

Cum vă puteți proteja de frig

Oradea, tot mai înghețată

Pentru următoarele zile sunt prognozate în județul Bihor temperaturi atmosferice scăzute, cu nopți geroase. Efectele negative cauzate de frig pot fi evitate prin respectarea unor reguli simple.

Direcția de Sănătate Publică Bihor recomandă populației, în primul rând, evitarea deplasărilor în timpul frigului. Pentru asta este indicată aprovizionarea cu alimente și medicamente pentru o perioadă mai lungă de timp, bolnavii care nu se pot deplasa sau căra greutăți trebuie ajutați de persoane din proximitate (vecini, rude etc.), asigurarea unei linii telefonice funcționale (un apel de urgență e de cele mai multe ori vital în salvarea vieții), persoanele cu risc trebuie să păstreze contactul cu rudele sau vecinii și să solicite ajutor în caz de nevoie.

În locuințe este recomandată menținerea unei temperaturi de cel puțin 19 grade Celsius în dormitor, verificarea atentă a sistemelor de încălzire înainte de a le folosi, dar și periodic în timpul utilizării pentru prevenirea incendiilor, intoxicațiilor cu monoxid de carbon (gaz care nu se vede și nu are miros), în caz de folosire a per-



Abia de luni temperaturile vor începe să crească semnificativ

nelor electrice pentru încălzire acestea trebuie decuplate de la priză înainte de somn pentru a preveni arsurile sau incendiile. În cazul în care este absolut necesară părăsirea locuinței în condiții de ger este recomandată acoperirea riguroasă a capului (prin această zonă se pierde 30% din căldura corpului), protejarea feței - în special în partea inferioară la nivelul gurii și nasului, îmbrăcarea cu haine groase și călduroase,

de preferat mai multe rânduri de haine una peste alta pentru a menține mai bine căldura, păstrarea mânușilor pe mâini pentru protejarea căldurii de la nivelul mâinilor și degetelor - nu trebuie scoase mânușile de pe mâini nici chiar pentru perioade scurte, mersul în ritm egal, fără efort crescut. În timpul mersului trebuie acordată atenție porțiunilor cu gheață de pe traseu în vederea prevenirii alunecării (căderilor) și fractu-

rilor membrilor, evitarea călătoriilor lungi cu automobilul și planificarea traseului deplasării în funcție de starea drumurilor. Autovehiculele trebuie să fie dotate specific sezonului de iarnă pentru optimizarea deplasărilor și evitarea accidentelor, iar copiii nu trebuie să fie lăsați să aștepte în interiorul autovehiculelor parcate sau să fie transportați pe distanțe lungi în vehicule fără posibilități de climatizare. ■ V.I.

Măsuri ASCO în perioada sezonului rece

Adăpost pentru oamenii străzii

Ca în fiecare an, pentru a evita situațiile neplăcute cauzate de temperaturile scăzute, Administrația Socială Comunitară Oradea ia măsuri în vederea protejării persoanelor aflate în situații vulnerabile pe perioada sezonului rece.

În noaptea dinspre 27 spre 28 februarie, 54 de oameni ai străzii au apelat la serviciile Adăpostului de Noapte. Astfel, Adăpostul de Noapte, situat pe str. J. Gutenberg nr. 8, pune la dispoziția persoanelor fără adăpost, în această perioadă, când temperaturile extreme fac victime în toată țara, cazare, atât pe timp de noapte, cât și pe parcursul zi-

lei. Aici persoanele fără adăpost primesc pe lângă găzduire, ceai cald, haine groase, posibilitatea de a face un duș cald și personal specializat în a avea grijă de acestea. „Prin aceste măsuri, asigurăm oamenilor străzii servicii menite să depășească mai ușor această perioadă. Pe această cale, rugăm comunitatea locală să se implice în ajutorarea persoanelor fără adăpost, cei care intră în contact cu aceste persoane sau au cunoștință despre zone în care acestea se adăpostesc, să ne anunțe la numerele de telefon: 0359-466.666 (Adăpost de noapte) sau 0259-969 (Poliția Locală)”, transmit reprezentanții ASCO. ■



Sesiune de instruire a asistenților medicali comunitari

Ziua Internațională a Bolilor Rare

Miercuri, 28 februarie, Direcția de Sănătate Publică Bihor, în parteneriat cu Asociația de Scleroză Multiplă din România și Asociația Bolnavilor de Fenilcetonurie România (Asociația PKU România) a marcat, la Oradea, Ziua Internațională a Bolilor Rare.

În acest scop, la sediul Direcției de Sănătate Publică Bihor, a avut loc o sesiune de instruire a asistenților medicali comunitari din județul Bihor.

În cadrul instruirii au fost prezentate: problematica bolilor rare - aspecte generale, particularități cu privire la situația bolilor rare în județul Bihor, resurse disponibile la nivel județean și național pentru pacienții cu boli rare, rolul asistentului medical comunitar în informarea corectă, sprijinul și îndrumarea pacienților cu boli rare către servicii specializate, pentru o abordare specifică nevoilor, în scopul creșterii calității vieții acestor pacienți.

Cu sprijinul reprezentanților

Asociației de Scleroză Multiplă din România și ai Asociației PKU România, au fost prezentate materiale privind rețeaua județeană de servicii dedicate pacienților afectați de boli rare, în general, și a pacienților cu scleroză multiplă, în mod particular.

Alianța Națională pentru Boli Rare România - ANBRo și membrii săi, în parteneriat cu Eurordis: www.eurordis.org organizează în fiecare an, în data de 28 februarie, Campania Ziua Internațională a Bolilor Rare, cu scopul de a sensibiliza factorii de decizie și publicul larg privind problematica bolilor rare și impactul acestora asupra vieții pacienților. Anul 2018 marchează cel de-al unsprezecelea an în care comunitatea internațională a bolilor rare celebrează Ziua Bolilor Rare.

„Mii de oameni din țara noastră și din întreaga lume se vor reuni pentru a pleda pentru mai multe programe de cercetare privind bolile rare”, se arată într-un comunicat al Alianței de Boli Rare. ■

În Bihor, Peste 796 de locuri de muncă

AJOFM Bihor anunță oferta de peste 796 de locuri de muncă vacante la nivelul județului Bihor, majoritatea fiind joburi pentru locuitorii din Oradea. Absolvenții de studii superioare au la dispoziție 120 de oferte, din diverse domenii de competențe, inclusiv la instituții ale statului.

Astfel, absolvenții de studii superioare pot opta pentru posturi ca agent achiziții, administrator rețea, asistent director, asistent medical generalist, auditor de mediu, funcționari administrativi, directori de vânzări, economiști, contabili, controlori de calitate, inspectori de resurse umane sau ingineri. Pentru cei care doresc să devină bugetari sunt scoase la concurs posturi de către Consiliul Județean Bihor - consilier gradul I A și consilier principal și Primăria Oradea - consilier clasa I superior Direcția Patrimoniu Imobiliar, Serviciul Tehnic. Majoritatea ofertelor de locuri de muncă se adresează orădenilor cu studii medii, care își pot depune CV-ul la sediul AJOFM Bihor pentru unul din cele peste 300 de joburi vacante. Există oferte pentru agenți de securitate și agenți de vânzări, barmani, cameriste, casieri, colectori, confecționeri de îmbrăcăminte și încălțăminte, controlori de calitate, croitori, cusători, consultanți vânzări, electricieni, fierari-betoniști, gestionari, frezori universali, instalatori, lăcătuși mecanici, magazineri, operatori, sudori, zidari, zugravi, recepționeri, tâmplari, tapițeri, șoferi de autocamioane, stivuatoriști sau manichiuristă. De asemenea, în Oradea sunt 241 de oferte pentru muncitorii necalificați. În ce privește oferta din județ, în Aleșd sunt 16 de locuri de muncă vacante, în Salonta sunt 36 de posturi, în Beiuș 50 de locuri de muncă vacante, iar în Marghita există 10 oferte.

■ A.C.

Ministerul Sănătății trage un semnal de alarmă

Nu cumpărați medicamente de pe internet

Ministerul Sănătății (MS) atrage atenția populației asupra riscurilor la care se expun cei care cumpără medicamente de pe internet. Potrivit MS, au fost identificate mai multe site-uri care vând medicamente utilizând identitatea ministerului.

„Comercializarea unor medicamente neautorizate pe internet reprezintă un fenomen periculos și greu de controlat, care generează un risc ridicat pentru sănătatea publică. Facem precizarea că Ministerul Sănătății se delimitează de orice acțiune de promovare și comercializare a unor medicamente sau dispozitive medicale și că acțiunile de acest gen derulate în spațiul online sunt realizate fără acordul instituției”, se arată într-un comunicat, remis, miercuri, de MS.

Potrivit sursei citate, au identificate în spațiul online mai multe site-uri care, în mod abuziv, utilizează identitatea Ministerului Sănătății ca și garant pentru promovarea și comercializarea unor medicamente care nu au autorizație de punere pe piață. De asemenea, MS a sesizat structurile abilitate să soluționeze acest caz și să ia măsurile care se impun.

„Pentru orice afecțiune, pacienții trebuie să se adreseze medicului pentru a le fi prescris tratamentul corect. Atragem atenția că automedicația poate duce la efecte negative și consecințe pe termen lung asupra sănătății”, se mai arată în comunicatul MS. ■