

В «Южный» по Амее любви

САНАТОРИЙ

УЖЕ СЕРЕДИНА ЛЕТА, а погода до сих пор неустойчивая. И трудно нам порой адаптироваться к ее капризам.

В жаркий день хочется окунуться в прохладу, вдохнуть свежий, чистый воздух. В день же, когда хмурится небо и обдувает холодный ветер, зачастую становится грустно, неуютно, теряется покой, настроение скатывается в пучок. В обеих ситуациях есть прекрасный выход: отправиться в замечательное место – санаторий-профилакторий «Южный».

Он находится в черте города, поэтому не нужно далеко ехать. И несмотря на такое расположение, воздух там совсем не такой, как в городе: каждый вдох приносит несравненное удовольствие. В профилактории забываются все заботы и неурядицы. В парке вест ароматами: там насчитывают около тридцати видов различных деревьев, кустарников и трав. Особенно радуют глаз яркие розовые цветки пионов. Дотрагиваясь до могучих стволов елей и сосен, и тебя наполняют уверенность, спокойствие, жизненная сила. Не случайно существует легенда, согласно которой ель – символ вечной жизни и стойкости. В парке предусмотрены как открытые площадки со скамейками, чтобы погреться на солнышке, так и беседки в тени деревьев, чтобы ощутить прохладу. Прогуливаясь по парку, обретаешь гармонию, душевное равновесие, положительные эмоции, которые являются основополагающим фактором для улучшения здоровья. Для непоседливых детишек на территории расположена игровая площадка с горками, песочницами, затейливыми спортивными снарядами, качелями. Родители могут не выпускать своих чад из поля зрения, расположившись в беседках и на скамейках.

В «Южном» не только природа заботится о гостях. Во-первых, делают это медики, которые профессионально выполняют свою работу. Лечебно-оздоровительная программа включает в себя занятия в зале лечебной физкультуры, кислородные коктейли, гидродинамические процедуры, бани-сауны, вибромассаж, массаж – таких в городе всего лишь два, и обычный, термоаппаратура, термопелоидная терапия, мониторинг очистки кишечника, соларий. Эти процедуры, кроме первых трех, предусматривают дополнительную плату, не входящую в стоимость путевки. Путевка же рассчитана на проезд в 21 день с трехразовым питанием – вкусным и полезным, стоимостью от 630 рублей за сутки и более.

Во-вторых, заботу проявляет квалифицированный персонал, специально обученный гостиничному бизнесу. Вас вежливо и приветливо встретит администратор, порядок и чистоту в номере будет поддерживать аккуратная горничная. Номера радуют комфортом и удобством. Вся сантехника, душ, телевизор – в каждом номере. Тепло и уютно в любое время.

Нельзя не упомянуть и о досуговом центре профилактория, работники которого обеспечивают приятное времяпрепровождение, дают возможность получить удовольствие от общения друг с другом и творческими коллективами, специально приглашенными на тематические вечера различного характера: танцевальные, песенные. В парке для этого есть удобная площадка, где скамейки расставлены по кругу, и каждый может, выйдя в центр, продемонстрировать свой талант.

Совсем недавно в «Южном» произошла смена руководства. Директором стал Вячеслав Челищев – молодой перспективный руководитель. Намечены планы на будущее. Есть идея сделать территорию профилактория открытой для свадебных кортежей, планируются создать Аллею любви, чтобы магнитогорцы не забывали Москву и другим крупным городам. Появятся зоны отдыха с мангалами, чтобы горожане в любое время могли приехать с семьей или компанией и отдохнуть на природе, но не устраивая при этом сильный шум.

Чтобы попасть в санаторий-профилакторий «Южный», можно воспользоваться рейсовым автобусом с бесплатным проездом, который ходит каждые полчаса с остановками, например, на «Грязнова 1, 33» и др.

Отдыхайте с удовольствием и пользой, дорогие горожане!

ЕКАТЕРИНА СТЕПКИНА.

Новая жизнь старого роддома

РЕКОНСТРУКЦИЯ

РОДИЛЬНЫЙ ДОМ № 3 уже давно нуждается в реконструкции.

На нее управление здравоохранения получило 25 миллионов рублей: 18 – из городского бюджета и семь – из области. В минувшем году роддому передали стоящее рядом здание, где располагалось одно из учреждений образования. Сейчас здесь ведут ремонт, и в скором будущем откроют дневной стационар будущих рожениц на 50 мест.

Второго июля снесено старое здание прачечной третьего роддома. К новому году на его месте вырастет двухэтажный хозблок, соединенный крытыми переходами с основным зданием и дневным стационаром. Здесь будет не только прачечная, но и стерилизаторская, столовая, пищеблок, оснащенные новейшим оборудованием. Планируется открыть в этом здании зал, где в торжественной обстановке будут встречать рожениц с малышами.

Реконструкция основного здания займется в будущем году. К тому времени «подоспеет» обновленный дневной стационар. Это позволит не закрывать родильный дом: в течение полугодового ремонта будущие мамы смогут лежать здесь на сохранении, а рожать отправятся в один из функционирующих роддомов. Завершить работы планируется осенью следующего года. В обновленном роддоме появятся оснащенные современным оборудованием две операционные и отделение реанимации для новорожденных, одно- двухместные палаты позволят создать комфортабельные условия как для мам, так и для их малышей.

«Программа обновления медучреждений Магнитогорска успешно воплощается в жизнь», – сказал Евгений Карпов. – Примером тому – самый старый в городе роддом. В его реконструкции помогает и обещала помочь область. В ближайшее время будет заключен договор на проектирование новой поликлиники в южных районах города. Место уже приглядели, строить будем в несколько этапов».

ЛЕТНИЙ РЕЖИМ МЕТАЛЛУРГА

ВРАЧ СОВЕТУЕТ

БУДЕМ НАДЕЯТЬСЯ, что лето порадует нас теплом.

Однако жара в течение длительного времени создает много проблем горожанам, особенно работникам промышленных предприятий: возникает опасность тепловых и солнечных ударов. При воздействии высокой температуры воздуха в условиях производства или во время отдыха могут наступить серьезные изменения во многих системах организма: сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной, эндокринной.

В обычных условиях отлуча тепла испарением происходит в виде неосознанного пототделения без активного участия потовых желез, за исключением ладоней, подошв и подмышечных впадин. При пребывании в условиях высокой температуры воздуха и выполнении физической работы пототделение резко уси-

ливается и увеличивает потерю жидкости организмом в 15–20 раз. При этом выделение пота в виде капель не только не способствует отдаче тепла, а наоборот, задерживает его, создавая условия для перегрева организма. Кроме потери жидкости, усиленное пототделение ведет к выведению из организма солей, водорастворимых витаминов, прерыванию желудочной секреции, повышенному распаду белка. В связи с этим вода слабо удерживается в тканях и потому быстро выводится с потом и мочой, угнетение жажды может быть кратковременным. Ощущается парадоксальное явление – чем больше человек пьет, тем больше ему хочется пить. Наступает слабость, головная боль, головкружение, повышение температуры тела до 38 и более градусов, тошнота, рвота, покраснение кожных покровов, обильный пот. Могут быть потеря сознания и судороги, и тогда речь идет о тепловом ударе или перегре-

Необходимо принять меры к быстрому охлаждению организма – это свежий прохладный воздух в затемненном месте, прохладный душ или обертывание головы и верхней половины туловища мокрыми полотенцами, прохладная ванна. Нужно обязательно восполнить потерю жидкости, солей, витаминов. Для этого лучше выпить охлажденную подсоленную газированную воду, сок, компот, чай или горячий зеленый чай. По возможности, обращайтесь за помощью в аптечные пункты, расположенные в цеховых здравпунктах, расположенные в аптеках, аптечках и витаминными препаратами. Очень важно не допускать нарушения терморегуляции организма, особенно в условиях нашего жаркого сухого лета.

На рабочих местах необходимо соблюдать правила питьевого режима: перед началом смены выпить чай или немного воды, затем в течение двух часов пить не рекомендуется, чувствительность устраняется по-

ПУСТЬ НЕ ПУГАЕТ СЛОВО «ИНТЕРНАТ»

Дети с нарушением здоровья уверенно смотрят в завтра

НЕ СЕКРЕТ, что слова «интернат», «коррекционная школа» не только родителей приводят в шок, иные взрослые и вовсе безразлично отзываются о воспитанниках этих учебных заведений.

Однако специализированная коррекционная общеобразовательная школа-интернат № 3 вовсе не производит впечатления казенного учреждения. Она больше напоминает санаторий или добротный детский сад. О хозяевах этой уютной обители рассказывает директор Татьяна КОБЛОВА.

– В нашей школе около трехсот учащихся – детей с нарушением речи, слуха, зрения, больных церебральным параличом. Как правило, они приходят к нам из специализированных детских садов. В последнее время это преимущественно дети с нарушением зрения, теперь таких у нас подавляющее большинство. Для них мы ежегодно открываем по два специализированных класса.

В школе замечательное отделение для детей с нарушением речи. С ними работают высококлассные логопеды, психологи, учителя-коррекционники. Часто школьники поступают к нам с опытом обучения в обычной школе. К тому времени ребенок уже испытал массу проблем, например, неодобрительное отношение со стороны сверстников. В силу многих причин он имеет пробелы в знаниях, поэтому среди одноклассников ходит в отставших. В обычной школе такой ребенок просто «потеряется», в лучшем случае, станет завятым троичником. А у нас для таких учащихся созданы особые условия. В классах в среднем по двенадцать человек, поэтому у педагога есть возможность заниматься с каждым учеником индивидуально и более тщательно. У нас они не только приобретают знания, но и улучшают зрение.

Если у ребенка плохо с речью, его обязательно следует привести в наше учреждение. В некоторых случаях бывает достаточно пары лет, чтобы исправить дефекты речи. Затем по итогам медицинской



комиссии перед ребенком откроется дорога в любую массовую школу.

У нас девятно пять детей с ограниченными возможностями. Но это не значит, что мы воспринимаем ребенка-инвалида так, как трактуют это понятие в обществе. Ребятишкам с нарушениями труднее учиться в массовой школе. Семьдесят процентов наших воспитанников переходят в обычные школы уже на этапе начального образования.

Иногда родителей и пугает название «школа-интернат». Я всегда пытаюсь объяснить: не надо обращать внимание на вторую половину слова. Интернат востребован небольшой категорией: далеко проживающими детьми или родителями, которым трудно привозить ребенка в школу каждый день. Мы предоставляем возможность жить в школе детям из семей с тяжелым материальным положе-

нием. Большинство же утром привозит детей, а вечером забират. У нас очень хорошие условия проживания, вокруг школы большая зеленая зона. Оборудованные классы, игровые комнаты, спальни выглядят по-домашнему. Особую атмосферу уюта вносят многочисленные живые уголки. Птички, кролики, хомячки, рыбки – любимцы детей. Наши условия приближены к семейным.

Восьмь лет мы существовали как начальная школа. Два года назад управление образования администрации города вывело нас в самостоятельное учреждение – школа-интернат № 3 и сделало основной школой – дети обучаются по девяти классам. Те, кому по медицинским показаниям рекомендовано продолжить обучение в коррекционной школе, с удовольствием остаются в нашем учреждении. Сегодня у нас двадцать пять классов, самые

старшие ребята в будущем учебном году будут уже семиклассниками.

В рамках нацпроекта создается система профильного обучения. Это очень важно для наших детей: куда они пойдут после школы? Выбрали несколько специальностей, в том числе – флорист и дизайнер ландшафта. Думаю, эти профессии будут востребованы. К тому же, для обучения этим профессиям у нас есть все условия: замечательная территория, красивые клумбы – мы с детьми сами проектируем и высаживаем их. В школе прекрасные оранжерея и теплица. А у кого со здоровьем все в порядке и есть желание получить специальность программиста или оператора – для них есть компьютерный класс. Мы будем предлагать детям дистанционное обучение в техникумах или вузах. Каждый ребенок сам опреде-

ляется с будущей профессией. Единственное препятствие – состояние здоровья. Например, у мальчиков есть большое желание стать водителями, но если у ребенка проблема со зрением, приобрести такую профессию будет сложно, предлагаем специальность ландшафтного дизайнера. Если ребенок страдает знанием, ему нужно подобрать такую профессию, где меньше ответственности, работа с компьютером – оптимальный вариант. Так что, и во взрослой жизни наши воспитанники могут найти себе достойное место.

В национальный проект «Образование» мы вошли планоно. Повысилась заработная плата учителей. В нашем учреждении она высокая, и я этим горжусь. Раз в два месяца весь коллектив получает премии, появилась доплата за классное руководство. Функции классного руководителя раньше входили в обязаннос-

ти воспитателя, а теперь еще и учитель получает надбавку за классное руководство благодаря нацпроекту. В этом году мы получили два рабочих компьютерных места. У нас шикарная библиотека, ее рамках нацпроекта более восьмидесяти процентов наших сотрудников прошли бесплатное обучение в методических центрах города, поэтому уроки стали красочнее, интереснее и ярче. Это отмечают и коллеги, и сами дети: они ждут и радуются каждому уроку.

За последние два года многое изменилось к лучшему. У нас нет финансовых проблем, если они появляются, то их быстро решаем за счет бюджетных и федеральных средств. Очень помогает городская администрация. Стоимость питания детей в нашем учреждении составляет 96 рублей в день: оплата идет за счет бюджетов города и области. Пребывание детей у нас практически бесплатно для родителей – это серьезно подспорье каждой семье. Большую помощь школе оказывают депутаты и шефы.

Сегодня мы являемся базовым учреждением для коррекционных школ города: часто проводим семинары и конференции. Более половины учителей и воспитателей получили дополнительное специальное коррекционное образование либо на курсах повышения квалификации, либо второе высшее дефектологическое образование. Коллектив школы достаточно молод, работоспособен, профессионален, но мы постоянно учимся, практикуем дистанционное обучение воспитателей в Московском институте коррекции. Сотрудники института предоставляют нам всю новую информацию и последние разработки, касающиеся коррекционного обучения детей. Сейчас масса возможностей, много интересного можно почерпнуть в Интернете. А журнал «Коррекция и развитие» – настольная книга воспитателей и учителей школы. Мы бываем в Челябинске, Троицке, делимся опытом, перенимаем наработки коллег из других узкопрофильных коррекционных школ.

Подготовила ЕЛЕНА КОФАНОВА.

Смех – лучшее лекарство, если нет денег на другие препараты.

ВИКТОР КУРУКИН

Счастье материнства

БУДУЩЕЕ

ЖЕНЩИНЕ, причем в любом возрасте, присуща потребность иметь возле себя маленькое дорогое существо и отдавать ему щедрость своей души.

Очень важно, чтобы дети рождались в оптимальные сроки: беременность и роды в возрасте моложе 18 лет могут сказаться на состоянии здоровья матери, а старше 40 лет – на состоянии будущего ребенка. Если супружеская пара не желает в скором времени иметь детей, надо научиться предупреждать беременность. В арсенале медицины есть

безвредные, весьма действенные при правильном применении средства. Выбор средства, наиболее подходящего для данной женщины, может осуществить только врач-гинеколог. Хотелось бы предупредить женщин: не доводите первую беременность до прерывания, не качайте свою и будущую жизнь. При первых признаках беременности надо обязательно обратиться в женскую консультацию, и чем раньше – тем лучше. От врача будущая мать узнает о том, как развиваться плод, как бьется его сердце, в чем он нуждается и что оказывает на него неблагоприятное воздействие.

К акушеру-гинекологу часто обращаются с различными гинекологическими заболева-

ниями, требующими иногда длительного, упорного лечения. В кабинете врача таких больных приводят не только физические страдания, но порой и тяжелые психические переживания – чаще всего это относится к женщинам, страдающим бесплодием в результате каких-либо патологических процессов в их организме. Надо отдать им должное: они лечатся настойчиво и упорно, их мыслями и чувствами владеет одно желание – стать матерью. И очень часто мы их выслушиваем. И в заключение стоит отметить: беременность и роды мобилизуют все жизненные функции и энергетические резервы организма женщины, способствуют укреплению ее здоровья и семьи.

НАТАЛЬЯ КОЛЕСНИЧЕНКО,
заведующая гинекологическим отделением АНО –МСЧ АГ и ОАО –ММК.

БЛАГОДАРИМ

Двенадцать спасенных

ДЛЯ ИЗБАВЛЕНИЯ от наркомании и алкоголизма в Магнитогорске с июня 2005 года открыт центр реабилитации «Новая жизнь».

Программа для пациента длится год и заключается в формировании духовных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни. Это самый оптимальный срок для того, чтобы человек получил возможность поменять круг общения, взгляды на жизнь, собственное мироощущение, возвратиться в рамки общепринятых социальных норм. Реабилитация включает занятия спортом, посещение театров, выезды на природу, сланы по рекам.

Сейчас в «Новой жизни» проходит реабилитацию 12 мужчин. И пусть цифра не сопоставима со статистикой, мы-то знаем, что это 12 человеческих жизней, 12 душ, жаждущих спасения.

Многие реабилитационные центры существуют на основе благотворительной помощи безразличных людей, с добрым сердцем и милосердной душой. Центры реабилитации для зависимых от наркомании и алкоголизма «Новая жизнь» открыты во многих городах Южного Урала. В Магнитогорске среди огромного множества фирм и организаций тоже нашлись руководители, готовые поддержать нас. Среди них директор по персоналу и социальным программам ОАО «ММК» А. Мазурев и председатель союза молодых металлургов М. Лукманов, благодаря которым у молодецких «Новой жизни» появилась возможность раз в месяц посещать аквапарк и горнолыжный центр, не за горами – слалом по горным рекам. Выражаем огромную благодарность руководителям фирм и организаций, которые приняли участие в судьбе центра, и надеемся на дальнейшее стабильное сотрудничество в деле духовного возрождения общества.

СТАНИСЛАВ КОРЧМАРЬ,
директор центра реабилитации «Новая жизнь».

Пациентам повезло

С ГЛАВНЫМ ВРАЧОМ АНО «МСЧ АГ и ОАО «ММК» Мариной Викторовной Шеметовой познакомиться лично меня заставила болезнь мамы в 2005 году.

Визит в буквальном смысле потряс меня. Я не только решила главный вопрос, с которым пришла на прием (быстрее положить маму в больницу), – я познакомилась не с главным врачом и депутатом, а с человеком огромной души и большого человеческого сердца!

В конце недавней весны «захромало» и мое здоровье. Но лечь в больницу быстро не получалось. Набравшись смелости, я пошла к доктору Шеметовой. Марина Викторовна узнала меня сразу. Поинтересовалась здоровьем мамы (надо же, два года прошло, а она помнит!) и снова помогла.

Низкий вам поклон, уважаемая Марина Викторовна! Ваши избиратели не ошиблись в своем выборе, а коллективу МСЧ очень повезло с руководителем – наставником и единомышленником.

МАРИНА МАМИНОВСКАЯ.

ГАЛИНА РЕТИВЫХ,
заведующая здравпунктами АНО –МСЧ АГ и ОАО –ММК.