

Завтра — Всемирный день здоровья

## Сила красной капли

Ни одна современная отрасль медицины не может обойтись без использования в лечебных целях крови или ее препаратов. Больше всего — около пятидесяти процентов — идет на переливание больным, находящимся на лечении в хирургических и акушерско-гинекологических отделениях. В медсанчасть комбината нередко поступают пациенты с тяжелыми травмами, для восстановления сил которых необходимо переливание крови приблизительно от ста доноров. Можно себе представить, скольким людям обязаны вставшие заново на ноги больные?

Успех многих хирургических операций сегодня зависит от донорской крови. Именно она помогает пострадавшим преодолеть тяжелое состояние при травматическом шоке, кровотечениях, тяжелых ожогах. Мог ли раньше хирург решиться на операцию полного удаления желудка, операцию на сердце — без переливания крови? Конечно, нет. А теперь возможности медицины расширились благодаря разнообразию методов переливания крови и изготовления из нее различных препаратов.

Не всегда в лечебной практике есть необходимость переливать больным кровь. В ряде случаев нужно назначение отдельных ее компонентов. При анемиях необходимо переливать эритроцитарную массу, пострадавшим в результате ожоговой травмы назначают плазму крови или альбумин, который готовят из плазмы. В настоящее время применяют и другие препараты, которые можно получить только из донорской крови.

Представить потребность в крови лечебных учреждений помогут такие средние данные: для обеспечения годовой потребности больниц необходимо около 1 литра донорской крови на 1 больничную койку. Вот и определяется тот объем, которым медики должны ежедневно располагать. Кровь может понадобиться в любую минуту дня и ночи. Запасы ее необходимо пополнять, так как при хранении свыше трех недель она утрачивает свои лечебные свойства.

Ко многому привыкаем мы в повседневной суете. Но есть неизменные понятия. Среди них — чувство благодарности тем, кто безвозмездно дает свою кровь во имя жизни. Да, возле постели больного находятся опытные врачи, заботливые родственники. Но «живую воду» в их руки отдают доноры, чтобы она послужила самому доброму делу на земле — продлению жизни.

**К. ШАВКУНОВ,**  
врач-анестезиолог  
МСЧ ММК.

— Это лаборатория металлографии? А можно Бакулину пригласить?  
— Перезвоните попозже, она вышла по донорским делам...  
«Попозже» мы встретились с Ниной Николаевной Бакулиной в редакции.  
— Почему же именно об мне? Расскажете лучше о наших донорах. А я сама кровь не сдаю. Сдачу, да, организовываю.

Эими словами Ница Николаевна Бакулина — сотрудник лаборатории металлографии ЦЛК, председатель первичного общества Красного Креста, сказала о себе главное. Почти двадцать лет занимается она общественной работой, двадцать лет «организовывает», «договаривается». Главное для нее — «чтобы наших доноров знали в лицо, почитали», говорит Ница Николаевна.

— Пришла я в Красный Крест случайно. Вообще в ЦЛК работаю больше тридцати лет, в 1968 году перевели меня в лабораторию металлографии. Тогда ухаживала на отдых председатель общества, и меня попросили временно ее подменить. К общественной работе, к дополнительным нагрузкам не привыкала: я долго и активно увлекалась спортом, люблю, когда рядом много людей. Так вот, взялась я за гуж, а там уже, как говорится... Правда, еще три года присматривалась, а в 75-м согласилась принять председательство.

Что греха таить, сейчас еще для многих «общественников», значащихся в списках различных обществ и комиссий, поручение существует абстрактно. Ница Николаевна так относится к делу не

## „Необыкновенная наша“

умеет. Может, поэтому в лаборатории ее уважают. Не только в своей, по всей ЦЛК знают Бакулину. Достаточно в день Восьмого марта на общем собрании сказать: «А теперь слово Нице Николаевне!» — зал светлеет от улыбок.

— Никакой особой заслуги моей нет. Просто побывала я однажды на донорском дне и... Не знаю, как описать мои чувства, только людей, безвозмездно отдающих свою кровь во спасение других, нельзя не знать.

И решила Ница Николаевна сделать вроде бы простое и нужное, но почему-то нигде больше не распространенное дело. Составила картотеку доноров ЦЛК, ведет строгий учет сроков, нормам, количеству сданной крови. Зачем? А затем, чтобы человека по заслугам наградить, не забыть поздравить с праздником, путевку для него, если нужно, в профком найти. Да мало ли как можно дать понять людям, что помнят о них, ценят, дорожат ими, уважают.

Внешне спокойная, мягкая, Бакулина все же человек с характером твердым. Что нужно для дела — всегда добьется. К примеру, организовать питание для доноров, думаете, легко? А она проследит, чтобы в меню и каша гречневая, и овощи свежие, и шоколад только куйбышевский. Как же иначе? Поэтому у директора столовой отношения у нее сдержанные, дипломатичные. Там знают, когда

«у Бакулиной донорский день». Спросите в иных цехах: «Кто у вас председатель Красного Креста?» Не всякий и ответит, а в ЦЛК к Бакулиной идут — то зеленки, то лекарства, то перевязку помочь сделать. И хоть это далеко не в компетенции Ницы Николаевны, всегда выкроит минутку, сделает, что нужно.

— Ница Николаевна, ваш к нам попал, — в трубке пульсирует взволнованный голос, — нужна кровь.  
«Нужна кровь!». Как пароль, как призыв к атаке. Хотя отвыкли мы от высоких фраз...

Ница Николаевна — на телефоне. В десятки адресов летит ее голос: «Нужно, ребята!», «Быстрее!», «Пожалуйста, дорогие!» И вот в приемном покое комбинатской больницы собираются люди.

— Я от своих доноров отказа не слышала. Обратившись, а в ответ: «Ница Николаевна, какой разговор?» И я знаю, что все будет, как нужно.

Немало это — знать, что все будет, как нужно. Знать начальнику ЦЛК Николаю Федоровичу Бахчеву, что при очередном подведении итогов работы обществ Красного Креста его организация будет названа лучшей. Знать донорам, что их ценят. Знать больным, что их спасут, знать ответственно-



му от станции переливания крови Ивану Васильевичу Искандеру, что на донорском дне в ЦЛК — полный порядок. И он уверен в этом, каждый раз заходит к начальству, чтобы поблагодарить и говорит при этом: «Спасибо необыкновенной вашей!»

**Е. КОРОЛЕНКО.**

Редактор Ю. С. Чередниченко.

— КОНСУЛЬТИРУЕТ ВРАЧ —

## Следите за собой — будете здоровы

Мы часто не замечаем, что привыкаем к обязательному, и тем самым как бы отстраиваем от себя его выполнение. Вот, например, все знают, что «болезнь легче предупредить, чем вылечить». Но... предупреждать оказывается очень сложно.

Постоянно слышится по радио и телевизору, встречается в прессе: бросайте пагубные привычки, берегите здоровье, обращайтесь вовремя к врачу. Только проблема в том, что это «вовремя» больной определяет себе сам. И подчас бывает поздно.

Казалось бы, пустяковое заболевание и звучит не страшно «тонзиллит». Но когда в диагнозе прибавляется к нему слово «хронический», насторожиться должен каждый пациент.

Что такое хронический тонзиллит? Длительно протекающий процесс воспаления небных миндалин. Он причиняет человеку много беспокойств, причем часто раздражающих: боли в горле после охлаждения, необходимость дышать порой через рот, что вызывает ощущение сухости или неприятного запаха во рту. А страдающие им больные обращаются к врачам, как правило, только из-за частых ангин. Хотя должны находиться под постоянным диспансерным наблюдением. Потому что... заболевание тонзиллитом совсем не безобидно. В запущенной степени развития болезнь расшатывает организм человека так, что в его больничных листах появляются названия таких заболеваний, как холецистит, нефрит, ревматизм, сердечная недостаточность, также нарушается

белковый или витаминный обмен. Кроме того, наблюдаются ощущения ломоты в мышцах конечностей, в пояснице, в суставах, боли в сердце.

Каждый человек — не враг себе, говорят. Но на жизненной практике выходит порой иначе. И от легкой формы начала тонзиллита больные доходят иногда до хирургического отделения больницы. Хотя в начальной стадии заболевание поддается физиотерапевтическому и медикаментозному лечению.

Сейчас на Урале пора весенняя. Правда, долгожданного тепла еще нет, но солнце светит ярко, и многих горожан вводит в заблуждение кажущаяся погожесть весны. И тем не менее, сейчас надо быть особенно предосторожными. Приносившиеся в одежде к ежедневным капризам погоды, вечерами беречь себя от влажной прохлады. Но днем, наоборот, тщательно проветривать помещения на работе, квартиру. Помните, что свежий воздух — тоже своеобразное лекарство.

Если ваша одежда соответствует погоде, старайтесь больше находиться на улице, давайте себе необходимое количество солнечных лучей, старайтесь совершать пешные прогулки. Основное, в чем состоит профилактика болезни, это укрепление организма самостоятельно, не путем употребления лекарств, а постоянными занятиями физкультурой, постоянным вниманием к своему самочувствию.

**З. КИРИЕВСКАЯ,**  
врач-инфекционист поликлиники № 1 МСЧ ММК.

### ТВ

**ЧЕТВЕРГ, 7 мая**  
Шестой канал  
7.00. Утренняя зарядка. 7.30. Время. 8.15. Очевидное — невероятное. 9.15. «Чужие письма». Художественный фильм. 10.45. «Веселые нотки». Конкурс юных вокалистов. 11.45 и 15.30. Новости. 15.45. А. Твардовский. «Василий Теркин». Читает О. Табаков. Часть 1-я. 17.00. ...До шестидесяти и старше. 17.45. Наука и жизнь. 18.15. Сегодня в мире. 18.30. По страницам боевых киносорбников. 19.35. «Не старейте душой ветераны». Концерт

**ПЯТНИЦА, 8 мая**  
Шестой канал  
7.00. Утренняя зарядка. 7.30. Время. 8.15. «Здравствуй, музыка». 9.00. Мир и молодежь. 9.35 и 15.30. Новости. 15.45. А. Твардовский. «Василий Теркин». Часть 2-я. 16.50. Мультфильм. 17.10. «Время диктует...» РБ опыт работы Курганского ОК КПСС Краснодарского края. 17.40. Играет Б. Спиваков (скрипка). 18.05. Документальный телефильм. 18.15. Сегодня в мире. 18.30. Концерт. 20.30. Время. 21.05. Премьера художественного телефильма «Клуб женщин». 1-я серия. 22.10. Сегодня в мире. 22.25. 2-я серия художе-

**СУББОТА, 9 мая**  
Шестой канал  
7.00. Утренняя зарядка. 7.30. Время. 8.15. Документальный фильм. 8.50. Премьера художественного телефильма «Время свиданий». 9.55. Премьера документального телефильма. 10.30. Сегодня Праздник Победы. «Выступление первого заместителя министра обороны СССР, Героя Советского Союза, генерала армии Лушера П. Г. 10.45. Музыкальная передача. 11.30. Художественный фильм «Человек с аккордеоном». 13.00. Победители. Передача посвященная Празднику Победы. 14.30. Мультфильм. 15.10. В мире животных. 15.40. Содружество. Тележур-

**ВОСКРЕСЕНЬЕ, 10 мая**  
Шестой канал  
7.00. Утренняя зарядка. 7.30. Время. 8.10. Играет И. Осипова. 8.35. Ритмическая гимнастика. 9.20. Тираж «Спортлото». 9.35. Будильник. 10.05. Служу Советскому Союзу. 11.05. «Утренняя почта». 11.35. Премьера доку-

ментального фильма «Клуб женщины». Двенадцатый канал  
8.00. Утренняя гимнастика. 8.15. Премьера документального телефильма «От поля до борща». 8.35 и 9.35. И. В Гете. «Фауст». 9-й класс. 9.05 и 14.30. Испанский язык. 1-й год обучения. Передача 11-я. 10.05. Учимся СПТУ. История. «Что там в яркой упаковке?». 10.35. «От Симбирска до Ульяновска». Научно-популярный фильм. 11.05. Программа Краснодарской студии телевидения. 12.05. Художествен-

ного телефильма «Где-то гремит война». 2-я и 3-я серии. 15.00. Новости. 15.05. Челябинские новости. 17.30. Новости. 17.40. Шахматная школа. ЧТ. 18.10. «Обратной дороги нет». 3-я серия. 19.15. Челябинские новости. ЧТ. 19.30. Спокойной ночи, малыши. 19.45. Ритмическая гимнастика. 20.15. «Такая мужская работа». Киноочерк. 20.30. Время. 21.00. Премьера художественного телефильма «Где-то гремит война». 3-я серия. 22.15. Новости. ЧТ. 22.20. Челябинские новости. 22.40. Человек и закон. Закон СССР об индивидуальной трудовой деятельности. 23.10. Киноафиша.

ного телефильма «Где-то гремит война». 2-я и 3-я серии. 15.00. Новости. 15.05. Челябинские новости. 17.30. Новости. 17.40. Шахматная школа. ЧТ. 18.10. «Обратной дороги нет». 3-я серия. 19.15. Челябинские новости. ЧТ. 19.30. Спокойной ночи, малыши. 19.45. Ритмическая гимнастика. 20.15. «Такая мужская работа». Киноочерк. 20.30. Время. 21.00. Премьера художественного телефильма «Где-то гремит война». 3-я серия. 22.15. Новости. ЧТ. 22.20. Челябинские новости. 22.40. Человек и закон. Закон СССР об индивидуальной трудовой деятельности. 23.10. Киноафиша.

ственного фильма «Клуб женщины». Двенадцатый канал  
8.00. Утренняя гимнастика. 8.15. Документальные телефильмы. 8.35. М. А. Шолохов. Страницы жизни и творчества. 9.35 и 13.15. Английский язык. 1-й год обучения. Передача 25-я. 10.05. Учимся СПТУ. Обществоведение. 10.35 и 11.35. Б. Петрова. «Повесть о настоящем человеке». 5-й класс. 11.05. Наш сад. 12.05. Художественный телефильм «Где-то гремит война». 3-я серия. 13.45. «Приветствие». Тележурнал. 14.15. Новости. 14.20. К Всемирному дню Красного

на. 17.10. К юбилею Великого Октября. «Истории немеркнущие строки». «Баллада о солдате». Художественный фильм. 18.50. Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания. 19.15. Музыкальная передача, посвященная Празднику Победы. 20.30. Время. 21.05. «Был месяц май». Художественный телефильм. 22.55. Велогонка Мира. 23.15. Новости. Двенадцатый канал

ментального фильма. 12.25. Музыкальный киоск. 12.55. Сельский час. 13.55. Здоровье. 14.40. Всесоюзный телевизионный конкурс «Товарищ песня». 15.40. Приветствие. Тележурнал. 16.10. К национальному празднику Чехословакия — Дню освобождения от фашистских захватчи-

ков. 17.10. «Наш дом». Тележурнал. 17.55. Международная парадом. 18.40. Мультфильм. 18.55. Художественный фильм. «Сезон мира в Париже» (Югославия — Франция). 20.30. Время. 21.05. «Играй, гармонь». 22.25. Велогонка Мира. 22.55. Новости. Документальный телефильм. 12.50. Премьера фильма-концерта. 13.10. Спорт и личность. Николай Королев. 13.40. «Птицы над городом». Художественный фильм. 14.55. «Когда поют солдаты». Фестиваль солдатской песни. 17.25. Документальный фильм. 18.55. Незабываемые музыкальные вечера. 18.50. Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания. 19.10. Поют ветераны. 19.30. Спокойной ночи, малыши. 19.45. Репортаж с торжественных проводов призывников в ряды Советской Армии. 20.30. Время. 21.05. К. Симоненко. «Из записок Лопатина». Фильм-спектакль. 23.05. Уральская неделя.

ков. 17.10. «Наш дом». Тележурнал. 17.55. Международная парадом. 18.40. Мультфильм. 18.55. Художественный фильм. «Сезон мира в Париже» (Югославия — Франция). 20.30. Время. 21.05. «Играй, гармонь». 22.25. Велогонка Мира. 22.55. Новости. Документальный телефильм. 12.50. Премьера фильма-концерта. 13.10. Спорт и личность. Николай Королев. 13.40. «Птицы над городом». Художественный фильм. 14.55. «Когда поют солдаты». Фестиваль солдатской песни. 17.25. Документальный фильм. 18.55. Незабываемые музыкальные вечера. 18.50. Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания. 19.10. Поют ветераны. 19.30. Спокойной ночи, малыши. 19.45. Репортаж с торжественных проводов призывников в ряды Советской Армии. 20.30. Время. 21.05. К. Симоненко. «Из записок Лопатина». Фильм-спектакль. 23.05. Уральская неделя.

ков. 17.10. «Наш дом». Тележурнал. 17.55. Международная парадом. 18.40. Мультфильм. 18.55. Художественный фильм. «Сезон мира в Париже» (Югославия — Франция). 20.30. Время. 21.05. «Играй, гармонь». 22.25. Велогонка Мира. 22.55. Новости. Документальный телефильм. 12.50. Премьера фильма-концерта. 13.10. Спорт и личность. Николай Королев. 13.40. «Птицы над городом». Художественный фильм. 14.55. «Когда поют солдаты». Фестиваль солдатской песни. 17.25. Документальный фильм. 18.55. Незабываемые музыкальные вечера. 18.50. Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания. 19.10. Поют ветераны. 19.30. Спокойной ночи, малыши. 19.45. Репортаж с торжественных проводов призывников в ряды Советской Армии. 20.30. Время. 21.05. К. Симоненко. «Из записок Лопатина». Фильм-спектакль. 23.05. Уральская неделя.

Коллективы ЦЛМ, ПКМ и цеха механизации УГМ глубоко скорбит по поводу смерти члена КПСС, участника Великой Отечественной войны, ветерана Магнитки и труда НАИДЕНОВА Алексея Михайловича и выражает соболезнование семье покойного.

Коллектив ОНТИ комбината глубоко скорбит по поводу смерти участника Великой Отечественной войны, ветерана труда БОГАЧЕВА Павла Ивановича и выражает соболезнование родным покойного.

Коллектив листопркатного цеха № 3 глубоко скорбит по поводу смерти ветерана Великой Отечественной войны ТАБУНОВА Евгения Михайловича и выражает соболезнование родным покойного.

**Наш адрес:** Наш адрес: 455002, ул. Кирова, 70, 3-й подъезд, 4-й этаж. Телефоны: редактор — 3-76-04; зам. редактора — 3-75-70; отв. секретарь — 3-40-35; фотокорреспондент — 3-47-04; отдел реконструкции и интенсификации производства — 3-31-33; отдел партийной жизни — 3-07-98; отдел промышленности — 3-47-04; 3-33-09; отдел писем, культуры и быта — 3-14-42.