

Прощай, школа!

# Золото высшей пробы

Выпускники, окончившие школу с отличием, получили поздравления от главы города и первые официальные награды



Сергей Бердников и Александр Хохлов вручают медали за отличную учёбу



Евгений Румялёв

«Золотая молодёжь» – словосочетание, казалось бы, получившее в последнее время негативную окраску, в Магнитогорске в этот вечер произносили, вкладывая в него истинный смысл. Отличники учёбы, победители олимпиад городского, областного и общероссийского уровня, научных конференций и спортивных соревнований собрались во Дворце культуры металлургов имени Серго Орджоникидзе.

Строгий порядок построения перед входом в зал – рассадить отличников нужно по очереди вызова каждого на сцену. Журналисты то и дело «выдёргивают» из колонны подростков на интервью. Кто-то смущённо сопротивляется: «А почему я? Мы тут все отличники!» Другие, напротив, уверенно становятся перед камерой: «К блестящему будущему готовы!»

Об Александре Ятлуке мы рассказывали, когда делали репортаж о выпускниках академического лица. Но тогда ещё не знали о том, что своё решение стать врачом, как и его отец, Александр Ятлук-старший, молодой человек подкрепил золотой медалью:

– Да ничего особенно сложного не было, просто больше старался в последние годы обучения, зная, что медаль даёт дополнительные баллы при поступлении, так что для уверенности в себе надо было, – улыбается Александр.

– Говорят, сегодня самый долгожданный день для нас, а я вот так не считаю, – слышим, как даёт коллегам интервью длинноволосая блондинка в розовом вечернем платье. – У нас класс – настоящая семья, мы так сдружились за эти годы. А теперь выпускной – и разлетимся все по стране, очень горько становится от этого.

А в зале в ожидании уже томятся родители и учителя – в помещении аншлаг, словно на концерте эстрадной звезды. Бравурная музыка, торжественный голос ведущих: «Встречайте: лучшие выпускники 2017 года!» – папы аплодируют, мамы утирают намочки глаза заранее приготовленными платочками.

Этот год побил все рекорды: 192 выпускника городских школ получают медали за отличную учёбу – это на треть больше, чем в прошлом году. Мальчишек среди отличников много – но пока только каждый четвёртый из награждаемых.

– Ради того, чтобы получить сегодня свою награду, вы много трудились, недобегали с друзьями во дворе, не доходили в кино и на другие развлечения, – обратился к выпускникам глава города Сергей Бердников. – Но, уверяю вас, всё было не зря. Страна, область, город, комбинат нуждаются в высококвалифицированных кадрах.

Сегодня даже рабочий на предприятии должен владеть иностранными языками, разбираться в электронике, физике, гидравлике и прочих науках

Поэтому с каждым годом требования к персоналу на ММК становятся всё выше, строже. Уверен, именно вы станете такими высококвалифицированными специалистами, которые будут уверенно вести Россию вперёд. Не исключаю, что многие из вас поедут в другие города получать знания, которые в нашем городе пока дать не могут. Но призываю вас: получив диплом, возвращайтесь в Магнитку. Мы сделаем всё для того, чтобы вы смогли реализовать полученные вами знания в полной мере!

Рита Давлетшина



Фоторепортаж смотрите на сайте [magmetall.ru](http://magmetall.ru)

## Как сберечь сустав?

3 ошибки в лечении артроза, которые могут стать роковыми...



Артроз часто приводит к инвалидности, и одна из причин этого – лечение методиками, которые неэффективны и даже опасны.

**Ошибка № 1**  
«Артроз возникает из-за отложения солей в суставах», – считала Ольга Сергеевна. Поэтому она исключила из рациона мясо, ввела два литра овощного сока в день и раз в месяц устраивала голодовку.

Увы, следование этим рецептам привело ее лишь к обострению гастрита, проблемам с давлением и резкому истощению иммунной системы. Боль в суставах не то что не отступила, а усилилась до такой степени, что женщина попала в больницу...

**На самом деле.** Главной причиной артроза является постепенное разрушение межсуставного хряща. В норме хрящ вырабатывает вещества, которые укрепляют его и делают эластичным. С возрастом их формирование

замедляется, поэтому хрящ становится хрупким и плохо выполняет свои функции. Чтобы поддержать его, нужно питаться полноценно. В этом случае в организм будут поступать необходимые для хрящевой ткани питательные вещества.

**Ошибка № 2**  
Олег Анатольевич больной сустав усиленно разрабатывал. Для этого он «в лечебных целях» ползал по полу на коленях, а также выполнял по 50 приседаний в день. Все это – через невыносимую боль, но с огромной верой в то, что однажды наступит выздоровление. Увы, иллюзии разрушились: артроз перешел в более тяжелую стадию...

**На самом деле.** Сустав можно сравнить с подшипником скольжения. В подшипнике есть два кольца, в суставе – две кости, и движение их относительно друг друга возможно лишь при условии гладких поверхностей и наличия смазки, роль которых в организме выполняют хрящи и внутрисуставная жидкость.

Если эти поверхности повредились, а смазка загустела, функции подшипника нарушаются. А если ещё и увеличить нагрузку, то он, скорее всего, сломается.

Лечебная физкультура при артрозе необходима. Однако упражнения не должны травмировать хрящ, поэтому выполняются сидя или лёжа, обязательно плавно, с небольшой амплитудой. Если возникает сильная боль, занятия тут же прекращают.

**Ошибка № 3**  
Лариса Ивановна свято верит, что единственное средство, которое избавляет от проблем – операция. Новый сустав не будет болеть, и подвижность у него должна быть лучше, чем у родного, скованного артрозом.

**На самом деле.** Оперативное лечение не гарантирует улучшения. Даже успешная операция – это долгое восстановление и риск осложнений.

Кроме того, около половины пациентов с механическими суставами всё равно продолжают испытывать боль и ограничение в движениях. А через 5–10 лет приходится снова менять изношенный эндопротез. И может оказаться, что крепить его будет уже не на что... Вот почему необходимо сохранить «родной» сустав как можно дольше.

**Работает. Проверено.**  
Чтобы жить активной жизнью без боли, больному суставу нужна регулярная под-



держка в виде лечебных курсов аппаратом АЛМАГ-01. Он обладает выраженным обезболивающим свойством. Кроме этого аппарат нужен, чтобы уменьшить воспаление и стимулировать восстановительные процессы в хрящевой ткани. АЛМАГ-01 позаботится о том, чтобы улучшить кровоток вокруг сустава и усилить его питание, а также снять спазм мышц, который часто наблюдается при артрозе и заметно усиливает боль. Но главная задача алмаготерапии – предотвратить дальнейшее разрушение хряща. Совместное применение лекарств вместе с аппаратом АЛМАГ-01 даст возможность повысить качество лечения и добиться отличных результатов.

Почти 20 лет АЛМАГ-01 производит компания ЕЛАМЕД. Он выдержал проверку и доказал свою надёжность. Чем раньше начнется лечение АЛМАГом-01, тем больше шансов сохранить сустав.

Последний месяц низких цен!  
Только в июле выгода на АЛМАГ-01 до 2000 р.

АЛМАГ-01 можно приобрести в г. Магнитогорске:

- «Медтехника ИНТЕРМЕД»..... тел. (3519) 40-54-20
- Аптеки «КЛАССИКА»..... тел. (351)232-33-13
- Государственные аптеки..... тел. 8-800-200-74-03
- Аптеки «ЗДОРОВЬЕ»..... тел. 8-3519-27-80-67
- Аптеки «РИФАРМ»..... тел. 8-351-751-11-11

Бесплатный телефон завода ☎ 8-800-200-01-13

Также заказать аппарат (в т.ч. наложенным платежом) вы можете по адресу: 391351, Рязанская обл., Елатьма, ул. Янина, 25, АО «Елатомский приборный завод» или на сайте завода [www.elamed.com](http://www.elamed.com) (16+) ОГРН 1026200861620

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТОВ