзіць да сухасці сілістай, пярэацця працэсу апрацоўкі ежы ў страўніку, на гэтым патрабуюцца больш часу. У выніку развіваецца гастрыт з паніжанай кіслотнасцю. Прыкметы: адчуванне цяжкаў у жываце і ўздуцце, адрыжка паветрам, непрыемны пах у роце, зніжэнне апетыту. Аднак ставіць дыягназ у абодвух выпадках самастойна не варта, бо падобныя сімптомы могуць быць і ў іншых хваробаў. Таму без медыцынскага абследавання не абцяжыцца.

Стымулёваць вырацоўку страўнікавага соку, але калі страўнік пусты, то перапрацоўваць яму няма чаго, ён пачынае дзейнічаць на слізістую.

Улічыце, што курэнне і алкаголь, нават калі гэта свое імя ні гэта, прыводзяць да павышэння кіслотнасці. Некаторыя лекі таксама здольныя павялічваць кіслотнасць страўніка: аспрын і іншыя прапараты, якія ўтрымліваюць ацэтылсаліцылавую кіслату, картыкастэроіды, сульфаніламіды. Назіранні паказваюць, што людзі схільны самастойна прызначаць сабе прэпараты жалеза, антывібітыкі тэтрацыклінавага раду, якія таксама ўплываюць на слізістую страўніка. Дарэчы, калі лярвастая трэба прымаць пасля або падчас ады, то гэта якраз для таго, каб нейтралізаваць яго магчымыя негатыўны ўплыў.

**Чога ёсць не трэба**  
Востры прыправы, вэндліны, свініну лепш пакіньце тым, хто больш здаровы. Гэтыя прадукты вельмі раздражняюць слізістую стрававода і страўніка. Нельга ўжываць наварыстыя тлустыя булёны, асабліва грыбныя, сырую агародніну, саленыя, марынады, вострыя закускі з агародніны, цыбулю і часнок, цытрусуваы і іх сокі, здробнае цеста, свежы чорны хлеб. Мінца узбуджаюць страўнікавую сакрэцыю і смажаныя стравы, мяса і рыба, тушаныя ва ўласным соку, консервы, асабліва ў тамцае, крутыя ягіды, кіслыя і недаспелыя садавіны і ягады. Адмоўнае таксама ад газаваных і халодных напояў.

Не варта зложываць кавая і моцнай гарбаты, таму што яны павялічваюць колькасць і канцэнтрацыю кіслаты ў страўніку. Есці трэба маленькімі порцыямі, але часта — 4—6 разоў у суткі. Ежа павінна быць не вельмі гарачай і не вельмі халоднай — 30—40 градусаў. Стараіцца вяртацца за тры гадзіны да сну.

**Калі ў вас гастрыт з паніжанай кіслотнасцю...**  
Ваша асноўная задача — з аднаго боку, стымуляваць вырацоўку страўнікавай сакрэцыі, а з другога — прымаць «прырыццё ашчаднасці» (добрае харчаванне, неужыванне грубай і смажанай ежы, стараннае жаванне і г. д.). Самае галоўнае — не прапуськаць так званую 1-ю фазу сакрэцыі. Яна настае, калі мы бачым што-небудзь смачнае, марым пра абед або проста акідаем позірк ка прыгожа сервіраваную вярчу. Менавіта тады і пачынае выдзяляцца страўнікавы сок (што, уласна, і неабходна для нармальнай работы страўніка ў гэтым выпадку), і таму так важна ёсць ў спакойнай абстаноўцы, каб ежа трапіла ў страўнік, які ўжо вырацоўвае сок.

**Галоўнае веснае правіла**  
Такім чынам, пры павышанай кіслотнасці лепш за ўсё ўжываць абсалютальна прадукты: кіслыя, сырыя-пурпурныя, малочныя, агароднінныя.

Самае галоўнае правіла ўвесну — ужыванне агародніны ў адварным, тушаным, запечаным выглядзе. Карысныя таксама будуць усе кашы (акрамя проса), макаронныя, поснае мяса, янтлустая рыба і птушка, някіслыя гатункі яблыкаў,

**Гумка і празмернасці — нашы ворагі**  
Выпрацоўка салынай кіслаты павышаецца пры адсутнасці ежы ў страўніку, таму нельга надоўга пакідаць яго зусім пустым. Па гэтай жа прычыне не варта жаваць гумку на галодны страўнік. Сліна

● Пры гастрыце з павышанай кіслотнасцю медыкі раць піць свежы бульбяны сок па 1 ст. лыжцы за 1,5 гадзіны да яды 2-3 разы на дзень на працягу 10 дзён увесну і ўвесну. Такі немудрагелісты леква курс зменшыць агрэсіўнасць страўнікавага соку і знізіць рызыку сезоннага абвастраення. Падобныя эфектам валодае і маркуны сок, які прымаецца па той жа схеме. Цудоўнае гаючае дзейнае аказвае пчаліны мёд, сталовую лыжку якога разводзяць у шклянцы цёплай вады і выпіваюць за 1,5—2 гадзіны да яды.

● Пры гастрыце з паніжанай кіслотнасцю мёд варта разводзіць у халоднай ваде і піць непасрэдна перад яды.

Дастаткова распаўсюджаным народным сродкам ад гэтай немачы лічыцца калуны сок, які прымаюць па 0,5 шклянкі ў цёплым выглядзе за 20—30 хвілін да яды 3 разы на дзень на працягу 3-4 тыдняў. Варта памятаць: калуны сок узмацнае газаўтварэнне, таму карысна яго злучаць з маркуным. Ужываць трэба толькі свежапрыгатаваны сок. «Закіслы» страўнікавы сок і адвар курагі, калі выпіваць яго за 30 хвілін да яды.

**Хваробы стагоддзя**  
**«БЕЛЫ РАМОНАК» — СУПАРАТ ТУБЕРКУЛЁЗУ**  
24 сакавіка ў Беларусі адзначаць Сусветны дзень барацьбы з туберкулёзам.

Гісторыя гэтай даты пачалася больш чым 100 гадоў таму. 24 сакавіка 1882 года знакаміты нямецкі мікробіёлаг Роберт Кох выступіў з дакладам «Аб з'яўленні туберкулёзу». З таго часу выключна раскрылі многія адрэчаныя першы намеснік міністра Міністэрства аховы здароўя Рэспублікі Беларусь Роберт ЧАСНОЙЦА, туберкулёз па-ранейшаму турбуе навуковую і медыцынскую грамадскасць. Па звестках Сусветнай арганізацыі аховы здароўя, кожную секунду адзін чалавек у свеце інфіцыруецца туберкулёзам, кожныя чатыры секунды — захворвае і кожны 10 секунд адзін туберкулёзу па-мірае адзін чалавек.

Сітуацыя з туберкулёзам знаходзіцца на кантролі па ўрадзе рэспублікі, зацверджана дзяржаўная праграма «Туберкулёз» на 2010—2014 гады. У Сусветны дзень барацьбы з туберкулёзам у краіне адбываецца акцыя «Белы рамонак». Менавіта гэтая кветка ўпершыню была вывешана сімвалам барацьбы з туберкулёзам у 1911 годзе. Тады ў дзень ахвяраванняў у фонд барацьбы з туберкулёзам студэнты, гімназісты, шляхетныя дзеці прадэвалі штучна збудаваныя рамонкі, зробленыя вяхавадзіца дзіцячых дамоў. 24 сакавіка на цэнтральнай плошчы больш чым у 30 гарадах Беларусі будуць вывешаны пераосонія пільмакі, і ахвяротыя змогуць прайсці бясплатнае флюаграфічнае абследаванне.

**Вольга ШАУКО.**

Калі вы падпісаліся на газету «Звязда» на II квартал або 1-е паўгоддзе 2010 года — запавідае картуку ўдзельніка, выразаіце і дасыліце яе да 9 красавіка ў рэдакцыю на адрас: 220013, Мінск, вул. Б. Хмяльніцкага, 10А.

Падпісчык можа выйграць электрачайнікі, DVD-прайгравальнікі, тэлевізары, печ ЗВЧ і кухонны камбайн. Розыгрышы прызоў адбываюцца 13 красавіка 2010 г. вынікі публікуюцца ў газеце «Звязда» па 21 красавіка 2010 г.

Дастаўку прызоў ажыццяўляе рэдакцыя. Атрымаць прыз можна самастойна ў рэдакцыі па 30 чэрвеня 2010 г. пры падачы квітанцыі аб падпісцы на «Звязду» на II квартал або 1-е паўгоддзе 2010 года і пашпарта. Пасля 30 чэрвеня выдача прызоў спыняецца і прэтэнзіі падпісчыкаў не прымаюцца.

Правільны гульні чытайце ў газеце «Звязда» за 02.03.10.

Тэрмін правядзення гульні — з 2.03.10 па 30.06.10.

Пасведччанне аб дзяржаўнай рэгістрацыі № 1639 ад 26.02.10, выдана Міністэрствам гандлю РБ.

**Картка ўдзельніка — падпісчыка «Звязды» на II квартал або 1-е паўгоддзе 2010 года**

Прозвішча, імя, імя па бацьку

Падпіска аформлена і аплата ў (аддзяленне сувязі) на II кв. або 1-е паўг. 2010 года

Жатні адрас і тэлефон

(індэкс)

**Удачы ў розыгрышы!**

Ф.СП-1

Міністэрства сувязі і інфарматызацыі Рэспублікі Беларусь

**АБАНЕМЕНТ на газету**

**ЗВЯЗДА** з бясплатнымі ўкладанымі: «Чырвоная змена», «Месце самаўправаленне», «Краіна здароўя», «Жырандоль», «Купілі лепшае» «Насуперак чарнобылю» (індэкс выдання)

Колькасць камплектаў

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	

Каму (прозвішча, ініцыялы)

Куды (адрас)

(паштовы індэкс) (горад, населены пункт)

Міністэрства сувязі і інфарматызацыі Рэспублікі Беларусь

**ДАСТАВАЧНАЯ КАРТКА на газету**

**ЗВЯЗДА** з бясплатнымі ўкладанымі: «Чырвоная змена», «Месце самаўправаленне», «Краіна здароўя», «Жырандоль», «Купілі лепшае» «Насуперак чарнобылю» (індэкс выдання)

Колькасць камплектаў

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	

Каму (прозвішча, ініцыялы)

Куды (адрас)

(паштовы індэкс) (горад, населены пункт)

## Будзь у курсе ЦЭЗІЙ-137 ЧАСЦЕЙ ЗА УСЁ ВЯЯУЛЯЕЦА Ў ГРЫБАХ І ЯГАДАХ

У 2009 годзе ўстаноўнае Дзяржаўнае ўзроўня было даследавана на ўтрыманне радыенуклідаў 93 642 узоры харчовых прадуктаў з грамадскага сектара і асабістых гаспадарак, з іх 3659 узоры — на ўтрыманне стронцыю-90.

Вынікі радыяцыйнага кантролю сведчаць пра далейшую стабільнасць узроўню ўтрымання радыенуклідаў у асноўных харчовых прадуктах. Так, у харчовых прадуктах, што вырабляюцца ў грамадскім сектары, перавышэнне дзейных нарматываў па ўтрыманні цэзію-137 і стронцыю-90 увогуле не рэгістравалася, як дарэчы, і ў папярэднія гады. А ў прадуктах з асабістых гаспадарак перавышэнне рэспубліканскіх дапушчальных узроўняў (РДУ-99) па цэзію-137 было ўстаноўлена ў малаці і малочных прадуктах.

Паводле інфармацыі спецыялістаў Рэспубліканскага цэнтра гігіены, эпідэміялогіі і грамадскага здароўя быў устаноўлены вынік рэалізацыі з перавышэннем нормаў ўтрымання цэзію-137 хутказамарожаных чарніц, якія паступілі ў гандлёвую арганізацыю з горада Бярозаўскага раёна. Галоўным дзяржаўным санітарным урачом Магілёўскага раёна была вынесена пастанова аб забароне рэалізацыі забруджанай партыі чарніц. Пры абследаванні склада Дубровенскага раёна ў Віцебскай вобласці былі знойдзеныя свежыя журавіны, забруджаныя цэзіем-137 звыш дапушчальных нормаў. Галоўным дзяржаўным санітарным урачом Дубровенскага раёна была забаронена рэалізацыя журавін у колькасці 196,38 кг.

У Магілёўскай вобласці пры правядзенні праверак прадрэпраемстваў Магілёўскага абласнага саюза ў сезон масавых нархотых кантрольваючыя органы выявілі тры ўзоры дзікоўных чарніц і тры ўзоры свежых лісціч з перавышэннем нормаў па ўтрыманні цэзію-137. Галоўным дзяржаўным санітарным урачом Ельскага раёна была спынена рэалізацыя трох партый свежых лісціч (21,5 кг) на нархотных пункце індывідуальнага прадрымальніка. У той жа дзень забруджаныя лісцічы былі знішчаныя.

**Надзея НІКАЛАЕВА.**

У Магілёўскай вобласці пры правядзенні праверак прадрэпраемстваў Магілёўскага абласнага саюза ў сезон масавых нархотых кантрольваючыя органы выявілі тры ўзоры дзікоўных чарніц і тры ўзоры свежых лісціч з перавышэннем нормаў па ўтрыманні цэзію-137. Галоўным дзяржаўным санітарным урачом Ельскага раёна была спынена рэалізацыя трох партый свежых лісціч (21,5 кг) на нархотных пункце індывідуальнага прадрымальніка. У той жа дзень забруджаныя лісцічы былі знішчаныя.

## МЕТАДОН ПАД ПОДПІС

Магчымаць бяскарна, больш за тое — афіцыйна, атрымаць некаторыя з жыхароў Светлагорска, якія пакутуюць ад наркатычнай залежнасці. Тут на базе наркалагічнага дыспансара, у межах праекта міжнароднай тэхнічнай дапамогі «Прафілактыка і лячэнне ВІЧ-Інфекцыі ў Рэспубліцы Беларусь» адкрыўся кабінет замасчанай тэрапіі.

У гэтае павышэнне не так проста трапіць. Кабінет абсталяваны па ўсім правілаў — у ім некалькі ступеняў абароны ад выпадковых «гасцей», а невялікае — гэта афіцыйна зарэгістраваны нарказалежны, які «сядзіць на іголку» некалькі гадоў і безвынікова рабіў спробы выпельчыць іншымі спосабамі. У прысутнасці медыцынскага персаналу чалавек вырадаецца доза метадоны, якія ён прымае таксама на вачах медсястраў.

Гэта вымушана мера, лічыць спецыялісты, якая, аднак, дазваляе трымаць сітуацыю ў ужываннем наркатыкаў заўзятымі прыхільнікам гэткага зямля пад некаторым кантролем. Такім чынам, пакуль наркам праходзіць па сваю афіцыйна дазволенаю дозу — а яна падбіраецца індывідуальна, — ён выключнаеца з крымінальнага асяроддзя, не шукае прыгод для сябе і не стварае для сваякоў лішняга сацыяльнага напружання.

— У Магілёўскай вобласці цяпер на дыспансэрным ўліку стаіць 1086 чалавек, на прафілактычным — 620, — называе афіцыйныя лічбы нарказалежных загадчык арганізацыі-метадычнага кансультацыйнага аддзела Магілёўскага абласнага наркалагічнага дыспансара Дзімтрый ЦЯРЭШЧАНКА. — Атрымліваецца, больш чым пятая частка з іх знаходзіцца ў Светлагорскім раёне. Гэта стаяць ж, колькі ў Гомелі. Таму, асабліва для Светлагорска, праблема застаецца вельмі актуальнай.

Прадстаўнік ААН/ПРААН у Беларусі Антоніў БРУК, які ўзяў удзел у адкрыцці кабинета, заўважыў, што ў наступным можна будзе запрасіць у Светлагорск спецыялістаў з іншых гарадоў Беларусі для абмену вопытам.

Па выніках праведзенага Міністэрствам аховы здароўя аналізу, найбольш значнымі вынікамі ўкаранення замасчанай тэрапіі з'яўляецца адмова ад так званых «вулічных» наркатыкаў, магчымаць правядзення ў наркалагічных тэрапіі ВІЧ-Інфекцыі, гепатыту, туберкулёзу, іншых захворванняў. Наркадыспансары, на базе якіх прымяняецца замасчаная тэрапія наркаманаў, за содт крошад Глобальнага фонду для барацьбы са СНІДам, туберкулёзам і маларыяй аснашчаныя неабходнымі медыцынскімі і лабараторным абсталяваннем.

**Ірына АСТАШКЕВІЧ.**

**Інфарм-укол**

**Прыкметы цукровага дыябету**  
Для цукровага дыябету 1-га тыпу характэрныя тры «вялікія» сімптомы: смага, паліурія — залішняя выдзяленне мачы і зніжэнне вагі.

Паводле слоў урача-інтэрна 2-й гарадской дзіцячай паліклінікі г. Мінска Ганны МІХНО, апетыт пры гэтым можа бы