



Што нам перашкаджае жыць даўжэй?

У абсолютнай большасці выпадкаў беларусы гінучы ад захворванняў сістэмы кровазвароту, злаякасных новаўтварэнняў, захворванняў органаў дыхання і цукровага дыябету. Неінфекцыйныя захворванні застаюцца ў нашай краіне і самай частай прычынай смерці, і асноўнай прычынай інваліднасці працаздольных. Якасць і працягласць жыцця вымушаюць жадаць лепшага, прычым мы пакуль слаба ўсведамляем, наколькі ўсё ў нашых руках.

рэнні росту, вагі, таліі, артэрыяльнага ціску, частаты сардэчных скарачэнняў, біяхімічных параметраў крыві (узровень глюкозы і ліпідаў) з выкарыстаннем метадаў «сухой хіміі», ацэньваліся ўзровень натрыю і крэцініну ў мачы для ўстанаўлення колькасці солі ў рацыёне.

Вынікі даследавання пацвердзілі, што беларусы ўжываюць шмат алкаголю, шмат кураць, нерацыянальна харчуюцца, любяць салёнае.

Паводле слоў міністра аховы здароўя Рэспублікі Беларусь Валерыя МАЛАШКІ, цяпер неабходна не толькі скараціваць пытанні прапаганды здаровага ладу жыцця, але і працаваць з вытворцамі, якія сёння выкарыстоўваюць павышаную колькасць солі. Больш за тое, карэкціроўкі патрабуе і наша харчаванне. Нам усім патрэбна больш расліннага, а не жывёльнага тлушчу, больш той жа капустаў, морквы, кабачкоў ды буракоў, а не бульбы, больш фруктаў, а не цукерак, хлеба грубага памолу, а не здобы. Пры гэтым фрукты, гародніна, алей павінны быць свежымі і даступнымі па кошце, а гатовыя прадукты — тыя ж малочныя, мясныя, хлеб-булачныя — змяшчаць менш цукру і жывёльнага тлушчу. І займацца такім неверагодным аб'ёмам работы павінна не толькі Міністэрства аховы здароўя.

Што да курэння, то тут, на думку Валерыя Малашкі, разам з Саветам Міністраў трэба працаваць над змяненнем акцызнай палітыкі, зонамі гандлю тытунём, што даўно не сакрэт. Дарэчы, пра зоны гандлю. Літаральна днямі назіралі карцінку з жыцця сталіцы, абсалютна тыповую. Каля кіёска «Белсаюздрука», што на прыпынку акурат насупраць магазіна «Мацярык» (станцыя метро «Каменная

Горка»), скідаюцца дзве малалеткі. Адно дзяўчо, якое зусім з выгляду дзіця, імкнецца схаватца, а тая, што выглядае старэйшай, смела падыходзіць да кіёскера і просіць пачак цыгарэт з запальніцай. І прадавец... тут жа адпускае тавар! Што самае цікавае, прадавец той з выгляду — не нашмат старэйшае за дзяўчо.

Між тым, самы важны складнік любой прафілактыкі — не дапусціць распаўсюджвання шкодных звычак сярод моладзі. Як паказваюць іншыя апытанні і ўласны вопыт, нашы дарослыя робяць выгляд, што не здагадваюцца аб курэнні сваіх дзяцей дый яшчэ дадумваюцца ўласнаручна наліваць ім першую чарку! Многія падлеткі так і кажуць: быў Новы год, заканчэнне школы, дзень нараджэння, мы ўсе селі за стол... Словам, нагода выпіць была, і нехта са сваякоў сам, сваёй уласнай рукой наліў: маўляў, пакаштуй. Як быццам, дома выпіваць лепей, чым... Дома лепей? Вы сябе, спадары бацькі, чуюце? Алкаголь, нагадаю вам, — хімічны растваральнік, які забівае жывыя клеткі арганізма. Па сутнасці, гэта атрута, якая не наносіць велізарнай шкоды толькі ў вельмі сціплай дазіроўцы. Алкаголь — не прыкорм, які трэба ўводзіць у пэўны час, па меры таго, як дзіця падрасло. Словам, сапраўды ёсць яшчэ над чым працаваць, і не аднаму міністэрству. І не толькі з вясковым насельніцтвам, якое традыцыйна лічылася ў нас больш пітушчым — з гарадскім, як паказала STEPS, працаваць трэба не менш, калі не больш.

Даследаванне, дарэчы, плануецца паўтарыць у 2019—2020 гадах, калі будзе завяршана рэспубліканская праграма «Здароўе народа і дэмаграфічная бяспека Рэспублікі Беларусь». Тады можна будзе і ацаніць эфек-



Фота Анастасія КІШЧУКА.

тыўнасць выпрацаванай стратэгіі па змяненні ўплыву фактараў рызыкі на здароўе чалавека.

Праблема неінфекцыйных захворванняў вельмі актуальная для ўсіх краін, адзначае кіраўнік Краінавага офіса Сусветнай арганізацыі аховы здароўя ў Беларусі Батыр БЕРДЫКЛЫЧАЎ. Беларусь жа сапраўды дасягнула значных поспехаў у арганізацыі высокаспецыялізаванай дапамогі, але ўсе імкненні ў пэўнай ступені нівеліруюцца фактарамі рызыкі. Палепшыць сітуацыю можна толькі агульнымі намаганнямі цэлага шэрагу ведамстваў, новымі, больш якаснымі прафілактычнымі праграмамі.

Святлана БАРЫСЕНКА. protas@zviazda.by



Сумесны праект газеты «Звязда», Нацыянальнага алімпійскага камітэта і Міністэрства спорту і турызму Рэспублікі Беларусь

Зубр, Бульбачка, Бусел ці Васілёк

Хто стане талісманам Еўрапейскіх гульніў — 2019?

Конкурс, абвешчаны ў ліпені, працягваецца, для ўдзелу патрэбна ідэя, малюнак і імя меркаванага талісмана. У ахвотных перамагчы ёсць яшчэ два месяцы.

Беларусь прымала ўжо дзясяткі буйных міжнародных спартыўных турніраў, каб патэнцыйным удзельнікам конкурсу было лягчэй сфарміраваць свае ідэі, успомнім, якія талісманы суправаджалі спаборніцтвы ў нашай краіне.

1. Чэмпіянат свету па хакеі 2014 года. Гэта падзея стала адной з самых маштабных сярод спартыўных мерапрыемстваў, якія калісьці праводзіліся ў краіне. Свята разгарнулася не толькі на дзвюх лядовых арэнах, якія прымалі непасрэдна спаборніцкую частку, але і па ўсім Мінску. А натхняльнікам і галоўным завадатарам стаў талісман — зубр па імені Волат.



так і юніёры. Талісманам турніру выступіла ваверчаны Пулька.

2. Чэмпіянат Еўропы па біятлоне 2004 года. Спаборніцтвы прымалі Раўбічы, у іх удзельнічалі, як дарослыя спартсмены,



3. Чэмпіянат Еўропы па канькабежным спорце 2016 года. Гэты турнір стаў 110-м па ліку, яго прыняў каток спарткомплексу «Мінск-Арэна».

Сваё лідарства ў Еўропе пацвердзілі галандцы Свен Крамер і Ірэн Вюст, якія сталі чэмпіёнамі і гэтым разам. Беларуская каманда выступіла на гэтым турніры не так паспяхова, а талісманам тады быў Снегавік.

4. «Гонка легендаў». Біятлонны фестываль пад кіраўніцтвам Дар'я Домрачавай, які на працягу некалькіх гадоў радаваў не толькі беларускіх аматараў біятлона, але і сусветных. У Раўбічах заўсёды збіраліся зоркі гэтага віду спорту, а талісманам свята быў усмешлівы Заяц. Дарэчы, сёлета біятлоннага фестывалю не будзе, бо сезон алімпійскі і спартсмены, у тым ліку і Дар'я, узмоцнена рыхтуюцца да галоўнага старту чатырохгоддзя.

Дар'я ЛАБАЗЕВІЧ. lobazhevich@zviazda.by

Вось як, напрыклад, маглі б выглядаць талісманы да «Еўрапейскіх гульніў — 2019». Варыянтаў многа. Прапануйце свае.



Жніво пад кантролем

Наколькі «гарачай» аказалася ўборачная?

Стан харчовай бяспекі краіны непарыўна звязаны з тым, каб максімальна выключыць верагоднасць страты ўраджаю. Вырасціць збожжа цяжка, а вось пазбавіцца яго можна літаральна за некалькі хвілін. На жаль, узгаранні на аб'ектах, звязаных са жнівом, сёлета здараліся. Добра яшчэ, што абышлося без пацярпелых.

Першы пажар падчас сёлетняй уборачнай кампаніі адбыўся яшчэ 22 ліпеня. У 10.50 на пульт дзяжурнага Баранавіцкага РАНС паступіў званок пра тое, што ў вёсцы Перхавічы гарыць зернесушыльны комплекс. Польшыя знішчыла 250 кілаграмаў сабранага рапсу, а два верхнія карпусы сушыльнай шахты былі істотна пашкоджаны.

Днём 1 жніўня загарэўся склад у вёсцы Малыя Якавічы Пружанскага раёна. Там захоўвалася сабранае збожжа. 3-за агню былі пашкоджаны 200 кілаграмаў зерня і 18 квадратных метраў даху. Позна ўвечары 5 жніўня паступіла паведамленне аб тым, што ў вёсцы Зазер'е Пухавіцкага раёна гарыць збожжавая блочная модульная сушылка. Папсаванымі аказаліся ажно тры тоны трыцікале. Яшчэ адна такая сушылка палала ў ноч на 18 жніўня ў вёсцы Чаланец Салігорскага раёна. 1 тона зерня страчана незваротна. Ратавальнікі і супрацоўнікі гаспадаркі паспелі ўратаваць 44 тоны насення жыта.

Гарэла і збожжаўборачная тэхніка. У Любанскім раёне 1 жніўня давалася тушыць камбайн, які працаваў у полі каля вёскі Забалаць. Агонь пашкодзіў маторны адсек. А васьм 20 жніўня ратавальнікам давалася тушыць камбайн-ветэран. Машына маркі «Дон», зробленая

яшчэ ў 1978 годзе, загарэлася падчас нарыхтоўкі насення льну ў полі каля вёскі Кіевічы Капыльскага раёна. Старой тэхніцы і дасталася болей — знішчаны два колы, маторны адсек, бункер і кабіна камбайна.

Буйны пажар адбыўся 16 жніўня ў зернесушыльным комплексе ў вёсцы Раготна, што на Дзятлаўшчыне. Агонь папсаваў будынак і знішчыў каля 700 кілаграмаў насення травы цімафееўкі. А напрыканцы ўборачнай ратавальнікам давалася тушыць грузавы аўтамабіль, які працаваў у полі каля вёскі Адынь Чэрвеньскага раёна і загарэўся. Усё абышлося толькі пашкоджанай кабінай вадзіцеля.

— Прыкладна такая ж колькасць пажараў падчас уборачнай кампаніі фіксуецца штогод, — кажа афіцыйны прадстаўнік Міністэрства па надзвычайных сітуацыях Віталь НАВІЦКІ. — Іншая справа, што не ўсе супрацоўнікі сельскагаспадарчых прадпрыемстваў на сто працэнтаў сочаць за станам тэхнікі і агрэгатаў, бо іншага спосабу папярэдзіць падобныя ўзгаранні не існуе.

Але яшчэ перад масавым жнівом ратавальнікі правярылі больш за 10 тысяч аб'ектаў уборкі. Якія ж найбольш распаўсюджаныя недахопы рэгістраваліся ў частцы пажарнай бяспекі? Часцей за ўсё — няспраўнасць прылад маланкааховы. На шчасце, гэты жнівень выдаўся з не вельмі вялікай колькасцю навальніц. У 43 зернесушыльных комплексах няспраўнымі аказаліся аўтаматычныя сістэмы бяспекі. Таксама ў 21 аўтамабіля, задзейнічаных на ўборцы, не працавалі іскрагасільнікі.

Валяр'ян ШКЛЕННІК. schklennik@zviazda.by