

Праздник

За здоровое детство

Областная туберкулёзная больница № 3 совместно с сотрудниками центра медицинской профилактики Магнитогорска провели праздник «Здоровые дети – здоровая нация».

Праздник был посвящён профилактической межведомственной акции по сохранению и укреплению здоровья детей и подростков «За здоровое детство!», чтобы сформировать у подрастающего поколения представление о здоровом образе жизни.

Медицинские работники и сотрудники центра профилактики в музыкальном зале больницы красиво оформили столы, поставили баннер, развесили яркие флажки, воздушные шары, включили детские песни из любимых мультфильмов. Желающим раздавали памятки по профилактике заболеваний на различные темы: ведение здорового образа жизни, безопасное лето, вред курения, алкоголя и наркотиков, здоровое питание для дошкольника, правила дорожного движения. Каждый мог ознакомиться с полезной информацией из газеты «Медицинский вестник».

Инструктор гигиенического воспитания центра медицинской профилактики Зульфира Боголюбова рассказала о преимуществах здорового образа жизни, о правилах личной гигиены, закаливания, двигательной активности, правильном питании: всё это не только модно, но и полезно, помогает воплотить в жизнь свои мечты, добиться успеха в создании семьи, построении карьеры. Психолог центра Мадина Кушанова провела для ребят конкурс с пословицами о здоровье и викторину «Спорт! Молодость! Здоровье!» После решения интересных интеллектуальных задач сотрудники больницы – воспитатель Татьяна Мушкарева и психолог Наталья Ковалева – организовали спортивную разминку «Весёлые старты» с подвижными играми. Победителей наградили медалями и призами – резиновыми экспандерами и игрушками-пружинками, а остальных участников поощрили конфетами.

Порадовал детвору и увлекательный мастер-класс «Сделай себе подарок»: из разноцветных бусинок, маленьких букв, цветочков и сердечек получились красивые значки. Инструктор Зульфира Боголюбова рассказала, что творческие занятия тоже благотворно влияют на здоровье: вырабатывается усидчивость, развивается мелкая моторика, формируется созидательное мышление, да и просто получаешь удовольствие от сделанного собственными руками. За инициативность и аккуратность ребятам вручили подарки.

На этом празднике никто не остался обделённым и без внимания, каждый ребёнок получил приз, похвалу и заряд бодрости, что очень важно для здоровья. А лучшей наградой организаторам стали детские улыбки и подготовленные концертные номера: мальчишки и девчонки исполняли радостные и добрые песни, танцевали, хлопали в ладоши и веселились от души.

Конгресс

Для женского здоровья

Врачи Центральной медико-санитарной части обмениваются опытом с коллегами, участвуя в различных форумах.

Этим летом заведующая гинекологическим отделением медсанчасти Наталья Колесниченко приняла участие в XXX юбилейном международном конгрессе с курсом эндоскопии «Новые технологии в диагностике и лечении гинекологических заболеваний». Конгресс был посвящён современным аспектам использования новейших технологий в гинекологии, возможностям диагностики и коррекции различных патологий, включая бесплодие, эндоскопии в сферах реконструктивной хирургии, репродуктологии, акушерства, онкогинекологии, альтернативным высокотехнологичным методикам лечения женских болезней.

Международный конгресс проводился совместно с ведущими учёными, признанными авторитетами современной гинекологии России, стран СНГ, ближнего и дальнего зарубежья, при участии ведущих эндоскопистов мира. Они выступили с докладами и лекциями по актуальным вопросам, представили новейшие технологии. Особое внимание было уделено тактике и альтернативным технологиям лечения миомы матки, современным подходам к онкогинекологическим заболеваниям у больных репродуктивного возраста.

Забота

Жить с позитивом

Ветераны ММК и города выразили искреннюю признательность за лечение в гериатрическом отделении Центральной медсанчасти, где заботятся о людях «золотого возраста».

За создание гериатрического центра ветераны от всего сердца поблагодарили председателя совета директоров ПАО «ММК» Виктора Рашникова и главного врача

медсанчасти Марину Шеметову. Это уникальное отделение появилось в городе девять лет назад. Заместитель главного врача Галина Владимировна сплотила коллектив и сохраняет атмосферу доброжелательности, заведующая Юлия Пошлякова и лечащий врач Татьяна Таланова всегда внимательны к пациентам. Добрые слова ветераны также говорят фельдшеру Людмиле Ивановой, старшей медицинской сестре Ольге Горельской, процедурным медсёстрам Татьяне Гашевой,

Екатерине Шемякиной, медсёстрам по физиотерапии Ольге Ишметевой, Оксане Сучковой, инструктору лечебной физкультуры Екатерине Солованюк, медбрату по массажу Игорю Волкову, медрегистратору Марьям Мухаметзяновой и психологу Александре Осокиной, которая учит позитивно смотреть на жизнь. Спасибо и всем санитаркам, которые содержат в чистоте отделение, где работает современное медицинское оборудование для лечения и прекрасно организован отдых: есть тренажёрный зал, комната релаксации, занятия пением с баянистом, танцевальной терапией, рукоделием. Здесь можно любо-

ваться яркими цветами, хвойными деревьями, великолепным оформлением территории. «Благодаря гериатрическому центру, ветераны укрепляют здоровье и заряжаются оптимизмом, – говорится в коллективной благодарности, под которой свои подписи поставили два десятка пациентов. – Спасибо за лечение, внимание и тепло, которые дарят пожилым людям. Всем организаторам – здоровья, счастья, хорошего настроения и успехов!»

Один из недавних праздников в гериатрическом центре посвятили 85-летию ММК, начав его песней и показом видеоклипа о городе и металлургическом комбинате.

В Роспотребнадзоре напоминают об осторожности при посещении садовых участков, кладбищ, парков, скверов, леса: укусам подвержены люди любого возраста – от грудного до пожилого. Чтобы предупредить присасывание клещей, используйте одежду, которая максимально закрывает тело, а также применяйте отпугивающие акарицидно-репеллентные средства. При выезде за город проводите само- и взаимоосмотры каждые пятнадцать–тридцать минут, а также осмотры домашних животных, собранных грибов, ягод на наличие клещей. В случае укуса следует срочно обращаться в медицинскую организацию за квалифицированной помощью и исследовать клеща на инфекции.

Кроме того, специалисты Роспотребнадзора советуют не откладывать вакцинацию против клещевого энцефалита и не забывать о необходимости проведения раз в три года ревакцинирующей прививки. Ведь осень – лучшее время для вакцинации против клещевого энцефалита, поскольку к наступлению весенне-летнего сезона успевают сформироваться стойкий иммунитет.

Не за горами холода, спутники которых – острые респираторные вирусные инфекции и грипп. Эпидемия гриппа 2017 года в Челябинской области отличалась умеренной интенсивностью, в сравнении со среднемноголетним уровнем, более длительной продолжительностью – девять недель, в течение которых ОРВИ и гриппом переболели 293 тысячи жителей области – 8,9 процента населения. Традиционно в августе начата вакцинация против гриппа. С учётом анализа прошедшей эпидемии и прогнозов Всемирной организации здравоохранения, вакцины, которые сегодня используют для иммунизации, имеют частично обновлённый состав. В вакцины сезона 2017–2018 годов включены штаммы А/Н1N1 – «свиной грипп», а также А/Н3N2 и В.

С середины августа в Магнитогорске стартовала прививочная кампания для детей, следом вакцинация от гриппа начинается у взрослых, – рассказала Наталья Давыдова. – В каждом российском регионе планируется привить не менее сорока процентов населения, для этого выделены необходимые средства из федерального бюджета.

Бесплатные прививки, как обычно, предусмотрены для детей, работников медицинских и образовательных организаций, сферы услуг и торговли, пенсионеров. Традиционно на промышленных предприятиях работодатели самостоятельно организуют вакцинацию работников. Остальные желающие могут привиться за счёт личных средств, обратившись в поликлинику по месту жительства. Прививка – наиболее эффективная защита от гриппа, а массовая иммунизация населения помогает предотвратить развитие эпидемии.

✍ Мария Теплова

Общее дело

Управа на вирусы

Каждый год в разгар лета горожане сталкиваются с сезонными инфекциями

В этом году управление Роспотребнадзора по Челябинской области регулярно информирует о том, что на территории региона, как и большинства других субъектов Российской Федерации, с июля наблюдался сезонный подъём заболеваемости энтеровирусной инфекцией.

Одним из её клинических проявлений становится вирусный, серозный, менингит. Только в Челябинске на середину августа зарегистрировано девяносто пять случаев заболевания, в том числе сорок четыре – энтеровирусного менингита. Большинство заболевших – дети. По всей области в детских учреждениях усилены дезинфекционные меры, контроль за питьевым режимом и за качеством «фильтров», чтобы не допустить попадания ребят с признаками заболеваний в коллективы. Карантинными мероприятиями после заноса энтеровируса в областном центре были охвачены тридцать пять дошкольных образовательных учреждений.

В Магнитогорске небольшой подъём заболеваемости: зарегистрировано двадцать случаев энтеровирусной инфекции, почти все в виде менингита.

– Заболевшие энтеровирусной инфекцией – дети разных возрастов, в том числе посещающие организованные коллективы: выявлено по одному случаю заболевания у детей из восьми дошкольных учреждений. Все они получили необходимую медицинскую помощь в стационаре, – рассказала заместитель главного врача территориального отдела Роспотребнадзора по Магнитогорску Наталья Давыдова. – Энтеровирусная инфекция даёт о себе знать ежегодно, с июля по октябрь. Но эпидемические подъёмы, как правило, бывают через несколько лет, последний наблюдался в 2013 году.

Затем был спад, и вот в 2017-м очередной всплеск. Подъём всегда идёт в летний и осенний периоды, он связан, прежде всего, с купанием в реках и озёрах, потреблением внутрь некачественной воды, приёмом в пищу плохо промытых овощей, фруктов, ягод. Это неуправляемая инфекция – прививок против энтеро-

вируса нет. Но ситуация под контролем. Проводится отбор и анализ воды – не только водопроводной, но и в открытых водоёмах, в бассейнах. Хотя вирусы нигде не выявлены, по предписанию главного санитарного врача области детские бассейны временно закрыты – это профилактическая мера, и она выполнена на территории всего южноуральского региона.

Кроме энтеровирусов отмечен подъём заболеваемости гепатитом А, в Магнитогорске он зарегистрирован среди взрослых. Чтобы избежать подобных вирусов и неприятностей со здоровьем, Роспотребнадзор рекомендует использовать для питья бутилированную или кипячёную воду, соблюдать личную гигиену, тщательно мыть фрукты, ягоды, овощи, обязательно – руки с мылом перед едой, а при появлении первых симптомов заболевания своевременно обращаться за медицинской помощью.

В летние месяцы не теряет актуальности и оборона от клещей. Большинство нападений традиционно происходит за городом в лесной зоне. В медицинские организации Челябинской области обратилось уже около двадцати тысяч пострадавших от укусов клещей, в том числе свыше четырёх тысяч детей. В Магнитогорске с начала весны этого года зарегистрировано 1619 укусов, в том числе 478 – у детей, клещевым энцефалитом заболели четверо, из них один ребёнок: все заболевшие не были привиты. Боррелиоз выявлен у двоих взрослых и троих детей. Итоги пока подводить рано, активность клещей продолжается вплоть до первого снега.

В прошлом году в Магнитогорске было восемь случаев энцефалита и шестнадцать – боррелиоза.

Начиная со второй половины августа, ожидается осенний подъём активности клещей



✉ Дмитрий Рухмалёв