

◆ ЗАМЕТКИ НАРКОЛОГА

ОТВЕСТИ БЕДУ

Алкоголизм стал серьезной проблемой во многих странах. Чем больше исследователей и врачей занимаются ею, тем сложнее она представляется. Уже давно прошли те времена, когда алкоголизм рассматривался только как порок. Подавляющее большинство людей считают человека, употребляющего героин, марихуану, морфий и т. д., наркоманом, а вот пьяница, по их мнению, просто слабый человек. Такое суждение в корне неверно.

Проведенные исследования убедительно доказали, что алкоголь обладает всеми свойствами перечисленных наркотиков. Но если от одних из них, например, от героина, заболеть (стать наркоманом) можно после одного употребления, то от других, к ним относятся и алкоголь, пристрастие может наступить через несколько лет злоупотреблений.

Идет прием больных в наркологическом кабинете ММК, который расположен в бытовых помещениях сортопрокатного цеха. Перед врачом сидит женщина, голос ее оробает, она то и дело утирает слезы.

— Помогите, доктор! Совсем муж спился. Каждый день пьяный, только со своими пьяными друзьями и знает. Алкоголик стал. Муж сидит, уставившись в пол. И как только жена умоляет, начинает оправдываться.

— Глушости говорит. Никакой я не алкоголик, и лечить меня незачем. Я под забором не валяюсь, в вырезатель не попадаю, хожу на работу, не прогуливаюсь.

Обратите внимание. Оба говорят почти об одном и том же, и муж согласен с правдивостью приведенных женой слов. Вот только факты они расценивают по-разному, значит делают разные выводы из них. Кто же прав? Как определить, переступил ли человек ту грань, отделяющую бытовое пьянство от недуга?

Начинается привыкание к алкоголю незаметно. Сначала человек теряет количественный контроль. Пьет

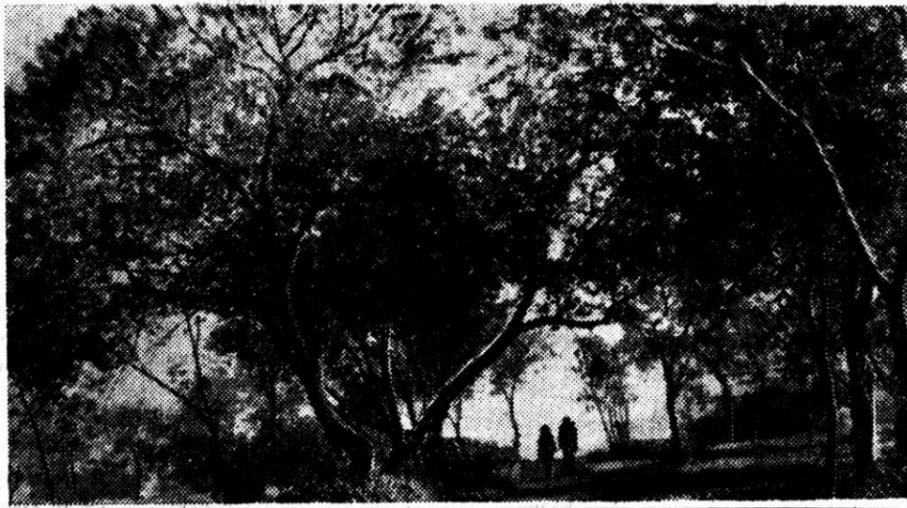
рюмку за рюмкой пока не впадет в состояние тяжелейшего опьянения. Раб «зеленого змия» не может насытиться. Чем больше он пьет, тем больше его одолевает желание выпить еще. О таких говорят: «Не умеет пить. Меры не знает». Это уже начало болезни. И чем раньше такой человек обратится за помощью, тем легче его излечить от недуга. К сожалению, редко кто на этой стадии попадает к врачу. Через несколько лет болезнь обязательно перейдет в новую стадию. Появляется похмельное явление. Здоровый человек на следующий день после «пира» теряет аппетит, испытывает состояние алкогольного опьянения. Алкоголик тоже «болеет». Но он чувствует себя плохо не оттого, что перепил накануне, а оттого, что не выпил сегодня.

Всякая болезнь, в том числе и алкоголизм, развивается по своим законам. Практика показывает, что если ее не остановить, наступит полный развал личности.

Уговорить человека, страдающего алкоголизмом, лечиться — дело не простое, требующее большой настойчивости не только от врача, но и от родственников больного, товарищей по работе. Несомненно, что условия лечения для тех, кто по собственной воле пришел к врачу, и для тех, кого направили, различны. Неоднократно приходилось слышать, что многие не идут на лечение из-за боязни потерять свое доброе имя, т. е. боязни огласки. Идя навстречу пожеланиям, в отдельных случаях не зашедших случаям наркологический кабинет ММК предлагает анонимное лечение. Большой будет лечиться, не называя своего имени, должности и места работы. Надо сразу оговориться, что подобные условия лечения не будут применяться к больным, направленным на лечение принудительно.

Чем раньше начнется лечение, тем больше шансов у больного отвести от себя беду.

А. БРУСНИКИН,
врач-нарколог.



Пятьдесят лет тому назад в степь у горы Магнитной прибыли первые строители нашего города. На голом месте, там, где не было и деревьев, стали они возводить цехи и жилые дома. Вместе со строительством люди сажали деревья. Трудно приживались они в степи. Но заботы людей помогли им окрепнуть и подняться. Сейчас наш город по праву гордится своим зеленым нарядом. Десятки парков, скверов и аллей радуют магнитогорцев свежестью зеленой листвы.

На снимке: в одном из парков города.
Фото П. Хныкина.

О СРОКАХ ХРАНЕНИЯ ПРОДУКТОВ

В настоящее время учащаются случаи пищевых отравлений, заболеваний, которые возникают при употреблении еды, загрязненной микробами.

Микробы в громадных количествах находятся в окружающей нас внешней среде: в воздухе, почве, на окружающих предметах. При всех благоприятных условиях (влага, тепло, питательная среда) размножение

микробов происходит чрезвычайно быстро. На самом деле этого не происходит, так как микробы быстро гибнут под воздействием солнечного света, высокой температуры, высушивания. Губительное воздействие на микробов оказывают растворы хлорамина, хлорной извести и другие химические вещества. Холод, крепкие растворы сахара и поваренной соли, хотя и не убивают,

но препятствуют размножению микробов. Зная это, можно успешно бороться с вредными для организма микробами.

Очень важным условием для хранения продуктов в холодильнике является достаточная циркуляция холодного воздуха, что достигается не очень плотной загрузкой холодильника продуктами. Каковы же сроки и условия хранения особо

скоропортящихся продуктов?

Предельные сроки хранения пищевых продуктов на холоде следующие: птица, мясо и рыба мороженые — при температуре плюс 2°C — до 3—5 суток, мясные копчености — до 10 суток, яйца и жиры — до 20 суток. При нарушении условий и сроков хранения пищевые продукты могут стать причиной отравлений.

Наименование продуктов	Сроки хранения в часах	
	при отсутствии холода	при наличии холода
Мясной фарш (в незаправленном виде)	изготавливается по мере надобности и подлежит немедленной реализации	не более 6 часов
Мясные и рыбные котлеты (полуфабрикаты)	то же	не более 12 часов при температуре не выше плюс 6°C
Мясо, нарезанное кусками	то же	не более 24 часов при температуре плюс 8°C
Студень мясной, рыба заливная	не изготавливается	не более 12 часов при температуре плюс 6°C
Готовые котлеты	употребляются тотчас по изготовлению	не более 24 часов
Консервы вскрытые	не более 3 часов при условии немедленного изъятия из жестяной тары	не более 6 часов
Винегрет, салат из овощей с мясом или рыбой	не более 6 часов при условии изготовления на месте	не более 12 часов при условии хранения в незаправленном виде

Наименование продуктов	Сроки хранения в часах	
	при отсутствии холода	при наличии холода
Рыба горячего копчения	не более 6 часов	не более 72 часов
Колбасы, субпродукты вареные	не должны храниться	не более 48 часов
Колбасы ливерные 3-го сорта, кровяные 3-го сорта	то же	не более 12 часов при температуре не выше плюс 6°C
Сосиски мясные и сардельки	то же	не более 48 часов (хранение в подвешенном состоянии)
Рыба жареная	не более 12 часов	не более 48 часов
Пырожные (торты) со сливочным кремом	не более 6 часов	не более 36 часов при температуре не выше плюс 6°C
Пырожное (торты с заварным кремом)	не должны храниться	не более 6 часов
Со сливочным кремом	не должны храниться	не более 36 часов
Молоко бутылочное, фляжное, сливки	то же	не более 36 часов
Творожная масса, сырки творожные	то же	не более 36 часов при температуре не выше плюс 6°C

ТВ

СУБВОТА, 15 сентября

Шестой канал

8.00. «Время». 8.40. Утренняя гимнастика. 9.05. «АВВГДейка». 9.35. «Для вас, родители!». 10.05. «Инспектор Гуля». Телевизионный художественный фильм. 2-я серия. 11.15. «Вранск». Телевизионный документальный фильм. 11.30. Музыкальная программа «Утренняя почта». 12.00. «Больше хороших товаров». 12.30. «Тираж «Спортлото». 12.45. Архитектура Московского Кремля. «Стены и башни». 13.15. «Победители». 14.30. «Сегодня в мире». 14.45. «Здоровье». 15.30. «Радуга». III Международный фестиваль телевизионных программ народного творчества. Швеция. 16.00. «Очевидное — невероятное». 17.00. «Музыкальный магазин». «Семь друзей Юссине». Мультфильмы. 17.25. «По вашим письмам». Музыкальная программа к Дню работника леса. 18.10. Беседа на международные темы политического обозре-

вателя газеты «Правда» Ю. А. Жукова. 18.55. «Кинопанорама». 20.30. «Время». 21.05. Чемпионат СССР по футболу. «Динамо» (Тбилиси) — «Спартак». 22.35. «Мелодии и ритмы зарубежной эстрады». 23.25. Новости.

Двенадцатый канал

9.05. «Пост». «Шумит дубрава». Телевизионные фильмы к Дню работника леса. 9.35. Программа мультфильмов. 10.05. К Дню работника леса. Концерт.

ЦТ. 11.00. «Да здравствует кино!». Документальный фильм. 11.30. «Наш сад». 12.00. «Русская речь». 12.30. Песни А. Вилаша. 12.50. «Шахматная школа». Передача 2-я. 13.20. «Поэзия». С. Островой. 14.50. «На арене цирка». 15.35. «Жизнь науки». 16.05. «А ну-ка, девушки!». 17.25. «Знай и умей». 18.00. Народные мелодии. 18.10. «Большая любовь Балзана». Телевизионный многосерийный художественный фильм. 5-я серия — «Встреча в Санкт-Петербурге», 6-я серия — «Канатоходцы». 20.00. «Мамина школа». 20.30. Выступление вокально-инструментального ансамбля «Пламя». 21.00. «Все начинается с детства». Телевизионный документаль-

ный фильм. 22.00. Челябинские новости. 22.15. «По музеям и выставочным залам». 22.50. «Фестивали, конкурсы, концерты...». 23.40. «Огнинные дороги». Телевизионный многосерийный художественный фильм. 4-я серия.

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 16 сентября

Шестой канал

8.00. «Время». 8.40. «На зарядку становись!». 9.00. «Будильник». 9.30. «Служу Советскому Союзу!». 10.30. «В гостях у сказки». «Айболит и Бармалей». «Краденое солнце». Мультфильмы. 11.10. Сегодня — День работника леса. 11.30. «Музыкальный киоск». 12.00. «Сельский час». 13.00. К Дню провозглашения независимости Мексики. Кинопрограмма. 13.40. «Театральный спектакль». А. Корнейчук — «Платон Кречет». 15.55. К Международному году ребенка. Премьера документального фильма «Пионерия Страны Советов». 16.15. «Клуб кинопутешественников». 17.15. «Леопольд и золотая рыбка». Мультфильм. 17.30. «Международная панорама». 18.15. «Песня-79». 18.45. «Незабываемые киноленты» — «Десять дней одного года». Художественный

фильм. 20.30. «Время». 21.05. «Для вас, труженики села!». Концерт. 22.25. Новости.

Двенадцатый канал

ЦТ. 11.00. Программа документальных фильмов к Дню работника леса. 12.10. «В мире животных». 13.10. Музыкальная программа «Утренняя почта». 13.40. «Тетра гуляла сама по себе». Автор Н. Слепанова — «Кошка, которая гуляла сама по себе». 15.45. «Движение без опасности». 16.15. «Радуга». III Международный фестиваль телевизионных программ народного творчества. Швеция. 16.45. «Для вас, родители!». 17.15. «Телестудия». 17.45. «Живут в селе художники». Телевизионный документальный фильм. 18.05. «Человек и закон». 18.35. Концерт. 19.05. «Большая любовь Балзана». Телевизионный многосерийный художественный фильм. 7-я серия — «Освобожденный». 20.00. «Здоровье». 20.45. А. Вабаджанян — Четыре песни для фортепиано. 21.00. Чемпионат СССР по футболу. ЦСКА — «Крылья Советов». В перерыве — «Волшебный экран». 23.00. Симфонический концерт. 23.40. «Последний день зимы». Художественный фильм.

ПОНЕДЕЛЬНИК, 17 сентября

Шестой канал

8.00. «Время». 8.40. Утренняя гимнастика. 9.05. «Веселые истории». Телевизионный художественный фильм. 10.20. Очевидное — невероятное. 11.20. Новости. 14.00. Новости. 14.15. Программа документальных фильмов. 15.10. «Объектив». 15.40. Наш сад. 16.10. Концерт. 16.35. «Веселые старты». 17.20. Пятилетка. Год четвертый. 18.00. Спутник кинозрителя. 18.30. Песни А. Пахмутовой. 19.00. Легендарная земля Новороссийска. 19.15. «Молодожены». Телескейталь. 20.30. «Время». 21.05. «Что, где, когда». Телевикторина.

Двенадцатый канал

ЦТ. 17.50. Телефильм. 18.00. Наши гости. 18.30. Новости. МСТ. 18.50. В объективе — реконструкция. ЦТ. 20.10. Вечерняя сказка малышам. 20.20. Перед хоккейным чемпионатом. 20.50. Больше хлеба Родине. ЦТ. 21.00. «Служу Советскому Союзу». 22.00. Челябинские новости. 22.15. Международная панорама. 23.00. Концерт. 23.40. «Уроки жизни». Художественный фильм.

ОБЪЯВЛЕНИЕ

Во вторник, 18 сентября, в Доме музыки состоится очередное занятие литобъединения «Магнит». Начало в 19 часов.

Редактор
Ю. С. ЧЕРЕДНИЧЕНКО.

Труженицы мартовского цеха № 3 глубоко скорбят по поводу трагической смерти **ЗАДОРКИНА** Олега Геннадьевича и выражают соболезнование семье и родственникам покойного.

Коллектив обжимного цеха № 2 глубоко скорбит по поводу смерти **ЛАЗАРЕВА** Владимира Степановича и выражает соболезнование семье покойного.

Коллектив фасоннолитейного цеха глубоко скорбит по поводу смерти **ЛЯМЦЕВА** Пантелей Григорьевича и выражает соболезнование родным и близким покойного.

Пишите, звоните, приходите!

НАШ АДРЕС:

ул. Кирова, 70, 3-й подъезд, 4-й этаж. Телефоны: редактор — 3-38-04; заместитель редактора — 3-50-70; ответственный секретарь — 3-47-04; промшленный отдел — 3-07-98; 3-40-35; партийный отдел — 3-31-33; отдел культуры и быта — 3-14-42; фотолаборатория — 3-47-04.