



Ваше ЗДОРОВЬЕ

№ 4 (743)

Событие



НОВЫЕ МАШИНЫ «СКОРОЙ ПОМОЩИ» ДЛЯ ВОЛГОГРАДСКОГО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

29 ФЕВРАЛЯ глава Администрации Волгоградской области Сергей Анатольевич Боженков вручил волгоградским медикам ключи от десяти новых машин «скорой помощи».

Пять автомобилей поступят в распоряжение врачей станции скорой медицинской помощи г. Волгограда, остальные отправятся в центральные районные больницы Камышинского, Ленинского, Котельниковского, Октябрьского и Дубовского районов. Отметим, что автомобили приобретены за счет внебюджетных средств. По словам Сергея Анатольевича, расходы на такую важную сферу, как здравоохранение, необходимо увеличивать в разы.

— Сегодня есть понимание, что средства на содержание административных аппаратов можно сэкономить в бюджетах всех уровней. Эти деньги нужно направить в том числе и на нужды здравоохранения. Медицина занимается оздоровлением граждан, а мы займемся «оздоровлением» медицины, — подчеркнул Сергей Анатольевич Боженков.

Получив ключи от 5 автомобилей, и. о. главного врача станции скорой медицинской помощи Волгограда Наталья Петровна Деларю поблагодарила главу региона за помощь.

— Коллеги знают, как важно вовремя прибыть к больному. Сегодня Волгограду необходимо 102 бригады «скорой помощи», а у нас работают лишь 80, — сказала Наталья Петровна. — Так что машины, которые мы получили сейчас — своевременный и дорогой подарок для волгоградцев.

По мнению Дмитрия Васильевича Валькова, главного врача Октябрьской центральной районной больницы, новые машины с современным медицинским оборудованием, особенно в случаях серьезных травм и ДТП — хорошее подспорье.

— Человек получит высокоспециализированную помощь прямо на месте. А это значимый фактор — еще одна спасенная жизнь, — подчеркнул доктор.

Ключи от новых автомобилей Сергей Анатольевич Боженков вручил главным врачам медучреждений на территории Волгоградской областной клинической больницы № 1. Отметим, что губернатор впервые посетил это старейшее в регионе медицинское учреждение. Увидев воочию больницу, большая часть корпусов которой находится в плачевном состоянии, Сергей Анатольевич поставил задачу руководству областного Комитета по здравоохранению в ближайшие три года привести учреждение в надлежащий вид и оснастить современным медицинским оборудованием.

По сообщению пресс-службы Администрации Волгоградской области

С праздником 8 Марта!



Милые женщины — работники здравоохранения Волгоградской области!

Сердечно поздравляю вас с самым красивым, нежным и удивительным праздником — Международным женским днём 8 Марта! Это особенный день. Он является свидетельством глубочайшего уважения и признательности дорогим и близким нам людям — матерям, жёнам, сёстрам, дочерям, всем представительницам прекрасного пола. Примите слова искренней благодарности за ваше терпение, мудрость, умение сделать наш мир светлым, радостным, веселым.

Во все времена женщина являлась воплощением красоты, мира, доброты и любви, от неё зависят уют в доме и счастье в семье. Социальная роль женщины в современном обществе неопределима. Реализуя свой творческий и интеллектуальный потенциал, наши современницы добиваются больших успехов во всех сферах общественной жизни, занимают передовые позиции в здравоохранении и образовании, науке и культуре, активно участвуют в политических и экономических процессах, которые происходят в стране и регионе.

Уважаемые коллеги! Трудно переоценить ваши заслуги в деле сохранения и укрепления здоровья населения Волгоградской области. Несмотря на ваш ежедневный кропотливый труд, вы остаётесь чуткими, милосердными, женственными. В преддверии Международного женского дня примите самые искренние пожелания крепкого здоровья, счастья, любви и благополучия! Пусть этот тёплый весенний день будет светлым от солнца, добрым от улыбок и ярким от цветов! С праздником!



В. В. Шкарин,
председатель Комитета по здравоохранению Администрации
Волгоградской области

Уважаемые коллеги!

Поздравляю вас с Международным женским Днём 8 Марта! Этот красивый праздник в начале весны приходит к нам, когда все оживает и расцветает. Пусть в вашей жизни будет вечная весна, пусть ярко светит солнце, любви вам, счастья, мира и добра.

И. В. Ерохина,
председатель Волгоградской областной организации
профсоюза работников здравоохранения РФ



Обмен опытом

НЕВРОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ НЕРАЗРЫВНА С ПРАКТИКОЙ

22 ФЕВРАЛЯ прошла междисциплинарная научно-практическая неврологическая конференция «Неотложные состояния в неврологии». Это, как и другие подобные мероприятия, призвано обеспечить обмен знаниями, опытом, новыми научными достижениями между специалистами, что в будущем поможет в совершенствовании помощи больным, страдающим неврологическими заболеваниями.

Слушателями, которым выпала возможность почерпнуть из докладов коллег ценную информацию, стали заведующие отделениями неврологии медучреждений Волгограда и области, врачи-неврологи, врачи общей практики. С докладами выступали ведущие специалисты из Москвы и Санкт-Петербурга.

Читайте на 2-й стр.

Праздник

Проводы русской Масленицы

В выходные дни — субботу и воскресенье — на площади Павших борцов в Волгограде прошли народные гуляния «Проводы русской Масленицы». Волгоградцы с радостью водили хороводы, принимали участие в играх, катались на лошадях, детвора играла в снежки. Безусловно, не обошлось без главного угощения — блинов.

Несмотря на непогоду — шел сильный мокрый снег — настроение было у всех праздничным и по-настоящему весенним!

Читайте на 8-й стр.

2 ЦЕНТРУ МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ — 15 ЛЕТ



ИЗБЕГАЮЩИЕ НЕУДАЧ

7

«Здоровье — это не все,
но и без здоровья все ни к чему».
А. Шопенгауэр

8 УНИЧТОЖЕНО СВЫШЕ 6 КГ МАРИХУАНЫ

СЕГОДНЯ
В НОМЕРЕ:



Юбилей

ЦЕНТРУ МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ — 15 ЛЕТ

16 ФЕВРАЛЯ отметил 15-летний юбилей Центр молодежной политики. Торжественное мероприятие, посвященное этой дате, прошло в ДК Профсоюзов и собрало немало зрителей, среди которых были представители муниципальных, областных учреждений и организаций.

Развитие молодежной политики правомерно сравнили с движением скорого поезда. Действительно, скорость преобразований в этой области впечатляет. История Центра молодежной политики отражает эти изменения.

Вначале Центр молодежной политики образовывался как ГУ «Областная молодежная биржа труда». Соответственно, основным направлением деятельности учреждения было трудоустройство подростков и молодых людей. Теперь ГКУ ВО «Региональный центр сферы молодежной политики», сохранив в своем составе биржу труда, включает также «Лагерь имени 81-й Гвардейской дивизии». К таким направлениям как профориентация, трудоустройство подростков прибавились новые: добровольчество, молодежное предпринимательство, студенческое самоуправление, пропаганда здорового образа жизни, работа с подростками, попавшими в трудную жизненную ситуацию. Центр молодежной политики принимал и принимает непосредственное участие в ре-

лизации таких важных и массовых проектов как «Живи здорово — это здорово!», «Шаг навстречу», «Антинаркотик», «Беги за мной» и многие другие.

Костюмы ведущих церемонии украшали погоны проводников поезда, что еще лучше раскрывало тематику и основную идею праздничного вечера. Каждая станция на пути скоростного поезда молодежной политики, мчащегося через года, будь то Добровольчество, Трудоустройство, Самоуправление, ЗОЖ, продемонстрировала одну из сторон многогранной деятельности Центра.

Естественно, что самая ответственная миссия у начальников поезда, регулирующих верность выбранного направления. Заместитель директора Центра молодежной политики Сергей Петрович Пехтелев поблагодарил сотрудников за хорошую работу, ведь они стали настоящей слаженной командой, которая может совместно решать даже самые сложные вопросы на пользу юного поколения.

Исполняющий обязанности председателя Комитета по делам молодежи Администрации Волгоградской области Игорь Николаевич Грибанов поздравил Центр молодежной политики и подчеркнул важность решаемых им проблем.

Подарки и поздравления в этот день стали показателем активной работы Центра молодежной политики. Это учреждение помога-



ет многим молодым людям стать немного лучше, определиться с выбором профессии, найти себя, подключиться к работе различных объединений, обществ, моделировать, строить совместно мир таким, каким они стремятся его видеть. «Для каждого найдется

дело!» — под таким девизом работают сотрудники Центра. И действительно, молодежь находит профессию по духу, которая может реализоваться как творческой личности, готовой к смелым экспериментам и созиданию. А что среди молодого поколения мно-

го людей творческих, доказали выступления хореографических коллективов и певцов, дополнивших торжественную праздничную атмосферу.

Алёна ДОРОХОВА, наш корр.
Фото автора

Опасные болезни

КОРЬ

КОРЬ является в высокой степени заразной тяжелой болезнью вирусного происхождения. По оценкам, в 1980 году, до широкого распространения вакцинации, произошло 2,6 миллиона случаев смерти в результате этого заболевания.

Корь остается одной из ведущих причин смерти среди детей раннего возраста во всем мире, несмотря на наличие безопасной и эффективной вакцины. По оценкам, в 2008 году от кори умерло 164 000 человек — в основном, дети в возрасте до пяти лет.

Возбудителем кори является вирус из семейства парамиксовирусов. Вирус кори обычно развивается в клетках, расположенных в задней части горла и в легких. Корь — болезнь человека, которой, насколько известно, не болеют животные.

Ускоренное проведение мероприятий по иммунизации оказало значительное воздействие на снижение смертности от кори. По оценкам, в 2001–2011 гг. против этой болезни был вакцинирован один миллиард детей в возрасте от 9 месяцев до 14 лет, живущих в странах высокого риска. Глобальная смертность от кори снизилась на 78% — с 733 000 случаев смерти в 2000 году до 164 000 случаев в 2008-м.

ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ

Первым признаком заболевания корью обычно является значительное повышение температуры, которое наступает примерно через 10–12 дней после воздействия вируса и продолжается от 4 до 7 дней. На этой начальной стадии могут появляться насморк, кашель, покраснение глаз и слезотечение, а также мелкие белые пятна на слизистой

поверхности щек. Через несколько дней появляется сыпь, обычно на лице и верхней части шеи. Спустя примерно три дня сыпь распространяется по телу и в конечном итоге появляется на руках и ногах. Она держится 5–6 дней и затем исчезает. В среднем, сыпь выступает через 14 дней (от 7 до 18 дней) после воздействия вируса.

Тяжелой формой кори, как правило, болеют дети раннего возраста, страдающие от недостаточности питания, особенно те, кто недополучает витамин А, или те, иммунная система которых ослаблена ВИЧ/СПИДом или другими болезнями.

Большинство смертельных случаев от кори происходит из-за осложнений. Чаще всего осложнения развиваются у детей в возрасте до пяти лет или взрослых людей старше 20 лет. Самые серьезные осложнения включают слепоту, энцефалит (инфекцию, приводящую к набуханию мозга), тяжелую диарею и связанную с ней дегидратацию, ушные инфекции и тяжелые инфекции дыхательных путей, такие как пневмония. Среди групп населения с высокими уровнями недостаточности питания и при отсутствии надлежащей медицинской помощи до 10% случаев заболевания корью заканчиваются смертельным исходом.

У людей, переболевших корью, вырабатывается иммунитет против нее на всю оставшуюся жизнь.

КТО ПОДВЕРГАЕТСЯ РИСКУ?

Неиммунизированные дети раннего возраста подвергаются самому большому риску заболевания корью и развития осложнений, включая смертельный исход. Заразиться корью может любой человек, не имеющий иммунитета (тот, кто не был вакцинирован или не выздоровел ранее от этой болезни).

Начало. Окончание на 6-й стр.

Обмен опытом

НЕВРОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ НЕРАЗРЫВНА С ПРАКТИКОЙ

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Главным достоинством конференции стало то, что она действительно, подтверждая заявленную в названии научно-практическую направленность, была нацелена именно на поддержание непосредственной связи между теорией и практикой. Отсюда необычайная важность и ценность данного мероприятия для специалистов — не только неврологов, но и для врачей других профилей. Ведь чтобы выбрать верный курс лечения, нужно знать, как лечить. Также мало просто владеть теоретической информацией — необходимо уметь применять ее на деле. Поэтому очень точно подметил выступающий на конференции главный невролог Санкт-Петербурга, академик РАМН, заведующий кафедрой неврологии и нейрохирургии Санкт-Петербургского медицинского университета имени И.П. Павлова Александр Анисимович Скоромец, что врач видит только то, что знает.

— Нервная система человека — одно из уникальнейших, а может быть, самое уникальное, самое ценное явление на планете, — подчеркнул А.А. Скоромец. — Нет ничего более сложно организованного и более удивительно функционирующего. Ни один, даже самый современный компьютер, не сравнится с работой нейронов. Все, что есть в организме человека, преследует в ходе своего функционирования общую цель — обеспечить правильную деятельность мозга.

А.А. Скоромец остановился в своем выступлении на таких актуальных вопросах, как современные подходы к диагностике и лечению спинальных миелопатий (нарушение функционирования спинного мозга). Тема прогрессивных, новых методов в помощи пациентам неоднократно затрагивалась в ходе заседания конференции. Это вполне обосновано, так как неврология, как и многие другие области медицинского знания, имеет насыщенный

историю, в ходе которой по-разному подходили к лечению заболевания. В последнее время данная наука развивается особенно активно, чему способствуют как постоянный рост знаний, так и совершенствование технологий, приходящих на помощь специалистам. Докладчики затронули также вопросы диагностики и лечения энцефалопатии (патология головного мозга), нейропротективной терапии при инсульте и другие. И здесь также важную роль играют последние достижения науки и техники. Так, использование современных технологий значительно улучшило диагностику ишемического инсульта (нарушение мозгового кровообращения с разрушением тканей мозга): теперь возможно выявлять не только зону повреждения, но и объективизировать факторы, приводящие к нарушению кровообращения.

Алена ДОРОХОВА, наш корр.
Фото автора

Повышение

Начальнику УФСКН России по Волгоградской области присвоено звание генерал-майора полиции



В соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 23 февраля 2012 года № 229 присвоено звание генерал-майор полиции начальнику Управления Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков по Волгоградской области Юрию Николаевичу Кононову.

Юрий Николаевич родился в 1963 году в г. Иркутске. Общий стаж его службы в правоохранительных органах насчитывает около 30 лет. За его плечами служба

на оперативных и руководящих должностях в органах МВД и наркоконтроля.

Управление ФСКН России по Волгоградской области Юрий Николаевич возглавил в звании полковника в январе 2011 года.

Награжден медалью «За отличие в службе в органах наркоконтроля» 1 и 2 степени.

По сообщению пресс-службы Управления ФСКН России по Волгоградской области

Новые проекты

В ПРИОРИТЕТЕ — РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ ДЕФИЦИТА КАДРОВ

ПРОБЛЕМА кадрового дефицита в сфере здравоохранения — проблема общероссийского масштаба и на сегодняшний день актуальна как никогда.

Сложная ситуация с медицинскими кадрами сложилась и в Волгоградской области. Вакантными являются 1173 единицы врачебных должностей и 1409 единиц средних медицинских работников, поэтому коэффициент совместительства врачей остается высоким: 1,6 — в городе, 1,7 — в сельской местности, 1,3 — средних медицинских работников.

Особенно практическое здравоохранение региона нуждается во врачах-терапевтах, педиатрах, неонатологах, хирургах, анестезиологах-реаниматологах, акушерах-гинекологах, а также в специалистах со средним медицинским образованием.

В регионе отмечается тенденция увеличения среднего возраста специалистов, работающих в учреждениях здравоохранения. Если в 2005 году средний возраст медработников составлял 42–47 лет, то по состоянию на 1 января 2011 года — 48–53 года. При сохраняющейся тенденции к 2018 году этот показатель составит 55–60 лет.

Ежегодно профессиональную подготовку медицинских работников в нашем регионе осуществляет Волгоградский государственный медицинский университет и 7 медицинских колледжей. Но в практическое здравоохранение приходит работать незначительное количество выпускников. В первый год после выпуска трудоустраиваются только 65–70% специалистов.

Основной причиной того, что молодые кадры не идут работать в государственные и муниципальные учреждения здравоохранения является низкий уровень оплаты труда. В сложившихся экономических условиях малы и размеры единовременной выплаты, а также надбавок, которые выплачиваются молодым специалистам.

Сложившаяся ситуация в условиях реформирования здравоохранения на современном этапе требует новых подходов и организационных решений. Одними из направлений в решении проблемы кадрового дефицита в сельской местности является исполнение Постановления Администрации Волгоградской области «Об утверждении Порядка предоставления единовременной компенсационной выплаты медицинским работникам в возрасте до 35 лет, прибывшим или переехавшим в 2011–2012 годах в сельский населенный пункт Волгоградской области» и реализация ведомственной целевой программы «Укрепление кадрового потенциала здравоохранения Волгоградской области на 2012–2014 годы».

В рамках реализации целевой ведомственной программы «Укрепление кадрового потенциала здравоохранения Волгоградской области на 2012–2014 годы» планируется подготовка и переподготовка специалистов со средним медицинским образованием, переподготовка врачей-специалистов в клинической интернатуре. Общий объем финансирования Программы составит более 463 млн рублей из средств областного бюджета. В 2012 году на реализацию программных мероприятий планируется выделение средств в размере более 154 млн рублей.

Согласно Постановлению, медицинским работникам в возрасте до 35 лет включительно, прибывшим в 2011–2012 годах после окончания вуза на работу в сельский населенный пункт (определенный Законом Волгоградской области от 7 октября 1997 года № 139-ОД «Об административно-территориальном устройстве Волгоградской области»), предоставляется единовременная выплата в размере 1 миллиона рублей. Обязательным условием предоставления выплаты является обязанность медицинского работника проработать в течение пяти лет по данному месту работы.

Для получения выплаты медицинскому работнику до 20 сентября 2012 года нужно представить в Комитет по здравоохранению Администрации Волгоградской области следующие документы:

- заявление о предоставлении выплаты;
- копию трудового договора, заверенную работодателем;
- оригинал и копию документа, удостоверяющего личность;
- копию трудовой книжки, заверенную работодателем;
- копии документов, подтверждающих наличие высшего медицинского образования, заверенные работодателем;
- медицинское заключение установленной формы об отсутствии у работника заболевания, препятствующего исполнению им профессиональных обязанностей;
- банковские реквизиты для перечисления выплаты.

За дополнительной информацией можно обращаться по телефону:

— 8 (8442) 24–85–14;
— 8 (8442) 24–85–28 — **Анна Петровна Гуреева, начальник отдела государственной службы и кадровой работы Комитета по здравоохранению Администрации Волгоградской области.**

Подготовила Анна ЗАВАРЦЕВА

Праздник



ФЕСТИВАЛЬ НАЦИОНАЛЬНЫХ КУЛЬТУР

В ГБОУ СПО «Медицинский колледж № 2, Волгоград» прошел фестиваль национальных культур. Данное мероприятие является ежегодным и с каждым разом желающих принять участие в нем становится больше.

— Фестиваль помогает объединить студентов разных национальностей, их родителей и друзей. Только вместе мы являемся непобедимым и сильным государством, — отметила директор колледжа Татьяна Васильевна Силкина. — Первый фестиваль прошел 7 лет назад под лозунгом «В единстве наша сила. Когда мы едины — мы непобедимы!» Тогда на фестивале выступили представители России и Армении. Студенты этих национальностей рассказали о своей стране и о культуре посредством танца и песни.

С каждым годом количество участников фестиваля росло и уже сейчас заявлено 7 культур: Чечня, Азербайджан, Дагестан, Татарстан, Украина, Армения и Россия. В течение двух недель, начиная с 14 и по 22 февраля, студенты представляли свою страну, рассказывали о культуре, традициях, обычаях, одевались в национальные костюмы. Молодые люди отметили, что это очень интересно узнать традиции и обычаи других народов. Фестиваль объединяет, здесь нет духа соперничества, все болеют друг за друга, и именно так, по мнению студентов, зарождается чувство взаимопомощи.

Участие в фестивале принимали студенты колледжа, а также официальные организации, которые в Волгоградской области представляют ту или иную культуру. Национальный татарский ансамбль «Чишмэ» познакомил студентов и преподавателей медицинского колледжа с искусством татарской песни, ансамбль армянского народно-эстрадного танца «Арагат» под руководством Элионоры Казарян, широко известный за преде-

лами Волгограда, — с традиционными и современными национальными танцами.

В последний день фестиваля была представлена Россия. Ребята рассказали о славянском празднике — Масленице, о том, как нужно провожать зиму на Руси, прыгать через костер, и всю неделю есть традиционное кушанье — блины.

Завершился фестиваль гала-концертом, где еще раз были показаны самые лучшие номера студентов. После гала-концерта все присутствующие были приглашены попробовать национальные блюда представляющих культур.

Сами студенты отметили, что они очень любят этот традиционный для колледжа праздник потому, что он не только оставляет в истории студенческой жизни много положительных эмоций, но и дает возможность лучше узнать друг друга.

Анна ИНОВА



Важная дата

3 МАРТА — МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ПО ОХРАНЕ ЗДОРОВЬЯ УША И СЛУХА

В 2012 году по инициативе Всемирной организации здравоохранения 3 марта отмечается Международный день по охране здоровья уха и слуха.

Этот день предназначен для повышения осведомленности и стимулирования деятельности на уровне отдельных сообществ в области о-

раны здоровья уха и слуха. Всемирная организация здравоохранения стремится оказывать техническую поддержку государствам-членам в области разработки и осуществления национальных планов по оказанию основных видов медицинской помощи при заболеваниях уха и проблемах со слухом в рамках их первичных медико-санитарных систем.

Потеря слуха является самой распространенной сенсорной формой инвалидности во всем мире. Более 275 миллионов человек в мире страдают от глухоты или нарушения слуха.

Основные причины потери слуха:

хронические инфекции уха; болезни, предотвратимые с по-

мощью вакцин, такие как краснуха, корь, коклюш и менингит;

низкая масса тела при рождении, желтуха новорожденных и недостаток кислорода при рождении; потеря слуха, вызванная шумом; лекарства, такие как гентамицин и стрептомицин;

возрастная потеря слуха. Потеря слуха в значительной

мере предотвратима с помощью мер общественного здравоохранения, таких как иммунизация, улучшенная охрана здоровья матери и ребенка и безопасные практические методики по обеспечению гигиены труда.

По материалам сайта Всемирной организации здравоохранения



**Милые, нежные, добрые, верные,
терпеливые, трудолюбивые,
самые красивые!**

**С первой каплей,
С последней метелью,
С праздником юной Весны!
Вас поздравляем,
Сердечно желаем
Счастья, здоровья,
Удач, красоты!**

Главный врач ГБУЗ «ВОКВ №1»
Т.А. Коняхина
Председатель профсоюзного
комитета
Э.А. Мельникова



С глубоким душевным трепетом, исполненным вашим очарованием, спешим поздравить дорогих нам женщин с праздником весны!

С особым уважением имеем честь поздравить главного врача ГКУЗ «Волгоградская областная детская клиническая психиатрическая больница», главного внештатного детского психиатра Комитета по здравоохранению администрации Волгоградской области — **Ларису Георгиевну Раевскую**. Заслуги нашего руководителя высоко оценены в масштабах всей Волгоградской области — по результатам конкурса 2011 года «Лучшие менеджеры и организации» Лариса Георгиевна удостоена звания «Лучший менеджер года».

Милые дамы, коллеги!

Мы восхищены вашим профессионализмом, который так же по достоинству оценен на уровне целого региона. Искренне рады за присуждение учреждению высокого звания «Лучшая организация года»

Примите самые искренние поздравления, слова благодарности за счастье работать с вами рука об руку, и пожелания душевного покоя, домашнего тепла и нашей мужской бесконечной любви!

Ваши мужчины.

с 8 марта!



**Дорогие женщины, сотрудницы
МУЗ «Детская клиническая поликлиника № 31»!
Поздравляем вас с 8 Марта — Международным женским праздником.**

*Пусть всегда женский день не кончается,
Пусть поют в Вашу честь ручейки,
Пусть солнышко Вам улыбается,
А мужчины Вам дарят цветы.
С первой каплей, с последней метелью,
С праздником ранней весны
Вас поздравляем, сердечно желаем
Радости, счастья, здоровья, любви!*

МУЗ «Детская клиническая поликлиника № 31»



Милые женщины!

Поздравляю Вас с Международным Женским днем!

Желаю, чтобы весеннее настроение сопутствовало всем Вашим начинаниям!

Пусть будет больше цветов, подарков и улыбок!

Крепкого здоровья, счастья и благополучия Вам и Вашим близким!

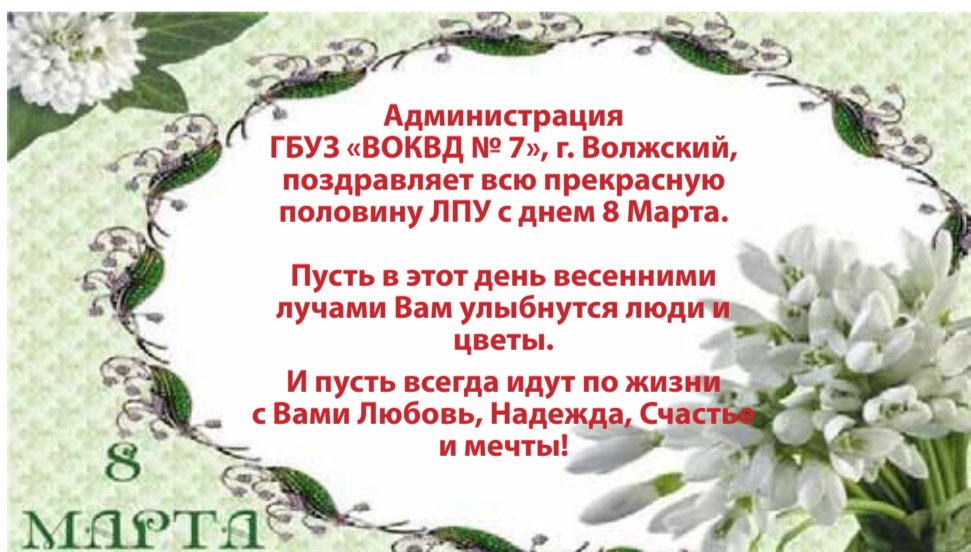
С наилучшими пожеланиями,
Главный врач МАУЗ «СП № 8»
С. М. Гаценко



Милые женщины!

Поздравляем вас с Днем 8 марта! Этот красивый праздник в начале весны приходит к нам, когда все оживает, расцветает и распускается. Пусть в вашей жизни будет вечная весна, пусть ярко светит солнце, пусть поют птицы, пусть дни будут светлыми и безоблачными. Улыбок, хорошего настроения, радости, счастья!

Коллектив МУЗ «Детская клиническая стоматологическая поликлиника № 2»



**Администрация
ГБУЗ «ВОКВД № 7», г. Волжский,
поздравляет всю прекрасную
половину ЛПУ с днем 8 Марта.**

**Пусть в этот день весенними
лучами Вам улыбнутся люди и
цветы.**

**И пусть всегда идут по жизни
с Вами Любовь, Надежда, Счастье
и мечты!**

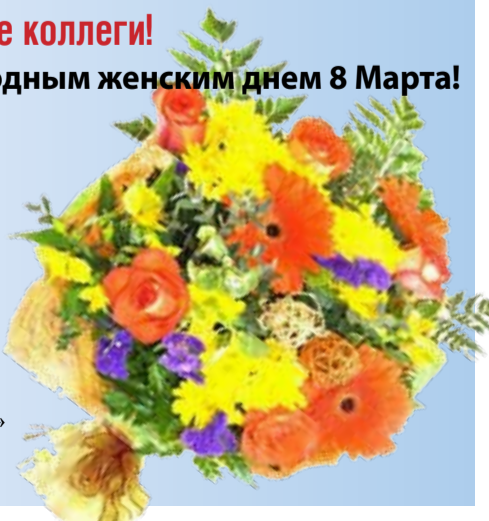
**8
МАРТА**

Уважаемые коллеги!

Поздравляем Вас с международным женским днем 8 Марта!

*Пусть всегда женский день не кончается,
Пусть поют в Вашу честь ручейки,
Пусть солнышко Вам улыбается,
И мужчины Вам дарят цветы,
С первой каплей, с последней метелью,
С праздником ранней весны
Вас поздравляем, сердечно
Желаем Радости, Счастья, Здоровья, Любви!*

с/у сотрудники ГКУЗ «ВОПНД № 5»



**Дорогие женщины,
милые, нежные, прекрасные!**

**Поздравляю Вас с Международным женским
днем!**

Будьте здоровы, радуйте нас, мужчин, очарованием!
Пусть в Вашей жизни праздник будет не только 8 марта, а каждый день!

Счастья Вам — простого женского счастья! Будьте любимы и любите!

Главный врач МБУЗ «Николаевская ЦРБ»
Н. И. Кокин

**С праздником
8 марта!**



Милые, дорогие, любимые женщины!

Коллектив МУЗ «Стоматологическая поликлиника № 3» поздравляет прекрасную половину человечества с Международным Женским днем!
Пусть в этот день весенними лучами Вам улыбнутся люди и цветы, И пусть всегда идут по жизни с Вами Любовь, здоровье, счастье и мечты!



Мужской коллектив МБУ «САХ МСЗ Волгограда» поздравляет женщин нашего учреждения с праздником 8 марта!

*Сердечных слов немало подобрать
Мужчины благодарные могли бы.
И нам сегодня хочется сказать
То самое, извечное «спасибо».
Спасибо вам за повседневный труд,
За то, что вы от нас не отстаёте
(Об умственной уж мы не говорим),
Но даже и в физической работе.
За то, что даже в трудные года,
Не уступая в доблести мужчинам,
Вы оставались все-таки всегда
Прекраснейшей нашей половиной!*

*С прекрасным
днём
8 МАРТА!*



Поздравление медицинским работникам МБУЗ «Калачевская ЦРБ»

Милые коллеги и просто прекрасные наши женщины, этот день дан нам для того, чтобы выразить нашу благодарность и восхищение за ваш нелегкий труд, понимание, милосердие!

В этот день 8 марта
*Мы желаем Вам добра,
И цветов охапку,
И весеннего тепла.
Много радости, здоровья,
Быть красивыми всегда,
Чтоб счастливые улыбки,
Не сходили бы с лица!*

Администрация
МБУЗ «Калачевская ЦРБ»

Мужчины ГКУЗ «Территориальный центр медицины катастроф Волгоградской области» поздравляют женщин нашего коллектива с 8 марта

*Распустился мир с сабаном снежным,
Вновь искрится волной водоём.
Самым живым, красивым и нежным -
Нашим женщинам — славу поём!
Вас шире, юней нет на свете,
В этом мы убеждались не раз,
Попавая в ваши светлые сети,
Ваших рук, ваших губ, ваших глаз,
Желаем сегодня по чести
Мы — мужчины — вам верно служить,
Чтоб еще двести лет с вами вместе
Очень весело, счастливо жить!!!*



Дорогие женщины, коллеги!

Жизнь — главная ценность на планете Земля.
Мы верим, что 2012 год для всех нас год здоровья, доверия, совершенства в личностных отношениях, основанных на честности, справедливости и прямоте, год изменения жизни к лучшему.
Но без женщин жизнь не имеет красок, света и чистоты.
От всего сердца поздравляем Вас, дорогие, с праздником Весны. Верим, что только с Вами наши пациенты станут здоровыми и счастливыми.

Мужчины и весь коллектив МУЗ «Детская поликлиника № 26»



С праздником весны!

**Уважаемые женщины
ГКУЗ «Волгоградский областной центр крови»!**

Поздравляю с замечательным праздником весны — Международным женским днем 8 Марта. Искренне желаю радости, добра, здоровья вам и вашим близким. Сегодня ГКУЗ «Волгоградский областной центр крови» представляет собой современное учреждение службы крови с оснащением на европейском уровне, в котором применяются стандартизированные, универсальные методы заготовки крови и ее компонентов. Ваш профессионализм, знания и умение помогают справиться нам с поставленными задачами и поднять уровень культуры заготовки крови. Пусть хорошее настроение не покидает вас.

С уважением, главный врач ГКУЗ «ВОЦК»
О. В. Абжуева



**ГКУЗ
«Волгоградский
областной центр
медицинской профилактики»**

сердечно поздравляет всех женщин Волгоградского здравоохранения с самым удивительным, прекрасным, нежным весенним праздником — Международным женским днём 8 марта! Дорогие коллеги! Пусть в вашей душе всегда будет весна, а этот замечательный день подарит вам солнечное настроение, улыбки, радость, любовь и заботу близких людей! Будьте здоровы, любимы и успешны! С праздником!



Опасные болезни

КОРЬ

Корь все еще широко распространена во многих развивающихся странах, особенно в некоторых частях Африки, Восточного Средиземноморья и Азии. Ежегодно более 20 миллионов человек болеет корью. Подавляющее большинство (более 95%) случаев смерти от этой болезни происходит в странах с низким доходом на душу населения и слабыми инфраструктурами здравоохранения.

Самые смертоносные вспышки кори происходят в странах, переживающих стихийные бедствия и конфликты или возвращающихся к нормальной жизни после таких событий. Из-за ущерба, нанесенного инфраструктуре и службам здравоохранения, прерывается регулярная иммунизация, а предназначенные для жилья переполненные лагеря способствуют значительному повышению риска инфицирования.

ПЕРЕДАЧА ИНФЕКЦИИ

Высоко контагиозный вирус кори распространяется при кашле и чихании, тесных личных контактах или непосредственном контакте с инфицированными выделениями из носоглотки.

Вирус остается активным и контагиозным в воздухе или на инфицированных поверхностях в течение двух часов. Он может быть передан инфицированным человеком на протяжении периода времени, начинающегося за четыре дня до появления у него сыпи и заканчивающегося через четыре дня после ее появления.

ЛЕЧЕНИЕ

Тяжелых осложнений кори можно избежать при поддерживающем лечении, которое обеспечивает хорошее питание, надлежащее поступление жидкости и лечение дегидратации с помощью рекомендуемых ВОЗ оральных регидратационных растворов. Эти препараты возмещают жидкость и другие важные элементы, которые теряются при диарее и рвоте. Для лечения глазных и ушных инфекций, пневмонии следует назначать антибиотики.

Все дети в развивающихся странах, которым поставлен диагноз кори, должны получить две дозы добавки витамина А с интервалом в 24 часа. Это может помочь предотвратить поражения глаз и слепоту. Как показывает опыт, добавки витамина А способствуют уменьшению числа смертельных случаев от кори на 50%.

Вспышки кори могут принимать форму эпидемий, которые приводят к многочисленным смертельным исходам, особенно среди детей раннего возраста, страдающих от недостаточности питания.

В странах, где корь в значительной мере ликвидирована, случаи заболевания, ввезенные из других стран, остаются существенным источником инфекции.

ОБ ЭПИДСИТУАЦИИ

По информации Всемирной организации здравоохранения, наибольшее количество заболевших в 2011 году отмечается во Франции — 4937 человек, а также в Испании, где вспышки кори продолжают с октября 2010 года и количество заболевших за этот период превысило 850 человек. Вспышки кори зарегистрированы также в Сербии, Болгарии, Бельгии, Турции, Испании, Германии, Нидерландах, Норвегии, Румынии, Соединенном Королевстве Великобритании, Северной Ирландии, Швейцарии, Республике

Македония и других странах региона.

В результате проведенных исследований установлено межстрановое распространение вируса кори в Европейском регионе и его занос в Американский регион.

По данным ВОЗ, корь остается одной из ведущих причин смерти среди детей раннего возраста во всем мире. С 2000 по 2008 гг. против этой болезни было вакцинировано 700 миллионов детей, что привело к снижению глобальной смертности от кори на 78%. Вместе с тем, по данным ВОЗ, в 2008 году от кори умерло 164 000 человек.

В Российской Федерации в результате реализации Программы ликвидации кори к 2010 году (утверждена приказом Минздрава России от 19.08.02 № 270) достигнуты высокие уровни охвата плановой иммунизацией против кори взрослого и детского населения. Это позволило к 2007 году добиться снижения показателя заболеваемости корью до уровня менее 1 случая на миллион населения в год, что соответствует критерию элиминации (ликвидации) кори, определенному ВОЗ.

Отсутствие на территории Рос-

гическом отношении территорий. Следует отметить, что в Амурской области, в Республике Бурятия, Тюменской области и Красноярском крае одним из основных источников при формировании очагов кори явились медицинские работники лечебно-профилактических учреждений, что обусловлено наиболее тесным профессиональным контактом с больными корью, и свидетельствует об отсутствии у данной категории лиц иммунитета к кори. В Красноярском крае, республиках Хакасия и Бурятия, Иркутской и Амурской областях, г. Москве заболеваемость корью превысила рекомендуемый уровень в связи с регистрацией групповых заболеваний.

В октябре-ноябре 2011 года на территориях субъектов Северо-Кавказского и Южного федеральных округов, приграничных с Волгоградской областью, регистрировались случаи заболевания корью.

Первые случаи кори были зарегистрированы в ноябре 2011 года в южных районах Волгограда, близко расположенных к границе с Астраханской и Ростовской областями, в которых заболеваемость корью начала регистрироваться значительно раньше.

предотвращению распространения кори на территории Волгоградской области.

Подготовлен приказ Управления от 28.12.11 № 01/418 «О совершенствовании мероприятий по профилактике кори на территории Волгоградской области».

Еженедельно проводились расширенные заседания оперативного штаба по координации профилактических и противоэпидемических мероприятий на территории Волгоградской области, совещания в режиме видеоконференции с муниципальными учреждениями здравоохранения и Роспотребнадзора по вопросам вакцинопрофилактики населения, в т.ч. против кори.

Управлением Роспотребнадзора по Волгоградской области выданы предписания о проведении дополнительных санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятиях всем руководителям государственных высших образовательных учреждений — (9 ВУЗов), в том числе медицинского профиля, медицинских учреждений — 71 МУЗ, 101 ГУЗ с предписанием проведения иммунизации против кори всем студентам и сотрудникам

медицинских работников, в первоочередном порядке оказывающих медицинскую помощь инфекционным больным, на станции скорой медицинской помощи, педагогов и не привитых школьников, работников образовательной сферы, цыганского населения и др., и по эпидемическим показателям.

В целях проведения массовых профилактических прививок в лечебных учреждениях созданы 253 прививочные бригады (в составе врача-педиатра и медицинской сестры), со всеми проведен необходим инструктаж о проведении прививок, хранении и транспортировке вакцины, заполнении документации и т.д.

За счет внебюджетных средств государственных и муниципальных учреждений здравоохранения для иммунизации медицинских работников и иммунизации по эпидемиологическим показаниям в очагах в декабре 2011 и январе 2012 года приобретено 1000 доз коревой вакцины. За счет средств муниципального бюджета закуплено 2500 доз иммуноглобулина.

ПРОФИЛАКТИКА

Регулярная вакцинация детей от кори в сочетании с кампаниями массовой иммунизации в странах с высокими показателями заболеваемости и смертности является основной стратегией общественного здравоохранения, направленной на уменьшение числа смертельных случаев. Вакцина против кори используется на протяжении 40 лет. Она безопасна, эффективна и недорога. Иммунизация одного ребенка против кори стоит менее одного доллара США.

Противокоревую вакцину часто объединяют с вакцинами против краснухи и/или свинки в странах, где эти болезни представляют проблему. Она одинаково эффективна как в виде моновакцины, так и в комбинированном виде.

В 2008 г. около 83% всех детей в мире получили одну дозу противокоревой вакцины в течение первого года жизни в ходе оказания регулярных медицинских услуг, по сравнению с 72% в 2000 году. Для обеспечения иммунитета рекомендуются две дозы вакцины, так как примерно у 15% вакцинированных детей после первой дозы иммунитет не вырабатывается.

Для предупреждения заболевания лицам, выезжающим за рубеж, не привитым против кори и не переболевшим корью, а также привитым однократно, необходимо перед поездкой привиться.

В плановом порядке в соответствии с национальным календарем профилактических прививок Российской Федерации, прививки против кори проводятся двукратно: детям в возрасте 12 месяцев (вакцинация) и в 6 лет (ревакцинация).

Лица в возрасте 15–35 лет включительно, не привитые ранее, не имеющие сведений о прививках против кори и не переболевшие корью прививаются двукратно с интервалом не менее 3 месяцев между прививками.

Прививкам против кори по эпидемическим показаниям подлежат контактные лица из очагов заболевания, не болевшие, не привитые и не имеющие сведений о профилактических прививках против кори, однократно привитые — без ограничения по возрасту.

Е. М. КРАСНОВА,

начальник отдела

эпидемиологического надзора за инфекционными и паразитарными заболеваниями Управления Роспотребнадзора по Волгоградской области



сии случаев кори, вызванных эндемичным (местным) вирусом кори в течение 3-х последних лет, а также отсутствие широкого распространения инфекции в случае ее «завоза» из других стран свидетельствуют о возможности поддержания достигнутых результатов.

В 2010 году в России — первой из стран Европейского региона — начата процедура сертификации территории как свободной от эндемичной (местной) кори.

Вместе с тем, в связи с распространением кори в Европейском регионе, значительно возросла вероятность инфицирования не имеющих иммунитета к кори россиян во время зарубежных поездок и завоза этой инфекции на территорию Российской Федерации, в результате чего угрозе заболевания подвергаются не привитые и не переболевшие корью лица. Особую опасность заболевание представляет для детей в возрасте до 1 года, не подлежащих прививкам по возрасту.

В 2011 году осложнилась ситуация по кори в регионах Российской Федерации, в том числе сопредельных с Волгоградской областью. Зарегистрированы вспышки кори, связанные с завозом инфекции из неблагополучных в эпидемиоло-

Всего за 2011 год в Волгоградской области зарегистрировано 97 случаев кори.

Среди заболевших на территории Волгоградской области удельный вес детей составляет 74,2% (72 ребенка), в том числе до 1 года — 25 детей (34,7% удельный вес в группе детей или 25,8% удельный вес среди всех заболевших).

Взрослых корью заболело 25 человек (22 случая — у лиц до 35-ти лет и 3 случая — у лиц старше 35-ти лет). Удельный вес взрослого населения — 25,8%. Работающих граждан заболело 9 человек (32%).

Заболевания корью регистрируется в основном у не привитых детей и взрослых или вакцинированных однократно. Среди заболевших 23 человека были не привиты по причине отказов от профилактических прививок.

С 2004 по 2011 гг. всего привито 40 050 человек.

В Волгоградской области проведено внеочередное заседание Координационного совета по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия населения Волгоградской области. В ходе заседания был принят и утвержден План дополнительных противоэпидемических (профилактических) мероприятий по

до 35-ти лет, не привитым против кори, привитым однократно, не болевшим, с неизвестным анамнезом в отношении данной инфекции.

На 2011 год в рамках Национального календаря профилактических прививок было заявлено 5500 доз коревой вакцины. Поставки противокоревой вакцины в 2011 году начались 22 июля (поступило 440 доз). В ноябре 2011-го поступила вся заявленная вакцина.

На 2011 год в рамках Национального календаря прививок было запланировано против кори взрослых до 35-ти лет на вакцинацию 1105 и ревакцинацию 4395 человек. По итогам года план выполнен на 100%.

На 2012 год на территории области в рамках Национального календаря прививок запланировано на иммунизацию против кори 40 000 взрослых до 35-ти лет (и заявка отправлена на 40 000 доз).

За счет средств областного бюджета запланировано приобретение 93 000 доз вакцины против кори.

В декабре 2011 года, январе-феврале 2012-го из регионального бюджета получено вакцины в количестве 18100 доз, вакцина использована для иммунизации

Советы психолога



ИЗБЕГАЮЩИЕ НЕУДАЧ

«СЕГОДНЯ от рискованных дел предпочитаю отказываться. Стараюсь всё предусмотреть и просчитать, чтобы свести к минимуму риски. Только успехи и радость победы тоже ушли. Почему?»

Вопрос для многих становится актуальным. Так давайте поищем ответы на вечные русские вопросы: «кто виноват?» и «что делать?».

Итак, в чём секрет этого кризиса успешности? Занимается чем-либо человек, учится, экспериментирует, ошибается. Если дело ему очень нравится, если сам процесс воодушевляет, если, несмотря на неудачи, хочется снова и снова пройти

через поиски лучшего варианта решения проблемы, если ответственность за результаты и сотрудников воспринимается как счастливая возможность поучаствовать в любимом деле, приходит успех, повышаются способности к интуитивному выбору оптимального (проще говоря — профессиональное чутьё). А вслед за этим публичный успех, авторитет, имидж успешного человека. А также прочие транспаранты и праздничные салюты. А зевачи умиляются и повторяют что-то сказочное, вроде «... и жили они долго и счастливо».

Так откуда же кризис? Обратная сторона публичности прежних успехов может иметь разные при-

чины. Иногда это просто усталость. Наступает момент физического утомления от азартного галопа.

Накапливаются недолеченные болезни, недосыпание, претензии родных и близких. И успешный ещё недавно человек интуитивно ищет повода к отдыху. «Это — моё, но сил уже нет». Как это может сделать человек дела? Отказываться от предложений, требующих больших усилий, нервного напряжения. Он определит их как «слишком рискованные». И действительно, любители поживиться на чужой счет с сомнительными предложениями обращаются прежде всего к успешному человеку. Внешне всё оправдано. Вот только

признаться обществу, а заодно и самому себе в том, что ты на настоящий момент «сдулся», вымотался и т.д. — это как-то не солидно. Не соответствует общепринятому идеалу неутомимого супер-героя. Потому заматанные победители и норовят обманывать себя и других. А радости нет — одна усталость. И пока дело не кончилось инсультом или депрессивным пьянством, нужен отдых. Публично можно назвать его творческим отпуском для предстоящего ещё большего успеха. Но без решения проблем, накопившихся за годы достижений, продвижения вперед весьма сомнительны. Да и новые впечатления всегда способствуют новым идеям. При этом, чтобы проблемы не накапливать, такой мини-отпуск необходим человеку регулярно. То есть не раз в год на пару недель, а два-три часа в день, либо один день в неделю.

Ну, разве это много для собственного здоровья и семейного покоя? Сомневаетесь? Тогда осознайте, что дела когда-то закончатся, а вот здоровье и семья останутся с вами на всю жизнь. И именно в том состоянии, до которого вы их доведёте.

Иногда успешного человека настигает смена ценностей. Счастливый вариант — это понять на вершине славы, что тебя перестало интересовать прежнее дело, зато захватывает что-то новое. Если человек талантлив, то талантлив во всём — это как раз об этом. Порадуемся за такого человека. Более тяжкий вариант — когда радость от самого дела меркнет перед пышностью празднования побед. Зачастую приверженцы этой стези изначально были подсознательно настроены на результат достижения, а не на удовольствие от процесса. «Добился славы — пользуйся ею». Но постепенно закрадывается сомнение: вдруг потребуются подтвердить звание победителя, а я уже не смогу? Ведь в праздности, без тренировки навыков уходит куда-то сноровка, лён на ногах висит, опять же похмелье затягивает. И человек начинает избегать любо-

го дела. Для него ведь важен был именно успех и связанные с ним возможности. Так они уже есть. А с новым делом ещё попотеть придётся. Да и будет ли успех? А вдруг не получится? Вдруг засмеют, и кончится сегодняшняя слава? Лучше продолжить праздник жизни.

Так почему нет радости в жизни такого человека? Где-то в глубинах его сознания сидит ощущение, что любой славе приходит конец, и любой праздник когда-нибудь кончится. А цели какой-либо в жизни нет. И это угнетает. И совсем уже печальная ситуация: и навыки есть, и сил хватает, а в деле наступило разочарование. Кого-то вдруг осеняет: не моё, а кто-то убедился на опыте. Прежнее дело уже не захватывает, а каких-либо новых целей в жизни нет. И наваливается обида за бесцельно прожитые годы. И непременно уже давит груз ответственности перед теми, с кем начинали, трудились, недосыпали. Но дальше заниматься прежним (даже успешным и выгодным) делом всё грустнее и грустнее. И человек начинает искать поводы устраниваться от истового раздражающего занятия. И снова душевная пустота.

Что делать в таких ситуациях? Для начала стоит честно поговорить с самим собой. Это не так легко, как может показаться на первый взгляд. У каждого из нас масса принятых в обществе стереотипов, которые мы готовы оглашать по мере надобности. Как правило, это перекладывание вины на кого-то или что-то. Но это внешние обстоятельства. А что есть в вашем сердце, заставляющее поддаваться жизненным коллизиям или же, напротив, преодолевать их? Что вы сейчас реально можете? Что именно вас не устраивает сейчас? А что вы хотите настоятельно, что готовы посвятить этому силы, время? Если ответы окажутся не столь уж удручающими — за вас можно порадоваться. Если же вы найдёте варианты, которые заполняют душевную пустоту — порадоваться вдвойне.

Юрий МАСЛЁНОВ,
методист счастья

Здоровье в тарелке

СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ

СЛАДКИЙ перец — вкусный, полезный и очень низкокалорийный овощ. Он содержит внушительный список необходимых для здоровья веществ и всего 31 ккал на 100 г. Его можно есть сырым и добавлять в самые разные блюда.

Родина перца — Центральная Америка. В XVI–XVII веках испанские и португальские мореплаватели привезли его в Европу. В настоящее время различные сорта сладкого перца выращиваются по всему миру: как в открытом грунте, так и в теплицах.

СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ — ТОЖЕ НЕМНОГО ЧИЛИ

Несмотря на приятный вкус, сладкий перец — ближайший родственник жгучего чили. Он тоже содержит небольшое количество жгучего алкалоида капсаицина.

ВИТАМИН С

Свежий сладкий перец — особенно красные и зеленые сорта — отличный источник витамина С. В 100 г свежего красного перца содержится 128 мкг этого витамина, что составляет 213 процентов от рекомендованной суточной нормы для взрослого человека.

Витамин С — мощный природный антиоксидант, который необходим для синтеза коллагена в организме. Это вещество — ос-

новной строительный материал для поддержания целостности кровеносных сосудов, кожи, внутренних органов и костей.

Кроме того, регулярное потребление витамина С позволяет организму эффективнее защищаться от инфекции и бороться с воспалительными реакциями, вызванными свободными радикалами.

Сладкий перец богат витамином А. Из 100 г свежего перца можно получить суточную дозу этого витамина. В овоще есть витамины группы В, которые способствуют синтезу ферментов и регуляции обмена веществ. Кроме того, он содержит биофлавоноиды — еще одну разновидность природных антиоксидантов: альфа- и бета-каротин, лютеин, зеаксантин и криптоксантин.

Есть в сладком перце и минеральные вещества: железо, цинк, калий, марганец, магний и селен.

КАК ВЫБРАТЬ СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ?

Благодаря тому, что сладкий перец растет и в теплицах, он доступен в магазинах круглый год.

Выбирайте твердые, тяжелые и ярко окрашенные перцы с зеленым хвостиком. У них должна быть гладкая кожица без пятен и морщинок.

КАК ХРАНИТЬ

Свежий перец желательно хранить в холодильнике на овощной полке, но недолго. Через три-четыре дня он начинает терять влагу и вкус.

Перед употреблением сладкий перец достаточно вымыть в холодной воде и обрезать плодоножку, вокруг которой обычно

скопывается большое количество бактерий.

Из перца также надо удалить перегородки с семенами: они несъедобны.

КАК ГОТОВИТЬ

Сырой сладкий перец отлично сочетается с любимыми салатными овощами, фасолью и орехами.

В Юго-Восточной Азии из сладкого перца делают жаркое, добавляя к нему картошку, морковь, баклажаны, стручковую фасоль, помидоры, чеснок, лук и другие специи. Это блюдо может быть самостоятельной закуской или низкокалорийным гарниром.

«Чашечки» сладкого перца идеальны для фарширования не только мясным фаршем и рисом, но и овощами, а также сыром.

Можно приготовить и необычный десерт, наполнив овощ сухофруктами и орехами перед тем, как запечь.

Запеките сладкий перец в духовке или на гриле. Чтобы кожица с него легко отделилась, положите горячий перец в полиэтиленовый пакет, завяжите и оставьте на 15–20 минут. Затем добавьте к перцу оливковое масло и травы — получится вкусный теплый гарнир к мясу.

Самое важное

Сладкий перец — отличный источник витаминов А и С. Кроме того, в нем есть минеральные вещества и антиоксиданты, необходимые для нормальной работы организма. Перец можно есть сырым и добавлять практически в любые блюда.

Источник: www.takzdorovo.ru





Модернизация здравоохранения



НА КАПРЕМОНТ МЕДУЧРЕЖДЕНИЙ ОБЛАСТИ БУДЕТ НАПРАВЛЕНО 745 МЛН РУБЛЕЙ

РЕМОНТНЫЕ работы в медицинских учреждениях проводятся в рамках реализации программы модернизации здравоохранения Волгоградской области на 2011–2012 годы.

Как отметили в региональном Комитете по здравоохранению, в текущем году на капремонт медучреждений предусмотрено 745,1 млн рублей. Около 697,4 млн рублей из этой суммы — средства Федерального фонда обязательного медицинского страхования, остальное — средства консолидированного бюджета Волгоградской области.

Волгоградский областной онкологический диспансер № 1 — самый крупный объект, который будет обновлен. Планируется провести капитальный ремонт в поликлинике, стационаре, в радиологическом и рентгенодиагностическом отделениях. На эти цели будет направлено около 271,8 млн рублей из федерального бюджета.

Так же в текущем году будут от-

ремонтированы гематологическое отделение и корпус поликлиники Волгоградской областной клинической больницы № 1.

В Волгоградском областном перинатальном центре им. Л.И. Ушаковой ремонт пройдет в отделении патологии новорожденных, а в здании центра будут заменены лифты.

Кардиологические отделения отремонтируют в Волгоградской областной клинической больнице № 3.

Ремонт также пройдет в муниципальных учреждениях Волгограда: городских клинических больницах скорой медицинской помощи № 7, № 15 и № 25, клинических больницах № 4 и № 5.

Отметим, что ремонтные работы, начатые в прошлом году, будут продолжены в городской детской больнице и городской клинической больнице г. Волжского, а также в Михайловской и Урюпинской ЦРБ.

По сообщению пресс-службы Администрации Волгоградской области

Праздник

Проводы русской Масленицы

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

На протяжении нескольких часов на площади Павших борцов в Волгограде яблоку негде было упасть. Проводить Масленицу приехали сюда практически со всей области.

Самые смелые мерялись силой, перетягивали канат, пробовали себя на меткость, состязались в кулачных боях. Дети играли в снежки, лепили снежных баб, катались с ледяных горок. А те, кто постарше весело кружились в хороводе вместе со скomorохами, играли в давно забытую игру «У нас купец, у вас — невеста».

— Так приятно в этот день вспомнить свое детство, — рассказала «Вашему здоровью» Екатерина Сидорова, которая пришла на праздник вместе со своей внучкой. — Я очень рада, что наши внуки поддерживают русские традиции, чтят их.

Не обошлось в этот день и без русских народных песен, которые исполняли народный ансамбль «Сударушка», шоу-группа «Бузина» и самодеятельный казачий ансамбль народной песни «Отрада». Также не забыли в этот день и про издавна давнюю традицию — провожать Масленицу заводными частушками.

Горожане смогли приобрести сувениры от мастеров Волгоградской палаты ремесел, попробовать свежую выпечку, кондитерские изделия таких компаний как «Царь-продукт», «Волгоградмясомолторг», «Конфил», «Юнимилк» и многих других.



Вместе с волгоградцами проводить зиму приехал и звезда отечественной эстрады Александр Розенбаум, который исполнил для горожан самые известные хиты.

В последний день Масленицы все просили друг у друга прощения за все те обиды, которые они могли невзначай сотворить. А в завершение, как и полагается, сожгли чучело Масленицы.

Анна ИНОВА,
Фото автора

Антинаркотическая политика

Уничтожено свыше 6 кг марихуаны

20 ФЕВРАЛЯ на территории Управления ФСКН России по Волгоградской области состоялось очередное уничтожение наркотических средств и психотропных веществ, изъятых из незаконного оборота наркотиков сотрудниками Управления ФСКН России по Волгоградской области.

В специальную печь, под надзором специальной комиссии, было отправлено свыше 6 кг марихуаны.

Уничтоженные наркотики являются вещественными доказательствами по 11 уголовным делам. Среди осужденных по этим делам притоносодержатели, наркосбытчики, лица, осуществлявшие хранение наркотиков.

Так, в рамках данной процедуры были уничтожены вещественные доказательства по уголовному делу в отношении ученицы 11 класса одной из школ г. Санкт-Петербурга. Летом 2011 года 17-летняя девушка приехала на каникулы в х. Попов Новоаннинского района Волгоградской области к своим родствен-

никам. В июле 2011 года она была задержана сотрудниками наркоконтроля за незаконную пересылку частей растений, содержащих наркотические средства. Школьница поясняла, что отправила открытку с марихуаной другу в г. Санкт-Петербург, как «частички деревни», в которой она отдыхает. Один год условно и применение принудительных мер воспитательного воздействия в виде передачи под надзор родителей — такой приговор ей вынес Новоаннинский районный суд Волгоградской области. Два года условно — этот срок назначил Дзержинский суд города Волгограда за приобретение и хранение без цели сбыта в крупном размере марихуаны 17-летнему учащемуся 10 класса вечерней школы г. Волгограда.

200 часов обязательных работ — такое наказание в отношении 19-летнего учащегося одного из профтехучилищ города, за хранение наркотического средства, содержащего производное эфедрона, вынес Тракторозаводской районный суд.

Жителей Советского района города Волгоград — Донскова Дмитрия, 1976 г. р. и Ума-

рову Гульнару, 1988 г. р. местный суд приговорил к 2-м и 3-м годам лишения свободы в колонии строгого режима за организацию притона для потребления наркотиков группой лиц по предварительному сговору.

Кировский районный суд города Волгограда вынес приговор в отношении пяти членов организованной преступной группы. Они обвинялись в незаконном сбыте наркотиков в особо крупном размере в составе организованной преступной группы. Группа осуществляла сбыт марихуаны в особо крупном размере на территории Волгограда и в другие регионы РФ. Преступной группой руководил 27-летний Березуцков Игорь — житель Кировского района г. Волгограда. Наркотики хранили и фасовали в съемных квартирах и гаражах его поделники. Весной 2011 года оперативникам наркоконтроля стало известно, что преступная группа готовит на продажу крупную партию марихуаны для отправки в Ханты-Мансийский автономный округ. В ходе спецоперации были задержаны члены группы и изъяты наркотики — свыше 2 кг марихуаны



преступники хранили в топливном баке автомобиля ВАЗ 21150, в 11 пластиковых бутылках. В ходе обысков в съемных квартирах и гараже оперативники изъяли еще 3 кг марихуаны. Кировский районный суд приговорил Березуцкова Игоря к 7 годам и 3 месяцам лишения свободы, а его поделники получили по 4 года и 2 месяца колонии строгого режима.

По сообщению пресс-службы Управления ФСКН России по Волгоградской области

ПОСЕТИТЕ ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ!

В рамках реализации приоритетного национального проекта «Здоровье» граждан в возрасте от 14 до 60 лет, имеющих I и II группы здоровья (практически здоровых), приглашаем пройти обследование в Центре здоровья по месту жительства.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ОБСЛЕДОВАНИЯ:

- функциональное тестирование организма;
- оценка адаптивных резервов, прогноз состояния здоровья;
- консультирование по коррекции питания и двигательной активности;
- разработка индивидуальной программы по ведению здорового образа жизни;
- информирование о факторах риска, вредных и опасных для здоровья.

ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ИНФОРМАЦИЮ МОЖНО ПОЛУЧИТЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ БЕСПЛАТНОЙ «ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ»:

- (8442) 23-11-93 — ГУЗ «Волгоградский областной клинический центр восстановительной медицины и реабилитации №1»;
- (8442) 48-85-12 — ГУЗ «Волгоградский областной центр медицинской профилактики».

ЦЕНТРЫ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

ЖДУТ ПОСЕТИТЕЛЕЙ!

На базе МУЗ «Детская поликлиника № 1», МУЗ «Консультативно-диагностический центр для детей № 1», МУЗ «Городская детская поликлиника № 2» г. Волжский открылись Центры здоровья, в которых бесплатно проводится обследование детей от 0 до 17 лет I и II группы здоровья.

ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ИНФОРМАЦИЮ МОЖНО ПОЛУЧИТЬ ПО ТЕЛЕФОНУ БЕСПЛАТНОЙ «ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ» (8442) 48-85-12 — ГУЗ «Волгоградский областной центр медицинской профилактики»