

# ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЧИСТЫХ РУК

Васильева Г.Е., учитель биологии  
МАОУ «Гимназия «Гармония»



**ГЕНЕРАЛЬНОЙ АССАМБЛЕЕЙ ООН СОВМЕСТНО С ДЕТСКИМ ФОНДОМ  
ЮНИСЕФ И ВСЕМИРНОЙ ОРГАНИЗАЦИЕЙ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
В 2008 ГОДУ ПРИНЯТО РЕШЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ ЕЖЕГОДНО  
15 ОКТЯБРЯ «ВСЕМИРНОГО ДНЯ ЧИСТЫХ РУК»  
(GLOBAL HANDWASHING DAY).**



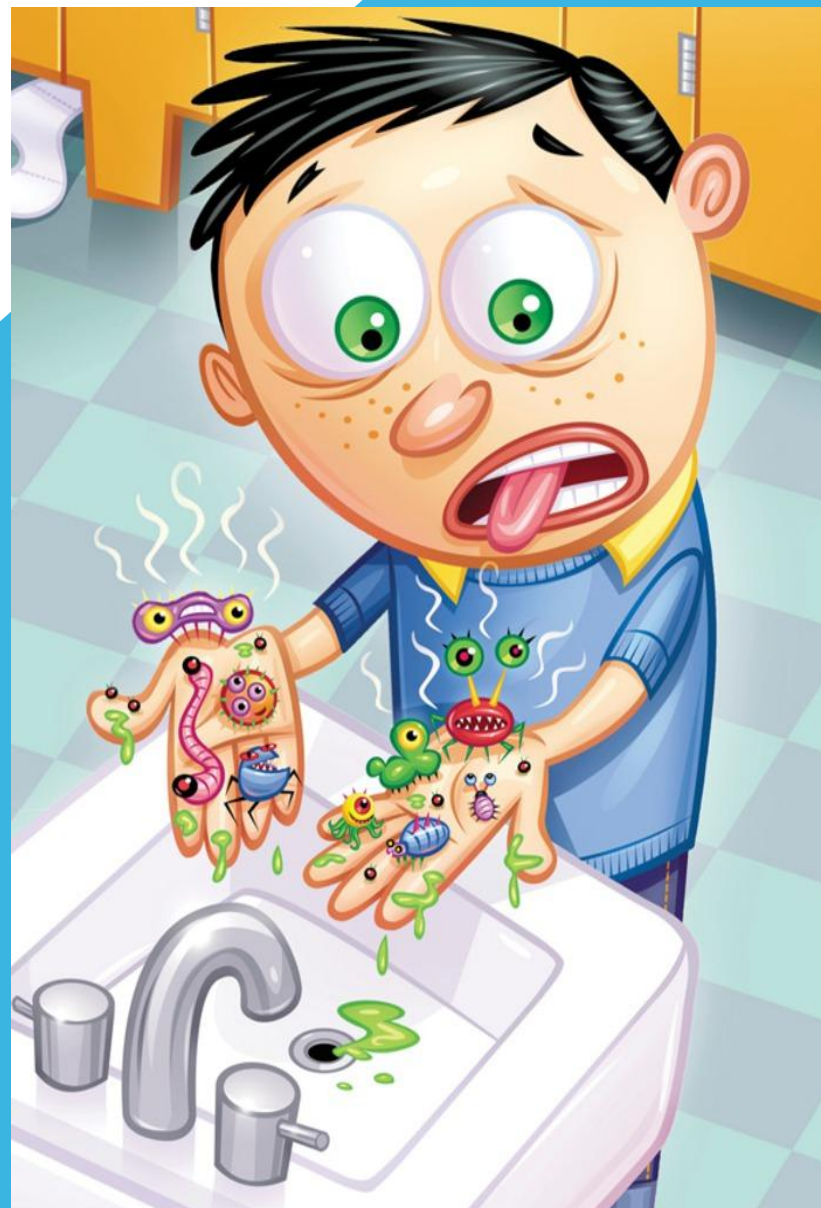
## ОСНОВНАЯ ЦЕЛЬ

ЕЖЕГОДНОГО ВСЕМИРНОГО  
ДНЯ ЧИСТЫХ РУК, КОТОРЫЙ ПРОХОДИТ  
ПОД ДЕВИЗОМ **«ЧИСТЫЕ РУКИ  
СПАСАЮТ ЖИЗНЬ»** -

1) ПРИВЛЕЧЬ ШКОЛЬНИКОВ К  
УЧАСТИЮ В ИЗМЕНЕНИИ  
ПРИВЫЧЕК;

2) ПОКАЗАТЬ, КАК ПРОСТОЕ МЫТЬЕ РУК  
ВОДОЙ С МЫЛОМ ПОМОГАЕТ  
ЭФФЕКТИВНО БОРОТЬСЯ С ГЕПАТИТОМ  
И ДИЗЕНТЕРИЕЙ;

3) ПРЕДОТВРАТИТЬ ОСТРЫЕ  
РЕСПИРАТОРНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ (ОРЗ) И  
ДРУГИХ ИНФЕКЦИЙ.



# ВСЁ В ТВОИХ РУКАХ



- В наших руках и наше здоровье. Сегодня мы поговорим об этом, получим мотивацию на здоровый образ жизни.



Здоров будешь —  
всё добудешь!



**На коже находятся многочисленные микробы  
разного происхождения.**

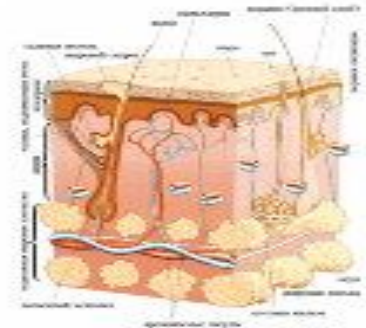
**Даже тщательно вымытая кожа содержит много  
бактерий, принадлежащих физиологической  
бактериальной флоре.**



# КОЖА - НАДЕЖНАЯ ЗАЩИТА ОРГАНИЗМА

## Кожа состоит из трех слоев.

1. Наружная оболочка.
2. Кожа.
3. Подкожный жир.



Она защищает наше тело от болезней. Когда мы бегаем, прыгаем и нам становится жарко, то на коже появляются капельки пота. На ней так же есть тонкий слой жира. Если кожу долго не мыть, то на ней накапливается жир, пот, которые задерживают частицы пыли. От этого кожа становится грязной, грубой, она перестает защищать наше тело. Грязная кожа может принести вред здоровью. На коже размножаются микробы (1кв.см. до 40 000).



# МИКРОФЛОРА КОЖИ РУК

- I. Резидентная (нормальная) микрофлора – это микроорганизмы, постоянно живущие и размножающиеся на коже.
  - II. Транзиторная микрофлора – это микрофлора, приобретённая в процессе работы в результате контакта с инфицированными объектами окружающей среды.
- 
- 1. Патогенная микрофлора – это микрофлора, вызывающая клинически выраженное заболевание у здоровых людей.
  - 2. Условно-патогенная микрофлора - это микрофлора, вызывающая заболевание только в присутствии специфического предрасполагающего фактора.
  - 3. Микробы – оппортунисты - это микрофлора, вызывающая генерализованное заболевание только у больных с выраженным снижением иммунитета.

# **МИКРОФЛОРА КОЖИ РУК**

- **Наиболее загрязненными участками кожи рук являются:**
  - **подногтевое пространство;**
  - **околоногтевые валики;**
  - **подушечки пальцев.**
- **Наиболее сложно промываемыми участками считаются:**
  - **подногтевое пространство;**
  - **межпальцевые промежутки;**
  - **выемка большого пальца.**

## **Какие болезни можно «словить» через немытые руки?**

Очень многие инфекционные заболевания можно подхватить через немытые руки. Среди них:

- холера
- брюшной тиф
- гепатит А
- дизентерия
- грипп и другие ОРВИ
- сальмонеллез
- болезни, вызванные глистами

Возбудители этих и многих других болезней попадают на руки. Потом мы прикасаемся руками к лицу, берем немытыми руками пищу или «тащим» немытые руки в рот, и тем самым открываем доступ инфекции в организм.

Конечно, при крепкой, оперативно работающей, иммунной системе подобные проникновения вражеских лазутчиков должны быть нейтрализованы. Но если иммунитет ослаблен, то мы рискуем «заполучить» одну из болезней грязных рук.

# ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ

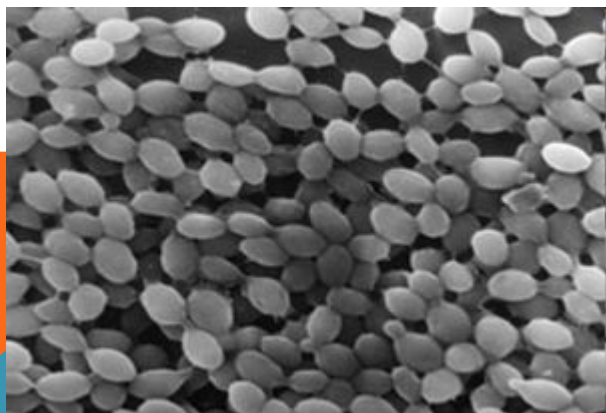
**Пищевое отравление может вызываться различными микроорганизмами, чаще всего это сальмонеллы, палочки ботулизма, холерный вибрион, дизентерийная палочка.**



сальмонелла



палочки ботулизма



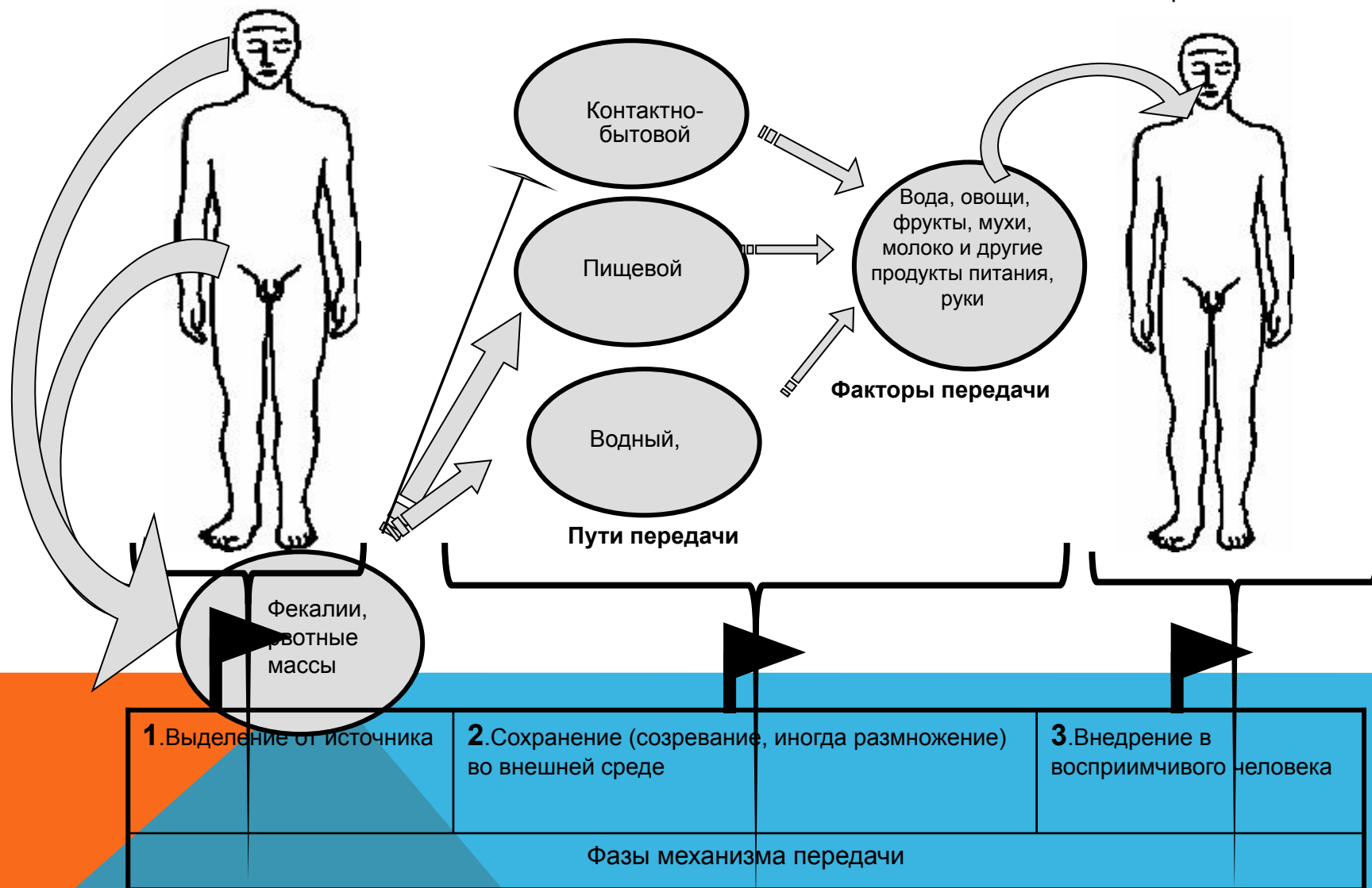
дизентерийная палочка



холерный вибрион

Источник  
инфекции

Восприимчивый  
организм



Фекально-оральный механизм передачи

# УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ФЕКАЛЬНО – ОРАЛЬНОГО МЕХАНИЗМА ПЕРЕДАЧИ ИНФЕКЦИИ

Пути передачи:

- пищевой,
- водный,
- контактно – бытовой

**Социальные условия:** *система сбора и удаления нечистот, общее коммунальное благоустройство, организация водоснабжения, организация питания, уровень санитарной культуры населения и условия для соблюдения личной гигиены*

**Природные условия:** *оптимальная для микроорганизмов температура и влажность воздуха, и воды.*



# **ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ**



**Попадая в организм, бактерии выделяют яд, который вызывает острое воспаление слизистой желудка, тонкой и толстой кишки.**

**Начинается заболевание достаточно быстро. Уже через 2-4 часа после еды наблюдаются первые симптомы: тошнота, чувство слабости, позднее – обильная рвота, понос. Нередко возникает повышение температуры, головная боль.**



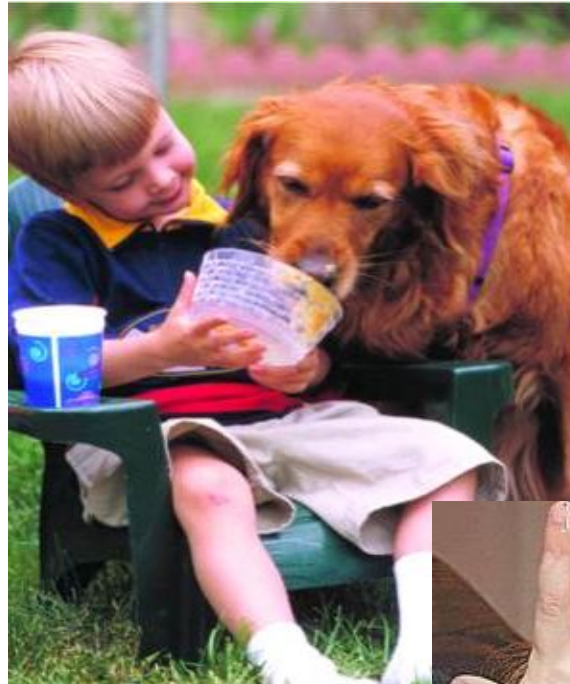
**Особенно чувствительны к пищевым отравлениям дети, лица пожилого возраста и больные желудочно-кишечными заболеваниями. У них отравление нередко протекает в более тяжелой форме.**

# ГЛИСТНЫЕ ИНВАЗИИ

**Заражение гельминтами происходит фекально-оральным путем через рот:**

- из-за прямых контактов с землей, песком;
- через загрязненные предметы;
- через продукты питания;
- посредством насекомых (мух, тараканов, муравьев);
- через контакты с животными (собаки, кошки).

**От человека к человеку заражение может происходить острицами в детских коллективах (детские сады) через игрушки, а также через постельное белье.**



# **РАСПРОСТРАНЕНИЕ ГЕЛЬМИНТОЗОВ**

- Гельминты, яйца или личинки которых выделяются с экскрементами, испытывают ограничивающее влияние климата (температура почвы, воздуха, осадки, влажность), их распространение зависит от санитарно-гигиенических навыков населения.
- Опасным фактором распространения этих гельминтов служит использование фекалий в качестве удобрения (заражение почвы, огородных культур, источников водоснабжения).
- На распространение гельминтов, передающихся с мясом (тении, трихинеллы), рыбой (описторхисы, клонорхис, широкий лентец), решающее влияние оказывает обработка продуктов питания перед использованием их в пищу.
- Распространение гельминтов, проникающих в организм человека через кожный путь, в значительной степени зависит от социально-экономических условий, определяющих частоту и длительность контакта людей с зараженной почвой, водой
- В тропическом климате — насекомыми (слепни, комары, мокрецы).

**Глисты могут создавать проблемы со здоровьем и усугублять имеющиеся нарушения, в том числе реализовать неблагоприятные наследственные предрасположенности.**

**Наиболее частым синдромом при глистной инвазии является дисфункция ЖКТ:**

- неустойчивый стул;**
- болевой синдром;**
  - метеоризм;**
  - отрыжка, тошнота, быстрое насыщение.**

**Одним из самых частых проявлений глистной инвазии является аллергия.**



**Проявлениями интоксикации при гельминтозах являются:**

- снижение аппетита, нарушение ночного сна (беспокойство, звуки во сне или частые пробуждения);**
- скрипение зубами;**
- раздражительность, капризность, агрессивность;**
- судороги.**

**Гельминты ослабляют работу иммунной системы, вследствие чего могут возникнуть частые респираторные заболевания, гнойничковые или грибковые поражения кожи и слизистых оболочек, кариес зубов.**



# АСКАРИДОЗ



- Взрослые черви паразитируют в тонком кишечнике.
- Аскариды относятся к геогельминтам, т.е. развитие их яиц происходит в почве.
- Прежде чем яйцо превратится в личинку, способную заражать человека, оно должно попасть в почву, где через три недели при благоприятных условиях (температура 12-36 градусов) личинка превратится в инвазионную личинку. Основным механизмом передачи - загрязненные руки, загрязненные овощи, фрукты.  
При проглатывании зрелого яйца, личинка освобождается от яичевых оболочек, внедряется в толщу слизистой оболочки и проникает в воротную вену. Далее по сосудам она мигрирует в печень-сердце-легкие.
- Личинки достигают легких примерно на четвертый день после заражения. Здесь они паразитируют в течение приблизительно 10 дней, затем, увлекаемые движением ресничек мерцательного эпителия, выстилающего бронхи, попадают в ротовую полость и глотаются. Попадая назад в кишечник, они превращаются во взрослых паразитов. Весь цикл развития аскарид от момента попадания яиц в организм хозяина до выделения самкой яиц составляет 2,5 - 3 месяца.

# Меры профилактики гельминтозов

- **знание источника инвазии,**
- **путей заражения и**
- **соблюдение населением санитарно-гигиенических норм**

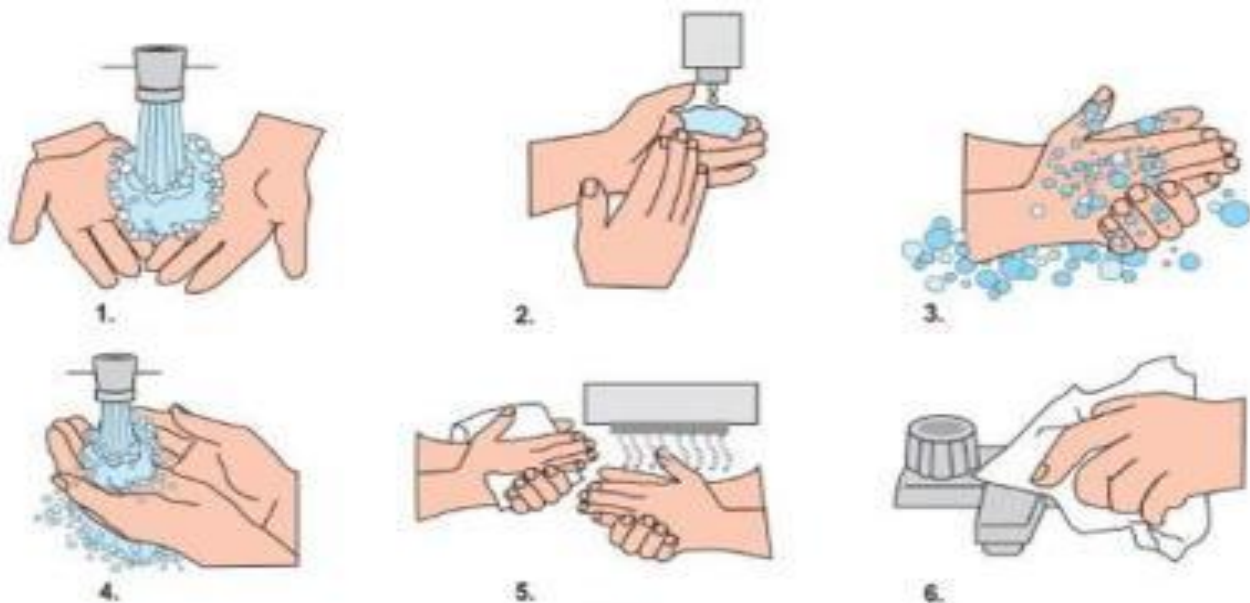
**Геморрагическая лихорадка Эбо́ла (Ebola Haemorrhagic Fever, ЕНФ, лат. *Ebola febris haemorrhagica*) — острая вирусная высококонтагиозная болезнь, вызываемая вирусом Эбола. Редкое, но очень опасное заболевание — летальность в 50—90 % клинических случаев. Поражает человека, некоторых приматов, а так же, как выяснилось, и свиней.**

**Индекс заразности достигает 95 %!**

**Вирус Эбола передается при прямом контакте с кровью, выделениями, органами или другими жидкостями организма инфицированного человека.**



***Мытьё рук - это самое эффективное воздействие и самый дешёвый способ предотвратить заболевание от многих опасных болезней.***



# ЭТО ИНТЕРЕСНО

**В последнее время появились исследования, которые доказывают, что наручные часы, авторучки и мобильные телефоны также являются рассадником микробов.**



# ИСТОРИЧЕСКИЕ СВЕДЕНИЯ



*Joseph Lister*

Впервые обработка рук раствором карболовой кислоты (фенола) для профилактики раневой инфекции была применена английским хирургом Джозефом Листером в 1867 году. Метод Д. Листера (1827г. – 1912г.) стал триумфом медицины XIX века.

## *Причины несоблюдения правил*

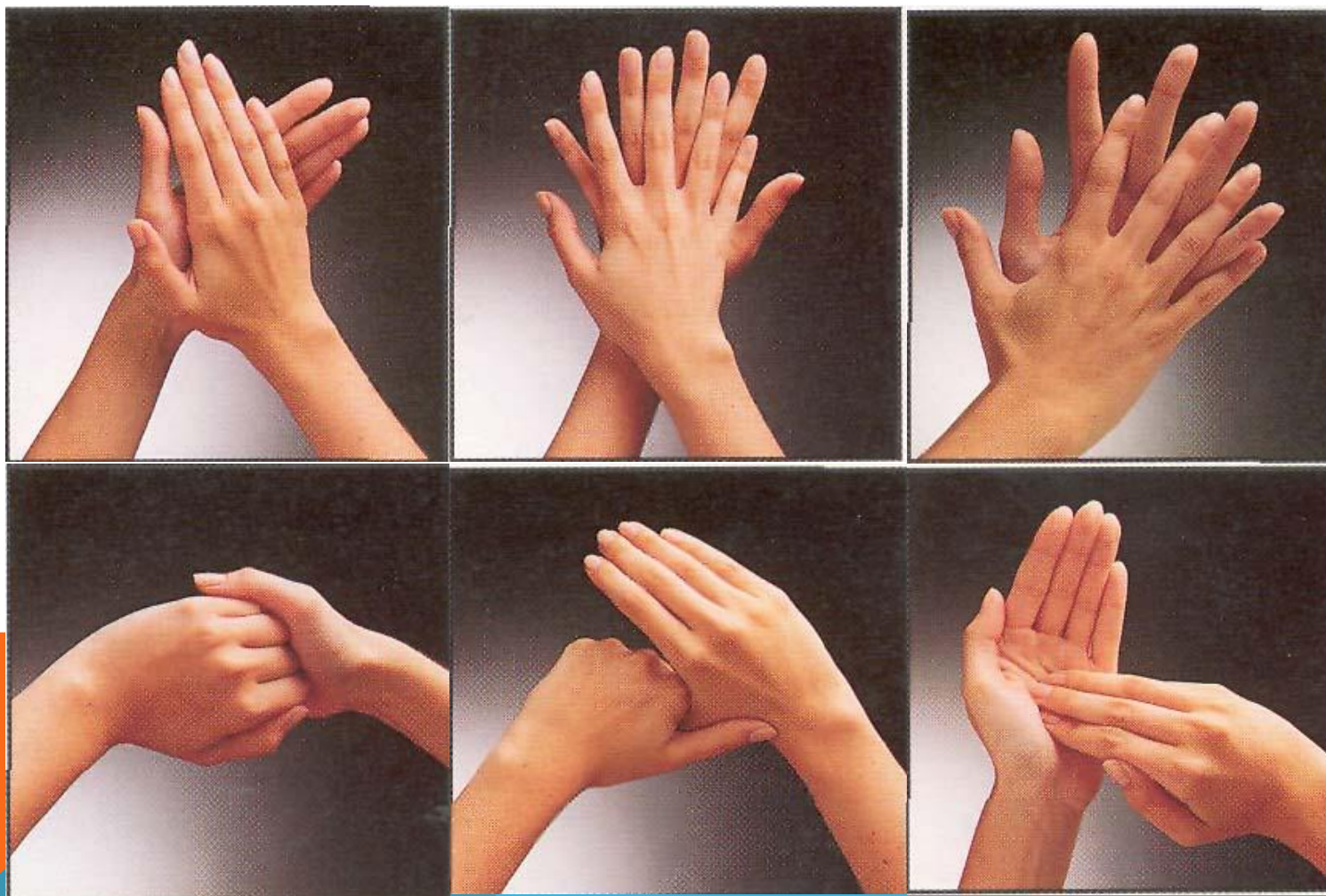
- **61% - забывчивость**
- **42% - недостаток знаний**
- **35% - недостаток времени**
- **22% - проблемы с кожей**
- **17% - недостаточное осознание проблемы**

## **Из истории вещей. Мыло.**

*Археологи установили, что уже 6000 лет назад у римлян существовало налаженное производство мыла. Его делали из козьего, бараньего и бычьего жира с добавлением золы дерева бука. В России мыловаренное производство получило распространение во времена Петра Первого, но вплоть до 19-го века мылом пользовалась знать и богатые люди.*

*Крестьяне же использовали щелок – древесную золу заливали кипятком и распаривали в печи.*

# СТАНДАРТНАЯ МЕТОДИКА ОБРАБОТКИ РУК



# СТАНДАРТНАЯ МЕТОДИКА ОБРАБОТКИ РУК

- **Каждое движение повторяется не менее 5 раз.  
Обработка рук осуществляется в течение  
1 минуты.**
- **Как альтернатива частому мытью рук – обработка  
антисептиками.**



Антисептика — система мероприятий, направленных на уничтожение микроорганизмов на поверхности кожи.



Дезинфицирующие средства незаменимы и при мелких травмах – царапинах, ссадинах, полученных там, где под рукой нет аптечки.





От частого использования дезинфицирующих средств может нарушиться водно-жировой баланс кожи, на руках возникают болезненные микротрещинки, служащие, в свою очередь, воротами для инфекций

# Рекомендации

и:

## ЗДОРОВЬЕ

*Его нельзя купить, нельзя  
занять,  
Его не подарить на день  
рождения,  
Оно нужнее всякого добра,*

### • ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ:

- Правильно мыть руки перед едой и после каждого посещения общественных мест.
- Не грызть ногти, различные предметы.
- Тщательно промывать фрукты и овощи.
- Не пить воду из-под крана.
- Не пить и не есть из одной посуды с другими людьми.
- Не носить чужую одежду и не пользоваться чужими средствами личной гигиены (зубная щётка, расчёска, мочалка, ножницы и т. д.).
- Не трогать, не расчёсывать больные места.
- Мыть руки перед тем, как лечь спать. Иначе во сне можно нечаянно потерять лицо.



Надо руки чисто мыть! Феном надо просушить!





**ВЫВОД: БОЛЕЗНИ ГРЯЗНЫХ РУК – ЭТО БОЛЕЗНИ, КОТОРЫЕ ВСЕГДА МОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ. СУЩЕСТВУЕТ МНОГО СПОСОБОВ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ, НО ВОТ ОДИН ИЗ САМЫХ ДОСТУПНЫХ – ПРАВИЛЬНО МЫТЬ РУКИ ПЕРЕД ЕДОЙ.**



**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

