



■ Дзейсная абарона

Падстаўляйце плячо!

Вакцынацыя ад грыпу шкодная? Можа зніжаць імунітэт? Наадварот, вакцына трэніруе, умацоўвае імунную сістэму!



95 працэнтаў інфекцыйных захворванняў складаюць грып і вострыя рэспіраторныя інфекцыі. Перадаюцца яны пры размове, кашлі, чханні. Прычым дастаткова некалькіх гадзін пасля зносін з хворым. Вірусы грыпу пастаянна цыркулююць сярод нас, аднак найбольшага пад'ёму захваральнасць на яго дасягае ў зімовы час.

Грып пачынаецца рэзка — са слабасці, дрыжыкаў, моцнага галаўнога і мышачнага болю, а на другі-трэці дзень закладвае нос, з'яўляецца насмарк і сухі кашаль. Да віруснай інфекцыі, калі арганізм знясілены, лёгка можа далучыцца і бактэрыяльная — гнойны атыт, сінусіт, бронхіт, развіваюцца і больш цяжкія станы — пнеўманія, міякардыт, менінгіт, энцэфаліт, што нясе прамую пагрозу жыццю.

— Заразіцца грыпам можна незлічоную колькасць разоў, бо вірусы грыпу пастаянна мяняюцца, а ў нашым арганізме няма антыцел для кожнага новага віруса, — тлумачыць урач-інфекцыяніст 3-й гарадскога дзіцячай клінічнай паліклінікі Мінска Галіна СІЗОВА. — Для абароны лепш за ўсё зрабіць прышчэпку — яе робяць у плячо або пад лапатку. У нашай краіне для гэтага прымяняецца некалькі відаў вакцын, жывых або інактывавальных. Апошнія змяшчаюць забітыя цэлыя вірусы або яго асобныя часцінкі.

Шырокае прымяненне знайшлі надзейныя і бяспечныя спліт-вакцыны з асобнымі часцінкамі віруса — Ваксігрып (Францыя), Флюваксін (Кітай), Флюарыкс (Бельгія).

Імунітэт пасля прышчэпкі фарміруецца да 14—21 дня і абараняе нас 6—12 месяцаў з эфектыўнасцю 70—98 працэнтаў.

На любую прышчэпку могуць быць пабочныя рэакцыі. Наяўнасць тэмпературы да 38 градусаў або пачырванення ў месцы ўвядзення прэпарата — нармальныя рэакцыі арганізма. Знікае яна цягам аднаго-двух дзён.

Дзеянне рабіць прышчэпку можна пачынаючы з 6-месячнага ўзросту. Малыя дзеці вельмі ўразлівыя да інфекцыі, бо заразіць іх могуць як дарослыя сваякі, так і іншыя дзеці ў арганізаваных калектывах. Многія бацькі кажуць, што іх дзяцей хоць і прышчапілі ў садку, але тыя ўсё адно захварэлі. Так адбылося таму, што ў любым калектыве павінны быць прышчэплены не менш за 40 працэнтаў.

Захворванне на грып у цяжарнай можа выклікаць развіццё парokaў у плода або выкідыш. Таму жанчынам, якія плануюць цяжарнасць, лепей прышчапіцца яшчэ да цяжарнасці, а цяжарныя могуць рабіць прышчэпку падчас другога-трэцяга трыметра

■ Якасць і бяспека

Не бывае лекаў другой свежасці

Сёлета на рынак не дапушчаны 23 найменні серый лекавых прэпаратаў Айчынная фармацэўтычная прамысловасць нарошчвае аб'ём і асартымент выпуску лекавых сродкаў, у тым ліку для выхаду на замежныя рынкі. Да 2020 года 40 працэнтаў прадукцыі павінна адгружацца на экспарт.

У краіне зарэгістравана 4,5 тысячы лекавых сродкаў, 1,5 тысячы з якіх — айчынай вытворчасці. У вартасным выражэнні па выніках гэтага года доля беларускіх лекаў на ўнутраным рынку складае 55 працэнтаў. 85 працэнтаў нашых лекаў маюць кошт у межах 5 долараў.

— Якасць лекаў не можа быць лепшай ці горшай, яна або ёсць, або яе няма, — кажа намеснік начальніка ўпраўлення фармацэўтычнай інспекцыі і арганізацыі лекавага забеспячэння Міністэрства аховы здароўя Беларусі Алена АЛЯКСАНДРАВА. — Якасць — гэта адпаведнасць патрабаванням Дзяржаўнай фармакапееі і нарматыўнай дакументацыі вытворцы, яна забяспечваецца ад моманту распрацоўкі прэпаратаў да паступлення да пацыента. Таму на нашым рынку няма фальсіфікатаў, а няякасная прадукцыя адбракоўваецца да паступлення ў аптэкі і бальніцы. Сёлета не дапушчаны на рынак 23 найменні канкрэтных серый лекавых сродкаў, з якіх 16 серый — айчынай вытворчасці, 7 — замежнай. Ад усіх правярanych лекаў гэта складае 0,04 працэнта.

27 працэнтаў вырабленай прадукцыі адпраўляецца цяпер у больш як 30 краін свету. Сёлета плануецца адгрузіць на знешнія рынкі прадукцыі на 115 млн долараў. Пастаўкі ажыццяўляюцца ў краіны СНД, Азіі, Афрыкі, пробныя адгрузкі ёсць і ў ЕС

Матэрыялы падрыхтавала
Святлана БАРЫСЕНКА. protas@vziazda.by

■ Псіхалогія для ўсіх

ПРАЗМЕРНАЯ ТРЫВОЖНАСЦЬ

У каго з нас няма проблем? Для іх вырашэння патрабуюцца пэўныя рэсурсы (неабавязкова толькі матэрыяльныя!). Калі нам не хапае ўласных, значыць, наспей час прасіць дапамогі ў блізкіх. Або ў спецыялістаў — урачоў-псіхолагаў, псіхатэрапеўтаў. Не тое каб яны ўзяліся штосьці рабіць замест нас, але з дапамогай спецыяльных метадык і (пры неабходнасці) медыкаментаў можна прывесці сябе ў такі стан, калі прасцей будзе ўзяцца за няпростыя задачкі, падкінутыя жыццём. Падрабязней аб тым, калі трэба звяртацца да спецыялістаў, расказвае намеснік галоўнага ўрача па памежнай псіхіятрыі Мінскага гарадскога клінічнага псіхіятрычнага дыспансера, кандыдат медыцынскіх навук, дацэнт Наталля БЕРАЗОЎСКАЯ.

— *Ці не здаецца вам, што ў апошнія гады ў свеце ста-
новіцца ўсё больш агрэсіі?*

— Я думаю, што справа не ў колькасці, а ў тым, што агрэсія трансфармуецца, з'яўляюцца новыя яе формы, спосабы выяўлення. Агрэсія — вербальная, фізічная, адкрытая, схаваная — ад пачатку з чалавекам, бо дапамагае яму выжыць.

— *Калі чалавек у мірным
горадзе бярэ ў рукі зброю і
адкрывае агонь па натоўпе,
то як гэта зразумець? Гэта
схаваны суіцыд? Або, мо-
жа, праяўленне псіхічнага
захворвання?*

— Сам па сабе падобны ўчынак не ўказвае на наяўнасць псіхічнай паталогіі. Гэта можа быць і няздольнасць адшукаць выйсце ў нейкай праблемнай сітуацыі. Дакладней, адзіным магчымым выйсцем падаюцца вось такія паводзіны. Бо чалавек разглядае нейкія абставіны як пагрозу свайму жыццю. З нашага пункту гледжання сітуацыя, у якой апынуўся агрэсар, абсалютна нейтральная, а для яго — зусім не. Такое скажэнне не заўсёды звязана з захворваннем.

— *Што дапамагае распа-
знаць паталогію?*

— Для неўратычных расстройтваў характэрныя празмерная трывога, праявы дэпрэсіі. Мы самі будзем адчуваць, што трывожнасць атручвае нам жыццё. Неўратычныя расстройства развіваюцца як рэакцыя на стрэс, няўменне вырашаць крызісныя сітуацыі. Гэта можа быць, напрыклад, парушэнне адаптацыі. Трывога — нармальныя рэакцыя на нейкія сітуацыі, аднак гэта пачуццё можа нарастаць да такой ступені, што пачынае перашкаджаць эфектыўнаму вырашэнню пачуццёў. Калі трывожны стан ніяк не звязаны з аб'ектыўнай рэальнасцю, і мы самі разумеем гэту празмернасць, але нічога не можам з гэтым зрабіць даволі працягла час, значыць, трэба звяртацца да спецыялістаў.

Для псіхатычных расстройтваў характэрныя змены ў галіне мыслення, успрымання, што часта праяўляецца відавочнай неадекватнасцю паводзінаў. Тут, як правіла, сам

хворы перамен не ўсведамляе, на іх рэагуюць яго блізкія. Характэрнай праявай псіхатычнага расстройства з'яўляецца псіхоз. Ён можа быць звязаны і з ужываннем алкаголю або наркатыкаў. Залежнасць ад іх ёсць псіхічнае захворванне. Пры псіхозе губляецца сувязь з рэчаіснасцю, могуць быць галюцынацыі, трызненне. Чалавек выпадае з рэальных падзей. У некаторых выпадках, калі ўласныя паводзіны пагражаюць жыццю хворага або жыццю іншых людзей, заканадаўства прадугледжвае аказанне прымуsoвай псіхіятрычнай дапамогі.

— *Дарэчы, ці абавязкова ўжыванне псіхаактыўных
рэчываў прывядзе да раз-
віцця залежнасці?*

— У розных людзей гэты шлях будзе розным па часе. А ўвогуле павінны высісяць адрозныя некалькі фактараў. Праблему хутчэй спазнае, напрыклад, той, у каго ёсць генетычная схільнасць, чые бацькі мелі залежнасць. Таксама той, у каго няма маральнай падтрымкі з боку блізкіх, той, каго нельга назваць псіхалагічна сталай асобай. Такія людзі не ўмеюць спраўляцца нават з са-мымі простымі задачамі і цяжкасцямі, якія суправаджаюць паўсядзённае жыццё.

— *А што такое псіхала-
гічная сталасць?*

— Уменне пераадольваць непрыемнасці і вырашаць праблемы, абаліраючыся толькі на сябе, на свае веды, уменні. Нясталыя асобы, як правіла, не ўмеюць гэтага рабіць. Аднак бываюць сітуацыі, калі наш уласны ўнутраны рэсурс вычарпаны. Калі псіхалагічна сталая асоба бачыць абмежаванасць сваіх здольнасцяў, то звяртаецца па дапамогу. Увогуле ёсць людзі, на долю якіх выпадае велізарная колькасць складаных сітуацый, аднак яны захоўваюць раўнавагу, добры настрой і не бяруць у рукі зброю. А ёсць людзі інфантальныя, якім не хапае ўласных рэсурсаў на вырашэнне самых простых пытанняў.

— *Як не выгадаваць ін-
фантальную асобу?*

— Адрозна заўважу, што матэрыяльны дастатак тут не будзе вызначальны. Самае важнае, наколькі блізкія лю-



з трывожнымі расстройствамі — калі пачынаеш пакутаваць ад чакання найгоршага развіцця падзей, звязаных калі не з самім табой, то са сваякамі. Самае важнае, што абсалютная большасць гэтых трывог з вельмі высокай доляй верагоднасці ніколі не спраўдзіцца.

— *Пацыенту з трывож-
ным расстройствам дава-
дзецца ўжываць медыка-
менты?*

— Гэта можа быць як псіхатэрапеўтычная дапамога, так і ўжыванне прэпаратаў, прычым даволі працяглае, да паўгода і болей. Сразумела, таблеткі не вырашаюць ніякіх праблем, аднак з іх дапамогай можна зрабіць глыбокі ўдых, набрацца сіл, каб ісці далей. На жаль, многія па-ранейшаму лічаць, што зварот па псіхалагічную, псіхатэрапеўтычную або псіхіятрычную дапамогу пацягне за сабой нейкія наступствы, сацыяльныя абмежаванні. Між тым дапамога сёння можа аказвацца і ананімна — улік неабходны толькі для нашага ўнутранага выкарыстання, бо пацыент можа звяртацца паўторна. На кароткі час магчымыя і абмежаванні ў ваджэнні аўтамабіля, валоданні зброяй.

Псіхатэрапеўтычная і псіхалагічная дапамога сёння максімальна набліжана да пацыентаў, спецыялісты працуюць ва ўсіх цэнтральных раённых і некаторых гарадскіх паліклініках. Можна звярнуцца і адрозна ў псіхіятрычны дыспансер — яны ёсць у кожнай вобласці

РУП «Институт недвижимости и оценки» извещает о проведении открытого аукциона по продаже помещения кафе, находящегося в собственности Республики Беларусь			
Лот №1. Помещение кафе с инв. №610/D-63675, расположенное по адресу: Минская обл., Борисовский р-н, г. Борисов, ул. Гагарина, 56-3, 1987 г. п. Назначение: помещение общественного питания. Общая / нормируемая площадь – 187,4 / 150,1 кв. м. Этаж – подвал	Начальная цена продажи без учета НДС, бел. руб.	Задаток, бел. руб.	Шаг аукциона, %
	183 485,40	5 000,00	5
Обременение: помещение кафе с инв. №610/D-63675 сдается по договору аренды на срок до 09.04.2019 (187,4 кв. м)			
Земельный участок для данного изолированного нежилого помещения с инвентарным номером 610/D-63675 будет сформирован после заключения договора купли продажи			
УСЛОВИЯ			
Победитель аукциона либо в случае если аукцион признан несостоявшимся в силу того, что заявление на участие в аукционе подано только одним участником и он согласен приобрести Объект по начальной цене, увеличенной на 5% (пять процентов), – Претендент на покупку должен подписать с Продавцом договор купли-продажи Объекта в течение 10 (десяти) календарных дней с назначенной даты проведения аукциона.			
Победитель аукциона (Претендент на покупку) должен оплатить стоимость приобретенного на аукционе Объекта в течение 10 (десяти) календарных дней после подписания договора купли-продажи.			
Победитель аукциона (Претендент на покупку) оплачивает Организатору аукциона вознаграждение в размере 3% (трех процентов) от цены продажи Объекта в течение 3 (трех) банковских дней со дня подписания протокола о результатах аукциона.			
На Претендента на покупку распространяются правила и условия, установленные законодательством для Победителя аукциона			
Аукцион состоится 20.11.2017 в 11.00 по адресу: г. Минск, ул. Комсомольская, д. 11, 3-й этаж, каб. 4			
Продавец: ОАО «2566 завод по ремонту радиоэлектронного вооружения», 222511, Минская обл., г. Борисов, ул. Гагарина, 54, тел. 8 (0177) 74-47-27. Организатор аукциона: РУП «Институт недвижимости и оценки», г. Минск, ул. Комсомольская, д. 11, пом. 9, каб. 7, тел. 8 (017) 306-00-57. Порядок оформления участия в аукционе содержится на сайте Организатора аукциона ino.by.			
Заявления на участие и необходимые документы принимаются в рабочие дни с 8.30 до 12.00, с 13.30 до 16.00 по адресу: г. Минск, ул. Комсомольская, 11, каб. 7. Окончание приема заявлений – 16.11.2017 в 11.00.			
Задаток перечисляется: на р/с BY21BPSB30121543370109330000 в ОАО «БПС-Сбербанк», ВИС банка BPSBBY2X, 220004, г. Минск, ул. Кальварийская, д. 4а. Получатель – РУП «Институт недвижимости и оценки», УНП 190055182. Назначение платежа: задаток для участия в аукционе по продаже помещения кафе (Лот №1), продаваемого ОАО «2566 завод по ремонту радиоэлектронного вооружения», проводимом 20 ноября 2017 г.			
Контактное лицо для осмотра Объекта: Криштапович Виктор Владимирович, тел.: 8 (0177) 74-47-25, 8 (029) 674-79-75 (осмотр осуществляется в рабочие дни с 13.30 до 17.00)			
Контактная информация организатора аукциона: 8 (017) 306-00-57 • 8 (029) 356-90-03 • 8 (029) 550-09-52 • torgi@ino.by			