

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

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 (16+) ОГРН 1026200861620

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТОВ