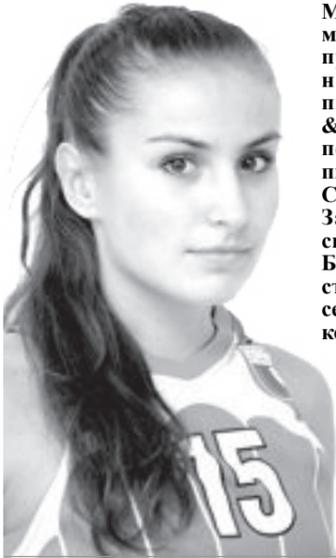


Стритбол

Екатерина из Екатеринбурга



Магнитогорская спортсменка Зарина Хипиева, пробившаяся в национальный финал чемпионата Red Bull King & Queen of the Rock, в первом же матче уступила Эдине Карпати из Санкт-Петербурга – 2:4. Зато екатеринбургская спортсменка Екатерина Безгодова (на фото), выступавшая в минувшем сезоне за магнитогорскую команду МГТУ в чемпионате ассоциации студенческого баскетбола, стала чемпионкой!

В воскресенье в Казани состоялся финал российского отборочного этапа крупнейшего мирового турнира по баскетболу

один на один среди мужчин и женщин Red Bull King of the Rock, победители которого будут представлять страну на неофициальном чемпионате мира в Турции в конце августа. В женской части программы выступали 32 спортсменки. Напомним, что Зарина Хипиева получила право выступать в национальном финале благодаря победе на отборочном турнире в Тюмени, а Екатерина Безгодова – благодаря победе на отборочном турнире в родном Екатеринбурге.

Победительницей национального финала чемпионата Red Bull King & Queen of the Rock стала спортсменка из Екатеринбурга Екатерина Безгодова, которая вместе с престижным титулом получила путёвку

на неофициальный чемпионат мира по уличному баскетболу в самом престижном формате 1x1. В 1/8 финала она выиграла у Елены Халхальян из Новочеркасска, в четвертьфинале – у москвички Ирины Шершнёвой, в полуфинале – у москвички Ирины Борисевич. В решающем матче Екатерина Безгодова со счётом 4:0 обыграла Маргариту Буланову из Самары.

В минувшем сезоне в составе магнитогорской команды МГТУ Екатерина Безгодова и Зарина Хипиева сыграли в чемпионате АСБ во всех четырнадцати матчах. Безгодова набирала в среднем за игру по 25,1 очка, Хипиева – по 8,7.

Академическая гребля

Серебряная молодёжь

Магнитогорская спортсменка Екатерина Курочкина, выступающая за Санкт-Петербург, в составе молодой команды заняла второе место на чемпионате России по академической гребле в классе женских четвёрок парных.

Всероссийские соревнования прошли в Москве на гребном канале «Крылатское». Они

были отборочными к чемпионату мира 2015 года.

Среди женских четвёрок парных победила сборная городов, в которую входили опытные спортсменки из Санкт-Петербурга, Ростовской и Московской областей. Молодёжная команда, где вместе с Екатериной Курочкиной выступили Анастасия Шершнева, Василиса Степанова (обе – Санкт-Петербург) и Мария Поцевич (Калужская область),

заняла второе место, проиграв экипажу победительниц более тринадцати секунд.

Напомним, в прошлом году на молодёжном первенстве мира (участники до 23 лет), прошедшем в итальянском городе Варезе, магнитогорская спортсменка Екатерина Курочкина (тренер Татьяна Шеметова) в экипаже с Александрой Смирновой (город Темрюк Краснодарского края), Василисой Степановой и Юлией Волгиной (обе – Санкт-Петербург) стала победительницей в четвёрке парной. Потом Екатерина

выступала уже на взрослом чемпионате мира в столице Нидерландов Амстердаме. Там российский экипаж занял пятое место в финале «В» женских четвёрок парных.

В этом году Екатерина Курочкина вместе с Марией Красильниковой, Екатериной Потаповой и Юлией Волгиной в составе женской четвёрки парной принимала участие в чемпионате Европы по академической гребле, который прошёл в польском городе Познань. Там, правда, наши девушки лавров не снискали, заняв седьмое место.

Поздравляем!

Николая Григорьевича ЩЕГОЛЕВА – с 65-летием!
Желаем доброго здоровья, удачи во всех делах и долгих счастливых лет жизни.

Администрация, профком и совет ветеранов ЛПЦ-10

Александра Тихоновича БАРАННИКОВА – с юбилеем!
Желаем крепкого здоровья, благополучия, семейного тепла и уюта, долгих лет жизни.

Администрация, профком и совет ветеранов ПВЭС

Рашида Насиховича БАГАУТДИНОВА, Владимира Яковлевича БРУМЕРА, Анну Михайловну БЕЛОГОРЦЕВУ, Зувдата БИКУХАМЕТОВА, Василия Фёдоровича ГРИШИНА, Ивана Николаевича ЕГОРОВА, Алексея Павловича ЖУРКИНА, Анну Павловну ЗАБОТИНУ, Людмилу Михайловну ЗОТКИНУ, Валентина Алексеевича ИГУМЕНОВА, Галину Фёдоровну КАЗАДАЕВУ, Петра Семёновича ЛЕДНИКОВА, Рафаила Сафовича МУРАТОВА, Владимира Ивановича МЕРКУШИНА, Марию Ивановну МОРОЗОВУ, Антонину Александровну СОСНА, Зинуру Нигматзановну САЛИМЗАНОВУ, Виктора Васильевича СЮТКИНА, Анатолия Михайловича ТРУБНИКОВА, Андрея Фёдоровича УЗЕНГЕРА, Раиса Гарифулловича ХАЛИУЛИНА, Ривхата Гарифулловича ХАЛИУЛИНА, Александра Сергеевича КОСТЫЛЕВА – с днём рождения!

Желаем здоровья, удачи во всех делах, благополучия, семейного тепла и уюта.

Администрация, профком и совет ветеранов ЦЖТ

Нину Николаевну СНЕГУРОВУ, Асию Шавкатовну УСМАНОВУ, Гаптрахмана Фасхутдиновича ШАМСУТДИНОВА, Ирину Николаевну ГОЛИКОВУ – с юбилеем!

Желаем крепкого здоровья и удачи на долгие годы.

Администрация, профком и совет ветеранов цеха подготовки аглошихты

Безопасной дозы не бывает

Алкоголизм – эпидемия XXI века, которая наносит непоправимый ущерб демографии, отрицательно сказывается на здоровье, в том числе и молодых людей, вызывает преждевременную смерть, не говоря уже о различных заболеваниях.

Как пример – в управлении здравоохранения Магнитогорска пришло письмо от пенсионерки, которая поведала о наблевшем: родственники частенько выпивают, бывает, и по две бутылки водки за раз. При этом они не связывают свои боли в ногах с любовью к спиртному, продолжая употреблять алкоголь. На вопросы, связанные с употреблением алкоголя, ответила Ирина Юрьевна Бочкарёва, заведующая лечебно-реабилитационным отделением ГБУЗ «Областной наркологический диспансер».

– Как алкоголь воздействует на организм и связаны ли боли в ногах

с употреблением алкоголя?

– Алкоголь обладает системным поражением, т. е. поражает все внутренние органы. Алкоголизм – это заболевание хроническое, и по мере его развития усиливается токсическое воздействие на внутренние органы.

При алкоголизме в первую очередь страдают головной мозг, печень, сердце, нервная система. Боли в ногах могут быть признаком алкогольной полинейропатии. Заболевание развивается, когда алкоголь поражает периферические нервы, ответственные за движения мышц. Появляются слабость в ногах, судорожные потягивания в конечностях, боли, шаркающая походка – это всё проявления алкогольной полинейропатии. И если эти признаки появились, то неизбежно есть и поражение других внутренних органов: сердца, печени, головного мозга.

– Как лечить алкогольную полинейропатию?

– Первый шаг – прекра-

тить отравлять организм дальше, потому что лечить последствия хронической алкогольной интоксикации, пока человек продолжает употреблять, – бессмысленно. Причём отказ должен быть полным.

Второй шаг – восстановительное лечение. Оно достаточно длительное, но на фоне лечения и полного отказа от алкоголя восстановление возможно.

– Какая разница между алкоголиком со стажем, употребляющим только по праздникам, и любителем выпить алкоголь в больших количествах?

– Разница в стадии развития заболевания, потому что у каждого человека есть индивидуальные особенности развития болезни: скорость обмена веществ, состояние печени, насколько быстро она успевает обезвреживать поступающие яды, стадия развития самого заболевания: сформирован ли похмельный синдром. Утреннее похмелье – это, по сути своей, крик организма о помощи, о том, что болезнь зашла далеко. Это всё в комплексе и со-

ставляет картину болезни и дальнейший прогноз.

– Как различают стадии алкогольной зависимости?

– Первая стадия – психическая зависимость – у большинства пациентов проходит незаметно. На первой стадии мало кто ищет помощи. Опьянение бывает приятным, человек ждёт ситуации, например, пятницы, и он со вторника или среды начинает планировать. Человек ищет повод, ищет вещество, которое улучшит его состояние.

Вторая стадия – физическая зависимость – наступает в тот момент, когда человек впервые в жизни опохмелился. Это стадия, когда нужно решать: либо полностью прекратить употребление алкоголя, ведь организм с первым похмельем научился пить запоями, либо продолжать проблемное прогрессирующее пьянство. В последнем случае это ведёт к третьей стадии – психической деградации, когда наступают необратимые нарушения в виде алкогольного слабоу-

мия. Конечно, о полном восстановлении речи идти не может. Это конечная стадия алкоголизма.

– Существует ли безопасная доза алкоголя, которая сводит вред к минимуму?

– Само употребление безопасной дозы яда абсурдно, потому что алкоголь – это нейротропный яд, наркотик. Существует ли безопасное курение сигарет? А употребление наркотиков?

В нашей культуре принято веками употребление алкоголя как вещества, изменяющего сознание. Но каждый человек должен делать выбор, и нужно понимать, что если он употребляет алкоголь, то есть начинает химическим суррогатом добывать себе счастье, ослабление, удовольствие, это говорит о том, что ему сложно испытывать счастье, удовольствие без алкоголя. Это проблема низкой стрессоустойчивости, депрессивных состояний. Поэтому мы, наркологи, пропагандируем здоровый образ жизни, мы не говорим о безопасном потреблении алкоголя.

– Как в вашем диспансере могут помочь больным?

– Мы не только снимаем похмельный синдром или лечим медикаментами, у нас существует система реабилитации. Это специально разработанная этапная комплексная программа, по которой работают несколько специально обученных, подготовленных специалистов: психологов, психотерапевтов. Человек сам меняет своё отношение к алкоголю, восстанавливает иерархию ценностей и добровольно отказывается от потребления алкоголя.

Программа доказала свою эффективность. За высокие результаты нашей команде специалистов вручены диплом общественного совета УФСКН «Золотой орел» и премия губернатора Челябинской области. Обратиться за помощью может любой желающий наркозависимый. При этом есть возможность пройти и анонимное лечение, то есть без постановки на учёт.

Обратиться вы можете по адресу: г. Магнитогорск, ул. 9 Мая, 3А, телефоны: 8 (3519) 24-09-88 или 8 (3519) 24-35-99.

Юлия КИЯМУТДИНОВА, редактор МУЗ «Центр медицинской профилактики» города Магнитогорска

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТОВ