

Знамя труда

общественно-политическая газета

Учредитель: Департамент по общественным связям, коммуникациям и молодёжной политике Тюменской области

Газета основана 1 сентября 1931 года | № 88 (9373). Среда, 1 ноября 2017 года | Ц. 12 р.16 к.

30 ОКТЯБРЯ В РОССИИ - ДЕНЬ ПАМЯТИ ЖЕРТВ ПОЛИТИЧЕСКИХ РЕПРЕССИЙ

УВАЖАЕМЫЕ
ЗЕМЛЯКИ!

В День памяти жертв политических репрессий мы с горечью вспоминаем о трагических событиях в истории нашей страны, об искалеченных людских судьбах, о расправе тоталитарного режима над собственным народом.

Уже восемь десятилетий минуло с 1937 года, когда Большой террор захлестнул нашу Родину, но горечь утраты всё также наполняет наши сердца. Волна репрессий не обошла и наш край. Напоминанием о массовых расстрелах безвинных служат мемориал, установленный в Тюмени во дворе бывшего здания НКВД, памятник на территории Тобольского кремля у стен Тюрменного замка, а также поклонный крест у Богоявленского собора в Ишиме, куда десятки людей каждый год приходят почтить память земляков.

Мы все должны твердо запомнить те страшные страницы истории, чтобы не допускать их повторения. Наш долг донести до молодого поколения выстраданную миллионами жертв истину — никакие идеологические цели не могут быть выше ценности человеческой жизни и свободы.

Губернатор Тюменской области В.В. ЯКУШЕВ.

Без срока давности

Ежегодно 30 октября в России отмечается День памяти жертв политических репрессий. По всей стране проводятся траурные акции и памятные мероприятия в память о миллионах наших сограждан, погибших и пострадавших в ходе политических репрессий.

В районной библиотеке в этот день прошёл вечер-реквием «Правда истории: события и судьбы», в котором приняли участие свидетели этих трагических событий из числа реабилитированных и пострадавших от политических репрессий.



В фойе гости познакомились с выставкой книг репрессированных писателей и поэтов, с галереей фотопортретов репрессированных земляков «И на земле свой добрый след оставить...» и рассказом об их жизненном пути.

В читальном зале библиограф У.М. Трашкова провела устный журнал «Без срока давности», в ходе которого рассказала о трагической эпохе сталинских репрессий в Советском Союзе и в Тюменской области. Ведущая

представила живых свидетелей репрессий и родственников репрессированных — жителей Сорokino, которые поведали горькие истории о том, как отразились репрессии на судьбах их семей.

Главный библиотекарь детского зала А.В. Мейер провела для гостей информационную панораму «Аргументы и факты эпохи». Подробнее об этом событии читайте в следующих номерах «ЗТ».

Марина ЛАКМАН.
Фото автора.



Дорогие друзья! Продолжается подписка на газету «Знамя труда» (на первое полугодие 2018 года). Успейте!

СПОРТ



ОБЪЕДИНЯЕТ!

4 ноября 2017 года Россия, впервые за более чем 40-летнюю историю развития Косики каратэ, будет принимать Чемпионат Мира. Проведение данного исторического мероприятия будет способствовать укреплению международного имиджа России как ведущей страны в проведении мировых спортивных событий, позволит популяризировать Косики каратэ в России и способствовать массовому вовлечению детей, подростков, молодёжи и взрослых в регулярные занятия спортом и боевыми искусствами.

Участие в Чемпионате мира примут представители иностранных спортивных организаций, руководители ключевых министерств и государственных органов, более 500 спортсменов из 35 стран, 5 000 зрителей на трибунах. Освещать мероприятие будут более пятидесяти СМИ (в их числе ИИЦ «Знамя труда»).

За звание чемпиона мира впервые в истории Косики каратэ на московском татами будут сражаться лучшие бойцы из Японии, Канады, США, Индии, Туниса, Австралии, Малайзии, Алжира, Марокко, Мали, стран СНГ и Евросоюза.

Сборная Ассоциации Косики Каратэ России будет представлена сильнейшими, прошедшими горнило отборочных этапов, спортсменами региональных центров развития Косики каратэ Москвы и Московской области, Ульяновска, Уфы, Ростова-на-Дону, Екатеринбурга, Перми, Новосибирска, Барнаула, Новокузнецка, Тюмени, Краснодара, Сочи, Красноярска, Нового Уренгоя, Курска, Самары, Нижнего Новгорода и Санкт-Петербурга.



В составе национальной сборной России на татами выйдут наши земляки - мастера спорта РФ Максим Быков (выпускник ДЮСШ «Сибирь», с.Б.Сорокино - Тюмень), Дмитрий Усов (клуб косики каратэ «Успех», г. Ялуторовск - Тюмень) и детско - юношеская команда.

Следите за нашими новостями в газете "Знамя труда", официальном сайте "Сорокинский район в деталях" (<http://sorokino72.ru/>), региональных СМИ.

Подготовил к печати С. ВАСЮКОВИЧ.

От первого лица

Нарушений не выявлено

ОДНИМ ИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ, КАК РАБОТАЕТ АВТОТРАНСПОРТ В РАЙОНЕ СТАЛИ РЕЗУЛЬТАТЫ ПЛАНОВОЙ ВЫЕЗДНОЙ ПРОВЕРКИ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ТРАНСПОРТА. Проверка проводилась 11 октября этого года Северо-Уральским межрегиональным управлением государственного автодорожного надзора — об этом рассказал заместитель главы района А.М. Полеваев.

— Целью проверки проверяющих было исполнение органами местного самоуправления законодательства Российской Федерации в сфере автомобильного транспорта и дорожного хозяйства при решении ими вопросов местного значения и осуществление полномочий по решению указанных вопросов, а также соответствия муниципальных правовых актов требованиям

законодательства РФ в сфере автомобильного транспорта и дорожного хозяйства.

В задачи проверяющих входило предупреждение, выявление и пресечение нарушений требований, установленных федеральными законами и принимаемыми в соответствии с ними нормативными правовыми актами РФ в сфере автомобильного транспорта и дорожного хозяйства; исполнение органами местного самоуправления и их должностными лицами в сфере законодательства обеспечения процесса перевозки пассажиров на автомобильном транспорте.

Ревизоры проверили нормативно-правовые акты органов местного самоуправления по организации пассажирских перевозок, должностные инструкции, муниципальные правила организации перевозок, документы о порядке допуска

перевозчиков к обслуживанию маршрутов. Также проверке подверглись правила перевозки пассажиров и багажа автомобильным транспортом, положения об особенностях режима рабочего времени и времени отдыха водителей автомобилей, реестр автобусных маршрутов на территории района, его утверждение, количество и тип подвижного состава для обслуживания автобусных маршрутов, разработка и утверждение расписания движений, координации расписаний по видам пассажирского транспорта.

Наличие планов по развитию маршрутной сети, порядок обслуживания автобусных маршрутов, реализация планов, работа администрации со СМИ по вопросам пассажирского авто-транспорта. Поведение обслуживания одного из маршрутов, визуальная оценка заполняемо-

сти автобусов в часы «пик». Организация контроля выполнения договоров перевозчиками.

Вниманию проверяющих были предоставлены организация обслуживания пассажиров на автостанции, организация перевозок школьников, работа с письмами и жалобами по организации пассажирских перевозок, работа администрации по предупреждению ДТП на пассажирских перевозках, общее количество и состояние автомобильных дорог и остановочных пунктов, осуществление муниципального контроля сохранности автомобильных дорог и другое.

— Как видим — проверка была основательной и многоплановой, — подводя итог, сказал Андрей Михайлович Полеваев. Проверка нормативной документации была проведена в администрации района — Отдел

ЖКХ, строительства, газификации, транспорта и связи, Автотранспортное предприятие «Сорокинское» и транспорта учреждений образования. Самое приятное, что по оценке специалистов — нарушений не выявлено. Думаю, это результат совместной работы администрации района, комиссии по обеспечению безопасности дорожного движения, практическая работа с руководителями предприятий и учреждений. Это хороший подарок к профессиональному празднику — Дню работников автомобильного транспорта.

Поздравляю всех водителей и руководителей предприятий, участников прошедшей проверки. Желаю всем претворения в жизнь намеченных планов, успехов в работе и удачи в пути!

Надежда ГУГЕЛЬ.

Сорокино-Москва: обратная связь

Глава района А.Н.Агеев 21 октября принял участие в праздновании 20-летия Западно-Сибирского землячества в Москве. Руководит землячеством в настоящее время Г.И.Шмаль, в составе известные люди – губернаторы Тюменской области и депутаты Государственной Думы, те, кто трудился на просторах нашей необъятной области и Тюменского края в различных областях.

В составе Западно-Сибирского землячества в Москве более 800 членов, и, конечно, не может не радовать наши сердца, что в этой большой общественной организации созданы клубы «Сорокинцы» и «Гармония», в которые входят наши сорокинцы. Напомню наиболее известные для сорокинцев имена – профессор А.Н.Аверин, автор песни о Сорокино А.А.Харюшин, бывший работник министерства финансов Н.В.Сизов, работник министерства рыбного хозяйства В.Ф.Долгих. Не менее известные имена Ларисы Коробовой (Зайцевой), Татьяны Мисюта (Фадеевой), Людмилы Мусатовой (Зубченко), Петра Долгих, Андрея Недогоды, Валентины Каретниковой (Саранчиной), Григория Литвака, Натальи Кашниковой (Приходько) и многих других. Все они не перестали любить свою малую родину – Большое Сорокино и Сорокинский район, об этом и говорят во время редких встреч на сорокинской или московской земле.

Встречи с земляками – это памятное событие для всех, и оно не проходит бесследно. По приезду москвичей на малую родину организуются встречи в учреждениях и организациях с детьми, общественностью и бывшими коллегами, где они делятся воспоминаниями, рассказывают о себе и столичной жизни, о земляках.

Сорокинцы, встречаясь с земляками, рассказывают, как живут сорокинцы, как развивается район, как работают наши учреждения социальной сферы. Всё это наглядно видно в журналах и буклетах про Сорокинский район, которые земляки получают в подарок. Прошлая встреча не стала исключением. В рамках поездки А.Н.Агеев встретился с представителями бизнеса и депутатами Государственной Думы – Эрнестом Валеевым, Анатолием Карповым, с сорокинскими земляками. Встреча была деловой, насыщенной, тёплой и душевной.

Буклет «Сорокинский район в прошлом и настоящем» наглядно показывает, как живет район, его люди. Каждая такая встреча –

это поиск потенциальных инвесторов и путей сотрудничества, как по линии производства, так и социальной сферы, укрепления культурных связей. На дисках с фотографиями – песни в исполнении группы «Визит» и местных авторов, которые с удовольствием слушают наши земляки.

Московские земляки подарили главе диски с видеофильмами о Западно-Сибирском землячестве в Москве, выпущенные к 20-летию, музыкальные диски с произведениями в исполнении братьев Клепаловых – дуэта исполнителей на народных инструментах, песни в исполнении Натальи Кашниковой и приехавшей ранее в Сорокино – Натальи Косминской. Несколько книг, выпущенных нашими земляками о Тюменской области, в том числе с рисунками сорокинских ребят, которые были отправлены в Москву в год 70-летнего юбилея Победы в ВОВ. Все материалы найдут достойное место в районной библиотеке, музее и архиве. Так что каждый из желающих всё может увидеть своими глазами в названных учреждениях.

Кроме того, желающие могут посетить сайт Западно-Сибирского землячества в Москве и познакомиться со множеством материалов, размещенных на различных страничках.

А.Н.Агеев, делясь впечатлениями о поездке и встречах, выразил надежду на продолжение делового сотрудничества при решении вопросов социально-экономического развития района. Александр Николаевич также отметил, что замечательно прошла встреча с С.П.Барышниковым и Н.Коноваловым. Просил выразить благодарность московским землякам за радушный приём и организацию мероприятия. Особую благодарность он высказал в адрес полномочного представителя района Ларисы Александровны Коробовой за решение организационных вопросов и тёплый приём земляков, а также поздравил её с присвоением звания «Почётный член Западно-Сибирского землячества в Москве». Именно Лариса Александровна является связующим звеном при реализации совместных проектов.

На самом торжестве много раз при вручении наград за общественную деятельность звучали имена земляков-сорокинцев, что вызывало чувство гордости. Члены землячества передавали большой привет жителям района.

Надежда ГУГЕЛЬ.

СПОРТ

Сборная Тюменской области заняла первое место в эстафете ГТО на летнем фестивале в «Артеке»

Сборная Тюменской области заняла первое место в эстафете ГТО на летнем фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди обучающихся образовательных организаций, который проходит в Международном детском центре «Артек».

За победу в эстафете ГТО сражались 85 команд из разных регионов страны, в каждой по 8 человек. Дистанция составила 400 м и включала 8 этапов: вязка туристического узла «восьмёрка», тоннель, бег с препятствиями, бег по кочкам, далее два этапа с препятствиями (собрать и разложить), бег через гимнастические палочки и бег на 50 м.

Соревнования состоялись 30 октября и стали заключительными в рамках спортивной программы фестиваля. Впереди – творческие состязания и борьба за звание лучшей агитбригады на тему «Займись спортом! Участвуй в ГТО!».

На сегодняшний день сборная Тюменской области в командном зачёте занимает 9 место. В личном зачёте среди девочек и мальчиков лучший результат среди тюменцев – у Бажены Мукатаевой из Викуловского района. Она на 4 месте в рейтинге. Напомним, финал летнего фестиваля ВФСК ГТО среди школьников проходит с 18 октября и завершится 8 ноября.

В сборную Тюменской области вошли восемь ребят – представители Тюмени, Ялуторовска, Тюменского, Викуловского, Сорокинского и Вагайского районов.

Источник: Департамент по спорту Тюменской области.

Отдых с пользой для здоровья

29 ОКТЯБРЯ ВОСПИТАНИКИ СТАРШЕЙ ГРУППЫ МАУ «СЦРР-ДЕТСКОГО САДА №1», ИХ РОДИТЕЛИ, А ТАК ЖЕ ВОСПИТАТЕЛЬ ПОДЛИПАЕВА НАТАЛИЯ СЕРГЕЕВНА ПОСЕТИЛИ СПОРТИВНЫЙ ЦЕНТР «СИБИРЬ», ГДЕ ИХ ЖДАЛА УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ЭСТАФЕТА «ОТ ВЕСЁЛЫХ СТАРТОВ – ДО ОЛИМПИЙСКИХ ВЕРШИН» В РАМКАХ ВОСКРЕСНОГО СЕМЕЙНОГО ОТДЫХА «КЛУБ ВЫХОДНОГО ДНЯ».



Перед началом состязаний всем участникам была предложена шуточная зарядка, где каждый от души посмеялся и зарядился энергией на предстоящие старты. Ну, а в эстафете забавными казались не только юные участники, но и их родители, которые с неподдельным азартом старались выполнить каждое задание быстро, ловко и задорно. Было всё: и перенос мяча парами головой, и езда на рыбках, и опасное «минное поле», где детки вели родителей сквозь импровизированные «зарядные устройства», и ведение мяча необычным способом – обручем... В общем, «весёлыми стартами» остались все довольны, даже болельщики, подбадривающие своих родственников и не только своих.

В завершении мероприятия гостям был предложен батут. «Повеселились на славу! Спасибо Вам! Приглашайте нас ещё!» – с

такими словами благодарности покидали стены Центра родители, детки и активная, лучезарная воспитатель Наталия Сергеевна.

Думаем, что встреча надолго останется в памяти юных любителей спорта, а напоминать им об этом будут грамоты, подаренные инструкторами-методистами, которые расположатся в уголке группы.



«Светлячки» победили!

20 ОКТЯБРЯ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ «СИБИРИ» СОБРАЛИСЬ САМЫЕ ЮНЫЕ ПРЕДСТАВИТЕЛИ ШКОЛ – ТРЕТЬЕКЛАССНИКИ, ЧТОБЫ ДОКАЗАТЬ ДРУГ ДРУГУ, КТО ИЗ НИХ САМЫЙ БЫСТРЫЙ И ЛОВКИЙ В VII СПАРТАКИАДЕ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ «В БУДУЩЕЕ СО СПОРТОМ».



Четыре команды представителей трёх школ «столкнулись» друг с другом в спортивной эстафете «Весёлые старты». Они бегали, кидали мяч в обруч, перепрыгивали всей командой через скакалку, передвигались на четвереньках, но главным в состязании было показать себя настоящей командой. И ребята прекрасно с этим справились! Некоторые этапы эстафеты были довольно трудными в исполнении, а некоторые – весёлыми и забавными, но юные спортсмены относились ко всем испытаниям с большой серьёзностью, ведь они отстаивали честь класса и школы, доказывая тем самым, что они лучшие.

По итогам соревнований все участники, конечно же, получили заслуженные грамоты и сладкие призы. Команда «Светлячки» из 3«а» класса СОШ №1 стала безоговорочной победительницей, в шаге от высшей награды оказалась команда «Дружные» (3 «б» класса СОШ №1) – 2 место, «Лучики» из СОШ №2 – бронзовые призёры, команда из СОШ №3 – «Стрела» стала четвёртой.

Всем участникам спасибо за волю к победе и сплочённый боевой дух!

А. ШОРОХОВА.
Фото Н. ВЕСЕЛОВОЙ.

ЮБИЛЕИ, ЮБИЛЯРЫ

Счастливы вместе

В гостеприимный дом жителей Александровки супругов Акимовых я попала накануне 80-летнего юбилея его хозяйки – Евдокии Сергеевны и в день рождения хозяина – Владимира Николаевича.

Первое, что бросилось в глаза – расположенная на стене большой комнаты галерея заботливо обрамлённых портретов. В них – целая жизнь большой семьи. Здесь и потемневшее от времени фото молодожёнов Акимовых 1960-го года, и весёлая золотая их свадьба в кругу разросшейся за полвека супружества семьи, и семейные фото детей, и свадебные снимки внуки, и портреты любимых правнуков. Сегодня супруги вместе уже 56 лет. По тому, как они весело общаются между собой, как нежно смотрят друг на друга, видно, что их любовь жива, несмотря на испытание временем и трудностями.

ЕВДОКИЯ СЕРГЕЕВНА – ребёнок войны, spolна познавшая все её тяготы. Родилась 24 октября 1937 года в располагавшейся когда-то через речку от Лыкошино деревеньке Успенка Сорокинского района. Совсем маленькую, вместе с другими тремя сёстрами родители Анна Афанасьевна и Сергей Антонович Ковшаровы привезли её в Александровку. С тех пор место жительства Евдокия Сергеевна не меняла.

На войну отца не взяли по причине болезни. Работал он на нефтебазе. Умер рано. Мать трудилась в колхозе разнорабочей. И в войну, и в послевоенное время жили трудно, голодали. Юбилей вспоминает, как с сёстрами весной нанималась к более зажиточным односельчанам вскапывать огороды. Хозяйка разрешали брать мёрзлую картошку, оставшуюся в земле с осени. Едва вбежав в дом, голодные дети бросались к горячей железной печке и лепили на неё свою «добычу». Сначала из мороженого картофельного месива бежала вода, но постепенно лепёшки подсыхали, поджаривались и тут же торопливо съедались. С приходом лета

кормильцем становился лес, в котором ребята собирали пеканы, саранки, крапиву, лебеду, конёвник. Этот всепоглощающий голод Евдокия Сергеевна до сих пор вспоминает с содроганием сердца.

В школу Евдокия пошла в 7 лет. Четыре года отучилась

где жил и работал механизатором в колхозе им. Кирова. Сядет, бывало, парень на край сцены и часами не сводит глаз с приглянувшейся плясуньи. А Евдокия и рада стараться! Ещё бодрее стучит каблучками посреди круга танцующих. Нарядная: в модной белой кофточке и

ней. Сначала ютились вместе с сёстрами, затем колхоз купил молодожёнам избёнку. Жили небогато, всё, что есть сегодня, наживали нелёгкими трудами. Всегда держали немаленькое приусадебное хозяйство: не по одной корове, свиноматок, обрабатывали большой огород.

Родились дети: Володя, Таня, Серёжа. На работу Евдокия и Владимир уходили очень рано, оставляя детишек одних. Из-за этого сердце всегда было не на месте. И не зря. Первая большая семейная покупка – ручная швейная машина сделала Танюше очень большую отметину. В момент, когда один из братьев крутил ручку этого устройства, она подставила пальчик под иглу. Подросшие вовремя родители освободили кричавшую от боли пленницу и убрали машинку подальше. Позже, когда открылся детский сад, стали водить туда.

Когда дети подросли, стали большими помощниками. Воспитанные в труде, имея перед глазами пример трудолюбивых родителей, выросли работящими, ответственными людьми, с семьями живут в Александровке. К родителям относятся с большим уважением, помогают во всех делах. Бывает, люди спросят у супругов Акимовых: «Как воспитали вы таких хороших уважительных детей?»

– Нужно самим быть хорошими и уважать людей. В семье всё от родителей. Каждому ребёнку, чтобы он вырос добрым, нужны в первую очередь внимание и ласка, кто это даст, как не мы, родители, – отвечают они.

ВЛАДИМИР НИКОЛАЕВИЧ очень тепло отзывается о любимой жене. Говорит, что заботливее и лучше хозяйки не найти. А Евдокия Сергеевна хвалит мужа – всю жизнь за ним, как за каменной стеной. У них уже 6 внуков и 7 правнуков, и уже их заботами живут супруги. Все проблемы, которые как и каждой семье, подбрасывает жизнь, решают они с помощью любви и согласия. И другой доли не желают.

Марина ЛАКМАН.
Фото автора.



в малокомплектной александровской школе у Нины Ивановны Суздальцевой. На этом, собственно, её «университеты» закончились, так как продолжать обучение нужно было в Сорокинской школе. Для этого нужен был хотя бы минимум одежды и обуви. В семье такой возможности не было. Очень рано начала Евдокия работать. Трудилась сортировщицей в колхозной бригаде, на кирпичном заводе таскала готовые кирпичи из горна. Потом пошла на ферму. Много лет работала дояркой, телятницей. Позже трудилась на дробилке.

Юная Евдокия была в деревне признанной плясуньей. До того затачивается – не остановит. В 1960-м году в александровском клубе произошла её встреча с будущим мужем Владимиром. Туда он приехал с братом из находящейся в шести километрах Московки,

ярко-красной юбке – просто загляденье. Робко провожал Владимир её до дома, не смея и слова сказать. А тут вдруг такое дело вышло: во время танца подскокил к его возлюбленной какой-то парень и давай рядом с ней коленца выкидывать, а сам так и смотрит на неё. Еле дождался Владимир окончания танца, а потом очень убедительно объяснил Евдокии, что не желает видеть её рядом ни с кем другим.

– Чуть с клубного крылечка меня не скинул, – залиристо смеётся юбиляр.

– Скажи спасибо, – парирует, улыбаясь, её муж.

Замечательное было время, рассказывают. Встречались после работы: гуляли, катались на велосипедах. Потом решили пожениться. Замуж Евдокию отдавала старшая сестра Тася. Свадьбу сделали прямо в ограде, гуляли всей дерев-

Организаторам конкурса «Славим человека труда!» вручены Благодарственные письма

Главный федеральный инспектор Андрей Рущинский в торжественной обстановке вручил Благодарственные письма полномочного представителя Президента РФ в Уральском федеральном округе организаторам конкурса профессионального мастерства «Славим человека труда!».

Письма вручены по поручению полномочного представителя Президента РФ в Уральском федеральном округе Игоря Холманских.

За высокий уровень организации и проведения конкурса профессионального мастерства «Славим человека труда!» благодарственные письма полномочного представителя Президента Российской Федерации в Уральском федеральном округе вручены Григорьян Елене Александровне – ведущему специалисту отдела развития научных инициатив Департамента научно-исследовательской деятельности ФГБОУ ВО «Тюменский индустриальный университет»; Грязнову Сергею Анатольевичу – главному режиссеру Управления по организации и проведению областных мероприятий ГАУК ТО «Тюменское концертно-театральное объединение»; Паненкову Алексею Николаевичу – главному художнику Управления по организации и проведению областных мероприятий ГАУК ТО «Тюменское концертно-театральное объединение»; Бородиной Наталье Николаевне – главному специалисту отдела жилищных программ Департамента жилищно-коммунального хозяйства Тюменской области; Сухановой Татьяне Вячеславовне – главному специалисту сектора кадровой политики в здравоохранении и медицинского образования Департамента здравоохранения Тюменской области.

Андрей Рущинский поблагодарил награжденных за проделанную работу и пожелал дальнейших успехов в профессиональной деятельности на благо жителей региона.

Источник информации:
пресс-служба главного федерального инспектора по Тюменской области.

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

Инсульт- проблема общечеловеческая

С 24 ПО 31 ОКТЯБРЯ ПРОХОДИТ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ДЕКАДНИК ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ИНСУЛЬТА, ПРИУРОЧЕННЫЙ КО ВСЕМИРНОМУ ДНЮ БОРЬБЫ С ИНСУЛЬТОМ. Всемирный день борьбы с инсультом проходит ежегодно 29 октября. Впервые этот день отмечался в 2004 году, когда Всемирная организация здравоохранения объявила инсульт глобальной эпидемией.

Инсульт – одна из ведущих причин смертности и инвалидности в мире. В России смертность от инсульта – одна из самых высоких в мире, ежегодно от этого заболевания умирает порядка 200 000 человек, ещё столько же – остаются инвалидами.

Инсульт – это острое нарушение мозгового кровообращения, вследствие которого часть клеток головного мозга погибает. Из-за гибели мозговых клеток нарушаются (или полностью выпадают) функции, за которые отвечал этот участок мозга.

Как правило, инсульт развивается на фоне повышенного артериального давления.

Основные факторы развития инсульта: высокое артериальное давление; высокий уровень холестерина; сахарный диабет; заболевание сердца; курение; приём алкоголя; избыточный вес; гиподинамия.

Как предупредить возникновение инсульта?

Профилактика инсульта осно-

вывается на основных принципах здорового образа жизни.

Знайте своё артериальное давление - проверяйте его хотя бы раз в неделю. Высокое артериальное давление (гипертензия) является ведущей причиной инсульта;

- если верхнее число (ваше систолическое артериальное давление) постоянно выше 140 или если нижнее число (ваше диастолическое артериальное давление) постоянно выше 90, проконсультируйтесь с врачом; необходим регулярный систематический приём лекарственных препаратов.

Узнайте, нет ли у Вас нарушенный ритма сердца.

- нарушение ритма сердца – это нерегулярные сердечные сокращения, нарушающие сердечную функцию и позволяющие крови застаиваться в некоторых отделах сердца;

- сокращения сердца могут отделить часть тромба в общий кровоток, что может привести к нарушению мозгового кровообращения;

- нарушения ритма сердца могут быть подтверждены ЭКГ.

Если вы курите, рекомендуется прекратить.

- курение удваивает риск инсульта; как только вы прекратите курить, риск инсульта у вас начнёт сразу же снижаться; через пять лет риск развития инсульта у вас будет таким же, как у некурящих.

Узнайте, не имеется ли у Вас повышенного уровня холестерина.

- норма содержания общего холестерина в крови – 5,2 ммоль/л;

- если у вас повышен холестер-

ин, проконсультируйтесь с врачом о диете и приёме лекарственных средств.

Используйте физические упражнения для повышения вашей активности в обычной жизни.

- ежедневно занимайтесь физическими упражнениями;

- ежедневная прогулка в течение 40 минут улучшит состояние вашего здоровья и снизит риск инсульта.

Рекомендуется диета с низким содержанием соли и животного жира.

- уменьшая количество соли и жира в питании, Вы снизите ваше артериальное давление, и, что более важно, снизите риск развития инсульта;

- стремитесь к сбалансированному питанию с преобладанием фруктов, овощей, круп.

Если вы отметили у себя симптомы нарушения мозгового кровообращения, обратитесь за медицинской помощью!

Признаки инсульта:

• внезапная слабость и онемение в руке или ноге на одной стороне тела;

• внезапное помутнение сознания, нарушение речи или непонимание обращенной речи;

• внезапное онемение губы или половины лица, часто с «перекосом» лица;

• внезапное нарушение зрения в одном или обоих глазах, появление ощущения двоения в глазах;

• внезапное нарушение походки, головокружение, потеря равновесия или координации;

• внезапная сильная головная боль по неизвестной причине.

Запомните три основных признака распознавания симптомов инсульта (УЗИП):

У – попросите пострадавшего УЛЫБНУТЬСЯ. При инсульте улыбка теряет естественность, становится очень напряжённой и похожей на оскал, либо односторонней и кривой.

З – попросите его ЗАГОВОРИТЬ. Попросите выговорить простое предложение, например: «Сегодня с утра хорошая погода». Для инсульта характерны нарушения речи, и больной плохо справляется с этой задачей.

П – попросите его ПОДНЯТЬ обе руки и держать их в таком положении 10 секунд. При инсульте мышцы слабеют, и держать их поднятными долго сложно. Если одна рука вообще не поднимается – это тоже верный признак инсульта.

Если выполнение всех трёх заданий затруднено, немедленно вызывайте бригаду «скорой помощи», сразу уточнив, что речь идёт о подозрении на инсульт.

Помните! Время, за которое можно успеть восстановить кровоток в артерии после ишемического инсульта и остановить гибель клеток головного мозга – «терапевтическое окно» – 4 часа. Чем раньше Вы обратитесь за медицинской помощью, тем более эффективным будет лечение.

Ж. СТРИЖАК,
пресс-служба ГБУЗ ТО
«ОБ №4» (г. Ишим).

