

COVID-19

## Обхитрили самих себя

**Во втором полугодии 2021 года было возбуждено 503 дела, связанных с фальсификацией сертификатов о вакцинации, и заблокировано 2036 интернет-сайтов по их продаже. Как понять, что документ куплен, и какое наказание за это предусмотрено, пишет «Рамблер.Здоровье».**

По словам директора Центра Гамалеи Александра Гинцбурга, проверить, вакцинирован ли человек на самом деле, можно с помощью специального анализа на наличие маркера препарата. «Люди тратят деньги, а потом за собственные же деньги заболевают и умирают. Они обманывают сами себя. Думают, что действительно привиты, и ослабляют всякие карантинные ограничения. И риск заболевания у них резко возрастает в результате этого. Кроме того, они подвергают смертельной угрозе других», – сказал учёный ТАСС. Он также заявил, что у 80 процентов тяжело перенесших коронавирус сертификаты о вакцинации были куплены.

Адвокат Ольга Крылова рассказала, что ответственность лежит как на том, кто продал поддельный документ, так и на том, кто его приобрёл: «Сертификат о вакцинации является официальным документом, который сейчас в некоторых регионах предоставляет определённые права – например, право на посещение ресторанов, развлекательных учреждений, право работать в сфере услуг и так далее. Уголовные санкции могут быть применены не только к тем, кто изготавливает и продаёт поддельные сертификаты, но и к тем, кто их непосредственно покупает и использует. За это деяние предусмотрена уголовная ответственность по статье 327 УК РФ. Наказание по данной статье – ограничение свободы, принудительные работы или же лишение свободы на срок до одного года».

Здоровье

**Нервная анорексия становится распространённым явлением в наше время. Этот медицинский термин происходит от латинских слов, означающих «отказ от еды».**

Это заболевание психики, которое проявляется в большинстве случаев в подростковом возрасте, когда происходит переход от детства к взрослой жизни. Именно в это время подросток сталкивается со многими взрослыми проблемами. В основном анорексия характерна для девочек в возрасте 13–17 лет. Тревожность, сензитивность, ранимость, чувствительность к средовым воздействиям, острая реакция на критику в свой адрес, зависимость от объекта привязанности – такие дети боязливы, испытывают различные страхи.

Существует множество факторов возникновения анорексии, но хочется выделить несколько особенно важных. В подростковом возрасте ребёнок делает акцент на свою внешность. Он сравнивает свою внешность с экранными «эталонами»: сейчас в свободном доступе интернет-сайты, где ребёнок неразборчиво черпает информацию о так называемом «культе худого тела», с экранов телевизоров и со страниц модных журналов выступают «звёзды» с рекламой похудения. Вся эта информация атакует мозг подростка и парализует его сознание, зомбируя и выставляя внешность как главный ориентир в жизни.

**Человек, больной анорексией, всегда недоволен собой**

Он жалуется окружающим на постоянное одиночество, изъянны внешности, особенно на излишнюю полноту. Подросток любым способом отказывается от еды, а затем уже не может вернуться к нормальной жизни. Такие дети теряют сон, проваливаются в постоянное состояние полудрёмы и страха. Характерно своеобразное поведение: ребёнок становится нетерпимым к любому замечанию

Забора

## Помощь медикам в борьбе с ковидом

**В ситуации пандемии ООО «ММК-УГОЛЬ» в течение года оказывает помощь медицинским учреждениям города Белово. Компания выделяет автотранспорт для обслуживания больных, находящихся на амбулаторном лечении на дому, и для оказания неотложной помощи при вызове врача.**

В начале 2021 года компания «ММК-УГОЛЬ» отозвалась на обращение губернатора Кемеровской области Сергея Цивилева, который в связи с неблагоприятной ситуацией по новой коронавирусной инфекции и в целях недопущения распространения заболевания попросил выделить автотранспорт для ГБУЗ «Беловская городская детская больница» в январе и феврале. Компания, предоставив автомобиль медицинскому учреждению, взяла на себя все заботы об его обслуживании и заправке, а также предоставила водителя. Машина была в распоряжении детской больницы до конца весны 2021 года, пока пандемия не пошла на спад.

– Нам очень помогла дополнительная машина, предоставленная компанией «ММК-УГОЛЬ», – рассказывает главный врач Беловской детской городской больницы Елена Бондарева. – Мы смогли разгрузить свой автопарк, чтобы максимально охватить всех пациентов. Это и



неотложные вызовы, и выезды к детям в возрасте до года, и посещение семей. Благодаря наличию дополнительного транспорта наши пациенты оперативно получали необходимую помощь.

В конце лета, когда пандемия снова взяла верх, ООО «ММК-УГОЛЬ» обеспечило транспортной поддержкой поликлинику Беловской городской больницы № 2 в Новом городке. Это территория, на которой проживают большинство работников компании.

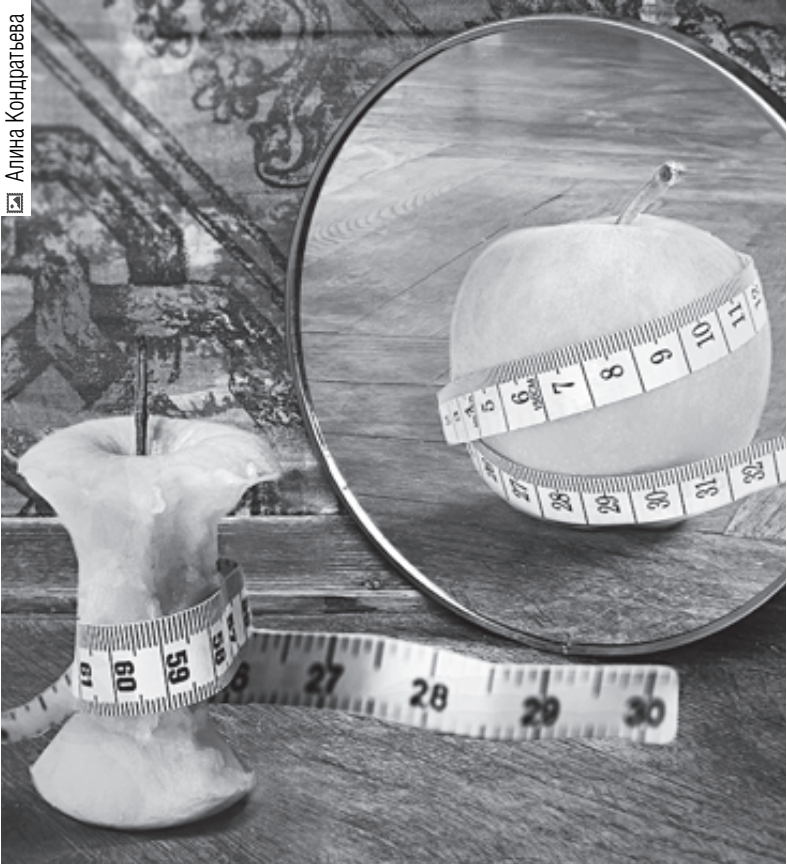
Дружба компании «ММК-УГОЛЬ» со здравоохранением города Белово не ограничивается транспортной по-

мощью во время пандемии. Угольная компания несколько лет назад помогла с ремонтом детской поликлиники в 3-м микрорайоне и поликлиники Беловской городской больницы № 2 – привели в порядок крыльцо и несколько кабинетов, установили в них новые окна и двери.

На территории Беловского городского округа расположено большинство активов ООО «ММК-УГОЛЬ» и, являясь социально ориентированной, компания активно взаимодействует с городскими властями, оказывая поддержку практически всем сферам социальной инфраструктуры округа.

## «Модная» болезнь

**Анорексия – это некий способ самоуничтожения, когда человек не может наладить гармоничные отношения с миром**



о еде или фигуре, делает всё наперекор.

Анорексия – это некий способ самоуничтожения, когда не получается наладить гармоничные отношения с миром, принять всё окружающее таким, какое оно есть, а так как ребёнок является частью мира, то отсюда – непринятие себя. Это некий вызов обществу, миру. И самый главный фактор, который влияет на возникновение «нервной анорексии», – когда подросток сталкивается с непониманием, конфликтами, с проблемами в

общении со сверстниками, с отсутствием психологической близости в семье, одиночеством, потерей смысла жизни. Отсюда возникновение депрессии.

Большое влияние на ребёнка оказывают отношения в семье. Если отношения между родителями или другими членами семьи тёплые, есть взаимопонимание, уважение со стороны друг друга, где на первый план выступает не забота о внешности, а забота о духовно-нравственной составляющей человека, то такие отношения

послужат хорошим примером для развития здоровой личности в целом. Родители, родственники служат главным примером в жизни подрастающего человека. В здоровой семье дети находят поддержку со стороны взрослых, при столкновении с проблемами они обращаются к близким за советом, помощью. Таким образом, решается сразу множество встающих перед подростком проблем, в частности обретение смысла жизни, где главным является служение людям, обществу.

**Имея смысл жизни, человек никогда не будет одинок, он не будет стремиться изменить мир, понимая, что для этого нужно изменить себя**

Он будет с пониманием, терпением, любовью, заботой, относиться к родителям, родственникам, сверстникам, учителям, власти, начальству. И люди, имея перед глазами такой пример, будут меняться рядом с таким человеком. Заметьте, не внешний фактор играет ключевую роль в жизни подрастающего поколения, а именно внутренний. Таким образом, духовно здорового человека не смогут сломить никакие «экранные эталоны», куклы Барби с тонкой талией, всевозможные рекламы, травмирующие неокрепшую детскую уязвимую психику, которая, как губка, впитывает всё, что происходит вокруг.

Но если эта беда уже произошла, то родители должны незамедлительно обратиться за помощью к специалистам. Если случай не запущенный, то можно лечиться и амбулаторно под регулярным наблюдением врача и психолога. Лечить такого ребёнка нужно

любовью, чтобы он расслабился, увидел заботу, доверился и почувствовал себя в безопасности.

Как и многие заболевания, анорексию лучше предотвратить, чем лечить. Профилактические меры довольно просты. Родители должны стремиться растить ребёнка в мире и согласии, не должно быть расхождений в воспитании подростка. Нельзя затрагивать тему внешности, диет, способов совершенствования фигуры. Нужно делать акцент на хорошей стороне характера ребёнка. Родители должны обязательно привлекать его к оказанию помощи семье: покупать продукты, готовить еду, делать уборку, ухаживать за пожилыми родственниками, домашними животными. Таким образом, подросток почувствует себя неотъемлемой частью общества.

В семьях, где происходят частые семейные неурядицы, расторжение брака родителей, звучат необдуманные «комплименты» фигуре подростка – причём особенно остро реагируют девочки на реплики отцов, – ребёнок, с его гормональными изменениями в организме, будет реагировать деструктивным поведением. Поэтому даже если подростку действительно необходимо похудеть, то любые замечания или советы следует давать в деликатной форме, наедине, не публично. Вот об этом надо знать родителям, педагогам, учителям.

И последнее. Дорогие родители! Если вы хотите вырастить своих детей психически здоровыми, будьте хорошим примером для них. Чтобы ваши слова не шли в разрез с делами. Сохраняйте гармоничные отношения со всеми членами семьи, не ссорьтесь, сохраняйте душевный мир, знайте, что ваша жизнь, дела, слова находятся под прицелом глаз и ушей ваших детей. Почаще говорите с детьми, делайте общие дела по дому, вместе отдыхайте, обнимайте их, тогда это заболевание пройдёт мимо ваших детей.

Елена Иванова, заведующая психологическим центром ГБУЗ ОПНБ № 5