

# Голос времени

Суббота, 16 июня 2001 года

№48 (6183)

ИНДЕКС  
54022

Общественно - политическая газета Кировского района Ставропольского края

## С праздником, медицинские работники!

### И пусть хватит сил!

Завтра, 17 июня, - профессиональный праздник медиков. Скажем прямо, что в нелегких условиях приходится сегодня работать людям в белых халатах, но в канун праздника не будем говорить о сложных проблемах.

Речь о другом: о высоком профессионализме и огромной самоотдаче наших докторов, медицинских сестричек, санитарочек, всех, кто работает в отрасли «здравоохранение», исцеляет, спасает больных, делает для этого все возможное и невозможное.

В нашем районе работают десятки прекрасных специалистов, имеющих сертификаты, квалификационные категории, 4 врача носят звание «Заслуженный», поэтому многогородные больницы в ЦРБ - нередкость. А это значит, что самоотверженный труд медицинских работников не остается незамеченным.

Это праздник и для коллективов санитарно-эпидемиологической службы, аптек района, где также трудятся высококвалифицированные специалисты, неравнодушные люди.

Уважаемые медицинские работники, в ваших руках самое дорогое, человеческая жизнь, и в отличие от людей других профессий у вас нет одного права: на ошибку, цена которой и есть эта жизнь. Поэтому ваша благородная деятельность связана с огромными нервыми, а зачастую и физическими перегрузками. И все же у вас хватает сил, мужества, знаний, профессионализма, выдержки, человечности, чтобы успокоить больного, вселить в него уверенность в выздоровление и, наконец, поставить на ноги. Спасибо вам за это.

Желаю каждому из вас здоровья, счастья, оптимизма, семейного благополучия, достойной жизни, успехов в лечении больных!

Петр КОЖАН, глава Кировской районной государственной администрации.

### «... так назначено судьбой для нас с тобой - служба дни и ночи»...

Ведь это сказано и про нас, дорогие коллеги!

Медицина - не просто профессия, это судьба. Не каждый сможет вынести столько боли, смерти на своих плечах. Но и не каждому дано почувствовать безграничное счастье победы, когда смерть в очередной раз отступила. Люди в белых халатах стоят на страже здоровья от первого крика новорожденного до последнего вздоха умирающего. Люди в белых халатах отважно шли на поле боя, спасая раненых, отдавали им свою кровь, люди в белых халатах - в первых рядах спасателей, люди в белых халатах всегда готовы прийти на помощь, для них не существует понятия дня и ночи, праздников и выходных. Медицина - это великая миссия и выполнять её следует с полной самоотдачей. Иначе просто не получится.

А потому всем вам - врачам, сестричкам, няням, санитаркам - самый низкий поклон, слова искренней благодарности и пожелания счастья, здоровья, долголетия, благополучия, мира, профессионализма, спокойствия, уверенности в себе.

От души поздравляем с праздником и наших коллег: работников аптек и санитарно-эпидемиологической службы района!

Анатолий СУХИН, главный врач Кировской ЦРБ.  
Людмила ЮЩЕНКО, председатель профсоюзной организации.

### Всегда готовы

Самых добрых слов заслуживают водители ЦРБ. Они сами ремонтируют свои машины, не допуская их простаю. Например, автомобили «скорой помощи», за баранки которых садятся братья Владимир и Александр Васюры, всегда в полном порядке и готовы к выезду.

### «Эфос»

В этом году администрация ЦРБ приобрела для межрайонной лаборатории диагностики СПИДа иммуноферментный анализатор последнего поколения «Эфос». Он позволяет дать окончательный ответ на вопрос, болен ли человек СПИДом.

Я сижу в машине «Скорой помощи» вместе с заведующей СПИД-лабораторией Л.Н. Змиревой и заместителем главного врача ЦРБ И.С. Ивах. У них плановый выезд кураторов, а я - «за компанию», в преддверии Дня медработника. Коротаем путь за разговором...  
Кое-что удалось записать.

«Фельдшером на хуторе Крупско-Ульяновском Надежда Герасимовна Белецкая работает с апреля 1971 года. Этот пункт один из самых красивых и уютных во всем районе. Вокруг разбиты газоны, внутри очень много живых цветов - их очень любит Надежда Герасимовна, сама за ними ухаживает. Есть у нее процедурный ка-

### Поздравляем!

Кировскую центральную больницу представляла врач высшей категории, заведующая терапевтическим отделением поликлиники Ольга Григорьевна Сулейманова.

По итогам тестового контроля она заняла первое место. Во втором этапе, состоявшем из трех конкурсов - приветствие, защита эмблемы и хобби, - нашей участнице помогли танцевальная группа детской музыкальной школы города, детский образцовый ансамбль «Станички» и руководитель группы «Март» Юрий И-Кругляков. Результат - третье место и прилагающиеся к нему звание «Отличник здравоохранения» и премия в 10 тысяч рублей.



### Чтобы было уютно

Пять лет существует в ЦРБ комплексная ремонтная бригада, которая проводит все аварийно-восстановительные работы. Поэтому больница имеет возможность не привлекать подрядчиков и экономить средства.

В начале мая закончен внутренний ремонт травматологического отделения, заведует которым заслуженный врач РФ В.П. Задорожный. Все палаты заново побелены и покрашены, в них заменены плинтусы и электропроводка, в туалетах - санфаянс. С душой, нестандартно отделана столовая. И во все время ремонта в отделении продолжали лечить больных.

За месяц закончена реконструкция кровли на корпусе, где расположены травматология и неврология.

Работы финансировали больница, администрации района и города, спонсоры.

## Не только умение лечить

бинет, для приема малышей - уголок здорового ребенка, небольшая аптека, чтобы не ездили люди за каждой мелочью в Старопавловскую или в район.

Вот уже 30 лет лечит Надежда Герасимовна своих земляков-хуторян, наблюдает за беременными, знает каждого новорожденного, проводит дородовой и послеродовой патронаж, проверяет, все ли готово к появлению в семье малыша. Прививки взрослым и детям, флюорообследование - тоже на ее плечах. Если нужно, она окажет первую помощь, грамотно наложит шину, перевяжет. Надо - и роды примет. Любый фельдшер - это медсестра и немного врач в од-

ном лице. Сама ставит первый диагноз, сама колет больных, проверяет, все ли таблетки Иван Иванович или Мария Петровна пьют, как назначено.

Она знает наперечет болячки всех и каждого, все знают ее и всегда рассчитывают на ее отзывчивость. При надобности идут домой, вызывают, и она сама всегда безотказно приходит к каждому.

У Надежды Герасимовны все всегда вовремя, все аккуратно и добросовестно. В прошлом году ее фельдшерский пункт и пункт поселка Фазанного отлицензированы по второй категории - выше просто быть не может.

Ирина Сергеевна заканчивает рассказ, а мы подъезжаем к ФП Фазанного...

(Окончание на 2 стр.).

### Парку быть!

Этой весной врачи, медсестры, санитарки высадили на территории центральной районной больницы более 450 деревьев и кустарников. Это значит, что через три-четыре года на площадке, выходящей на улицу Кирова, зазеленеет молодой парк. Зашумят на радость людям липы, сосны, березы, рябины.

Все саженцы медики принесли из дома. Теперь у каждого отделения своя аллея, за которой оно ухаживает.

### Учимся

На первую, вторую и высшую категории с начала этого года аттестованы 35 медсестер района. Высокий уровень их подготовки отметили краевые специалисты.

С начала года в больнице Новопавловска с циклом лекций побывали специалисты Ставропольского медицинского колледжа. Удостоверения о прохождении курсов повышения квалификации получили 115 фельдшеров и медицинских сестер различных отделений. Кроме того, им присвоена квалификация и выдан сертификат. Курсы повышения прошел и 41 медработник детских садов, школ и автохозяйства района.

### Просто электрик

Владимир Иванович Щемин работает в Кировской ЦРБ более 10 лет. На его шею «висит» все электроснабжение ЦРБ и лечебно-профилактических учреждений района. Ремонтирует электропроводку и отвечает за эксплуатацию лифтов тоже он, а они, кстати, старше 15 лет, но, благодаря золотым рукам Владимира Ивановича, продолжают успешно бегать вверх-вниз, пребывая в исправности, как и все в хозяйстве этого электрика Божьей милостью.

### Своя аптека

Вот уже 2 года в ЦРБ работает внутрибольничная аптека. Она выпускает 27 наименований растворов для внутривенных вливаний, наружного и внутреннего применения, капель и порошков.





# ...А на закуску йогурт

### Почему американцы живут дольше, чем россияне?

Средняя продолжительность жизни американцев - одна из самых высоких в мире. 50-летний рубеж в Америке не старость, а середина жизни, период активной самореализации.

Ежегодно снижаются показатели смертности от сердечно-сосудистых заболеваний. Одна из причин - борьба с холестерином, опасным врагом, накапливающимся в кровеносных сосудах. Но сегодня мы поговорим еще об одном условии долголетия, которому в Америке придается первостепенное значение, - гигиене на кухне. Отсутствие видимой грязи на кухне - это еще не гарантия того, что вашему здоровью ничего не угрожает, утверждают американские ученые. Основную опасность представляют пищевые бактерии. Отравления едой не всегда вызывают бурную реакцию организма, такую, как рвота, боли в животе, головокружение или потеря сознания. Иногда просто побаливает голова, вы чувствуете слабость или сонливость, не можете сосредоточиться. А причина, например, во вчерашнем безобидном рисе, который вы сварили вечером и оставили на плите до утра.

По мнению американских диетологов, никакое блюдо, даже овощное или мучное, нельзя оставлять на столе бо-

лее чем на полтора часа. Единственным оправданием того, что пища находится не в холодильнике, служит одно - она еще горячая. Ведь комнатная температура способствует быстрому размножению болезнетворных бактерий, которые обычно уже содержатся в продуктах.

Вот несколько правил, которым следуют американцы.

● Если вы открыли банку мясных консервов или консервированных фруктов, переложите содержимое в стеклянную или пластмассовую посуду с плотно закрывающейся крышкой и поставьте в холодильник.

● В доме должно быть, по крайней мере, четыре разделочные доски. Отдельно для мяса, рыбы, овощей-фруктов и готовых продуктов. Лучше, если эти доски будут сделаны

из пластика, который хорошо моется. Все кухонное оборудование, которое было в контакте с сырым мясом, американцы обрабатывают дезинфицирующими и моющими средствами.

● Чтобы снизить опасность заболевания сальмонеллезом, американские врачи рекомендуют обязательно мыть куриные яйца перед употреблением.

А теперь несколько слов о враге наших сосудов - холестерине. В отличие от нас, традиционно готовящих пищу с большим количеством масла и налегающих на мучное, большинство американцев лихорадочно подсчитывают не только калории в своем рационе, но и количество жира и холестерина в покупаемых продуктах.

**Вот примерное дневное меню среднего американца.**

**Завтрак:** тарелка хлопьев с одним стаканом обезжиренного молока, немного свежих фруктов.

**Закуска:** низкокалорийное печенье, немного джема и горстка винограда.

**Обед:** салат из свежих овощей с соусом, не содержащим жира, бутерброд с рыбой или курицей.

**Ужин:** спагетти с томатным соусом, овощи, небольшой кусок нежирного мяса. Закуска - йогурт, немного свежих фруктов.

Пожоже на постоянную диету, не так ли? Зато результаты прекрасны: американцы в 76 лет активны и жизнерадостны. Надо сказать, что этот возраст всего лишь средняя продолжительность жизни в США.

## Вы просили рассказать

### Козье молоко лучше коровьего



Оно снижает не только симптомы аллергии, но и вероятность ее осложнения.

У козьего молока много достоинств. Многочисленные исследования ученых подтверждают: многие из детишек, не переносящих коровье молоко, достаточно хорошо воспринимают козье. Дело в том, что белки козьего молока в большей степени напоминают белки женского.

В процессе расщепления в организме белки любого молока сворачиваются. В желудке оно превращается в сгусток. Однако молоко коз, как и грудное, свораживается в более мягкие и мелкие хлопья, чем коровье. В результате получается комочек, меньший по своим размерам и плотности. Он значительно легче переваривается, чем продукты расщепления коровьего молока.

И еще в козьем молоке отсутствует тот самый белок, который в коровьем молоке часто вызывает аллергию у детей. В самом раннем возрасте он нередко приводит к тяжелому заболеванию - atopическому дерматиту. А позже аллергия может перейти в бронхиальную астму. Питание козьим молоком значительно снижает не только симптомы болезни, но и вероятность осложнения.

Обычные детские питательные смеси на коровьем молоке нередко вызывают у малышей-искусственников кишечные колики. Смеси на основе козьего молока способны помочь им избавиться и от подобной проблемы.

По последним научным данным, это молоко лучше переносится детьми, страдающими различными нарушениями пищеварения. Причем маленькими, питающимися детскими смесями на основе козьего молока, растут и набирают в весе ничуть не хуже тех, кто получает коровье молоко.

Козье молоко также значительно превосходит коровье по количеству витамина А, укрепляющего зрение и кожу. А также содержит больше витамина РР. Этот витамин способствует улучшению окислительных процессов в организме.

Но есть одно "но": в молоке коз меньше железа, чем в коровьем. Его мало и в женском. Однако то небольшое количество железа, которое есть в грудном молоке, почти полностью усваивается в организме детишек.

В козьем молоке, по сравнению с коровьим, меньше фолиевой кислоты и некоторых витаминов группы В. Это значит, что нельзя использовать козье молоко в качестве единственной пищи для детей первого года жизни.

Материнское молоко всегда было и остается вне всякой конкуренции. У детей-искусственников, которые страдают повышенной чувствительностью к коровьему молоку, выбор не слишком велик. Коровье молоко тоже нередко становится причиной аллергии у младенцев. Так что если у вас один из вариантов - козье молоко или детское питание на козьем молоке.

У соевых огурчиков польза колоссальная. Они аппетитно хрустят, отличаются отменным вкусом и прекрасно возбуждают аппетит. К тому же соевые огурцы стимулируют выделение пищеварительных соков гораздо лучше, чем любая другая пища. В них содержится 3% поваренной соли, достаточно много кальция - 2,5% и фосфора - 2%. В свою очередь, усиленное выделение желудочного

### О соевых огурцах

сока обеспечивает хорошее переваривание даже тяжелой пищи и позволяет организму полностью усваивать все полезные вещества. Если вы склонны к отекам и появлению некрасивых мешков под глазами, не нужно есть соевые огурцы после семи часов вечера, так как они задерживают жидкость в организме. Тогда с утра у вас будут припухшие веки, а это вряд ли кому-то понравится.

### Дистанционное обучение

## Доступное качественное образование

За последние годы перед абитуриентами открылся широкий выбор не только вузов, но и форм обучения. Сегодня традиционное и современное, платное и бесплатное образование предлагают различные государственные и негосударственные вузы.

Естественно, что такое разнообразие, с одной стороны, затрудняет выбор, с другой - делает его более осознанным. Доступность, качество, престижность образования - вот главные требования абитуриентов. Им старается соответствовать **Пятигорский филиал Современного гуманитарного института**, являющегося одним из структурных подразделений Современного гуманитарного университета (СГУ).

В наше время модель высшего образования признается оптимальной, если она сочетает индивидуальную работу студента, имеющего возможность широкого выбора формы обучения, и эффективные дистанционные методы образования. Важнейшими компонентами дистанционной технологии

обучения являются: информационная спутниковая учебная сеть, основы которой - наука не только в российском, но и международном масштабе, - это возможность иметь на мощном сервере электронную библиотеку, ни в чем не уступающую библиотеке МГУ; компьютерные обучающие программы, компьютерные читальные залы; телевизионные видеозалы для просмотра видеолекций, транслируемых как в прямом эфире, так и в записи, слайдлекции и т.д.

Что отличает новые технологии, воплощаемые в жизнь СГУ?

1. Система индивидуального учебного планирования - это составление для каждого студента индивидуального учебного плана, различающегося как по содержанию, так и по темпу обучения, по усмотрению самого студента.

2. Система академической мобильности обучающихся - это возможность выпускникам, получившим диплом бакалавра, продолжить обучение и приобрести квалификацию специалиста или магистра с дипломами отечественных и зарубежных вузов. СГУ имеет Британ-

скую аккредитацию. Наш диплом получил международное признание и служит официальным документом на всей территории Европы.

3. Виртуально-тренинговая система обучения - это индивидуальный выбор студентом виртуального режима обучения и закрепления знаний на индивидуальных и групповых тренингах.

Развитие телекоммуникационных технологий является стратегическим. Сегодня спутник, используемый СГУ, охватывает территорию от Северного Ледовитого до Индийского океанов, включая все страны СНГ, а также некоторые страны дальнего зарубежья. На этом пространстве СГУ имеет 200 филиалов и представительств. К их списку добавляется и представительство дистанционного обучения Пятигорского филиала СГУ, открываемое в Новопавловске.

Ждем вас по адресу: СШ № 13, кабинет № 105, в будние дни, с 9.00 до 13.00. Телефон: 2-22-08.

**А.Т. НАЙМАНОВ,** директор ПФ СГУ.

**Ответы на кроссворд, опубликованный в среду, 13 июня по ГОРИЗОНТАЛИ:**  
3. Геракл. 5. Одиссей. 7. Единорог. 9. Вурдалак. 11. Ведьмы. 14. Нимфа. 17. Аполлон. 18. Веста. 19. Янус.  
**ПО ВЕРТИКАЛИ:**  
1. Гефест. 2. Медея. 4. Кентавры. 6. Саламандра. 8. Фавн. 10. Дионис. 12. Дракон. 13. Тантал. 15. Фавна. 16. Илья. 17. Аид.

### БЛАГОДАРНОСТЬ

Выражаем глубокую благодарность всем, кто разделил с нами горечь утраты нашей мамы и бабушки **Антонины Семеновны Дорошенко**. Особо благодарим заведующую отделением социальной помощи **Т.Н. Черкасову** и директора Центра социального обслуживания **Р.В. Золотухину**.  
**Семья Гаркавенко.**

### ПРОДАЕТСЯ

**3-КОМНАТНАЯ КВАРТИРА** в г. Новопавловске в доме по улице **Мира, 143, кв.6.**  
Обращаться: телефон 67-1-95.  
(005254)

Частное предприятие выполнит работы: **ЗАГРЯВИРУЕТ** и **ЗААСФАЛЬТИРУЕТ** подворья и подъездные пути частным лицам, фермерским хозяйствам, а также тока и складские помещения.  
Цена договорная.  
Телефон: 2-10-75. (2-2) (005252)

Кировский РС РОСТО объявляет набор на курсы водителя категории «А», «В», «С», «Е».  
Обращаться по адресу: г. Новопавловск, ул. Ленинская, 99. Телефон: 4-20-68. (2-3) (005251)

Учредитель: Кировская районная государственная администрация.  
Время подписания в печать по графику - в 14.00.  
Подписано - в 14.00.

Газета зарегистрирована Региональной инспекцией по защите свободы печати и массовой информации (Ростов-на-Дону). Регистрационное свидетельство № Р 1169.  
Газета выходит два раза в неделю - по средам и субботам.

Адрес редакции: г. Новопавловск, ул. Октябрьская, 4.  
Телефоны: главный редактор - 2-04-20; отдел социально-бытовых проблем, агропромышленный отдел - 2-27-94; ответственный секретарь, отдел писем, бухгалтер - 2-03-94; фотокорреспондент - 2-27-94.  
Газета набрана и сверстана на компьютерах в редакции газеты "Голос времени".  
**Главный редактор Г.П. АВАНЕСОВА**

Ответственность за достоверность сведений в публикациях и рекламы несут авторы. Их точка зрения не всегда совпадает с позицией редакции.  
Печать офсетная.  
1 условный печатный лист.