

Здравствуйте, томичи

Медицинская
рекламно-
информационная
газета

№7-8

Июль-август 2010 г.

В этом номере:

От повеления государя к современной аптечной службе:

откуда пошло аптечное дело в Томской губернии *на стр. 4*

Кожевниковская аптека: профессионализм через десятилетия *на стр. 9*

Песня жизни: как излучать оптимизм, несмотря на любые проблемы *на стр. 10*



**Как сделать правильный
выбор до 1 октября: на стр. 6**



Аптечная информационно-справочная служба

- Наличие лекарств в аптеках
- Цены на препараты
- Консультации по применению

Телефоны: **516 616** (для жителей г. Томска),

8 800 350 8850

(бесплатный телефон для жителей Томской области)

Интернет-справочная: <http://tabletka.tomsk.ru>

В мире

Долгая жизнь заложена в генах

Кто-то ведет далеко не здоровый образ жизни и при этом живет до глубокой старости. Как выяснили ученые, таких людей роднит одинаковый генетический рисунок, пишет Die Zeit.

Медики Томас Перлс и его коллеги из Бостонского университета сравнили геномы 801 американца из возрастной группы от 95 до 119 лет с геномами 926 представителей молодого поколения. Анализ показал, что существует своего рода генетический рисунок, объединяющий всех долгожителей.

Каждый из нас может «выжать максимум» из своих генов, правильно питаясь и ведя здоровый образ жизни, говорит Перлс, но, чтобы после своего восьмидесятого дня рождения прожить еще лет двадцать, надо все же обладать специфическими генами.

Однако, обращает внимание исследователь, стоит приглядеться к тем, кому перевалило за 80 лет. «В физическом плане это совсем иная группа людей», — констатирует он, добавляя, что они не только достигли сверхпреклонного возраста, но и могут похвастаться отменным здоровьем. «Слабоумие, болезнь Паркинсона, заболевания системы кровообращения — все эти недуги проявляются у людей гораздо позднее». В своих исследованиях ученые приходят к выводу, что геном старожилы на 15% схож с геномом молодых людей. Возможно, каждый 7-й из нас носит в себе потенциал дожить до 100 лет, оптимистично замечает ученый.

Источник: Inopressa.Ru

Как наслаждаться жизнью в пожилом возрасте

Знаменитый геронтолог, лауреат Пулитцеровской премии Роберт Батлер скончался в Нью-Йорке в возрасте 83 лет. В ходе многолетних исследований Батлер пришел к выводу, что потеря активности и работоспособности не являются обязательными спутниками преклонного возраста.

По мнению Батлера, чтобы наслаждаться жизнью в возрасте, когда она уже не приносит особенного удоволь-

ствия, достаточно соблюдать несколько правил: постоянно знакомиться с новыми людьми, регулярно заниматься физическими упражнениями и проходить профилактику у врача. Но самое главное — «узнавать новое, постоянно учиться чему-нибудь».

Комитет по социальной политике Санкт-Петербурга утвердил образовательные программы для людей старшего поколения. Это помогает им оставаться активными».

— В пожилом возрасте ключевым аспектом является профилактика болезней, особенно сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, — отмечает Алексей Никонов, профессор кафедры неврологии и нейрохирургии Российского государственного медицинского университета им. Н.И. Пирогова. — Один раз в год граждане нашей страны имеют право пройти бесплатный плановый осмотр у всех специалистов. Но, к сожалению, многие пенсионеры вызывают только «скорую помощь». Важно, чтобы сам человек заботился о своей физической форме, вел здоровый образ жизни.

Источник: <http://www.izvestia.ru>

Персики и сливы — эффективное оружие против рака груди

Персики и сливы обладают защитными свойствами против рака молочной железы, обнаружили онкологи Техасского университета (США).

Согласно исследованию, проведенному под руководством доктора Луиса Сиснероса-Севальоса и доктора Дэвида Бирна, экстракты, найденные в персиках и сливах, убивают раковые клетки в грудной области, при этом не повреждая нормальные клетки. Ученые определили два фенольных соединения во фруктах, ответственных за антираковый эффект. Фенолы являются органическими веществами, которые влияют на аромат, вкус и цвет плодов. Персики и сливы содержат особенно высокие уровни фенолов.

Врачи считают, что изученные фрукты представляют собой естественную защиту от рака груди.

Источник: <http://ami-tass.ru>

В России

Путин потребовал от ФАС разобраться с фактами завышения цен при регистрации лекарств в Росздравнадзоре

Премьер-министр РФ Владимир Путин потребовал от ФАС разобраться с фактами завышения цен при регистрации лекарств в Росздравнадзоре.

Об этом он заявил на встрече с руководителем антимонопольного ведомства Игорем Артемьевым.

По его словам, «получается очень нежелательная обратная связь». «Чем дороже ты регистрируешь лекарство — а цены часто берут просто с потолка, — тем больше у тебя шансов продать в общей сети, потому что в этом заинтересованы продавцы», — разъяснил глава антимонопольной службы.

Кроме того Артемьев не исключил, что «из-за этого может вымываться более дешевый ассортимент». «Мы сейчас проверяем, не вымывается ли благодаря вот этой неточности дешевый ассортимент и почему компании регистрируют одни и те же препараты с разницей по цене иногда в 12-20 раз», — сообщил он.

Источник: <http://ami-tass.ru>

Интересный факт 13 сентября 81 год назад Александр Флеминг впервые явил публике свое открытие — пенициллин.

В 1928 году английский ученый-бактериолог Александр Флеминг провел обычный опыт исследования защиты организма человека от инфекционных заболеваний. В результате совершенно случайно он вывел, что обычная плесень синтезирует вещество, уничтожающее возбудители инфекции, и обнаружил молекулу, которую назвал пеницилином.

13 сентября 1929 года Алек-

Минздравсоцразвития внесло поправки к инструкции по медицинскому освидетельствованию водителей

Минздравсоцразвития России опубликовало проект поправок к инструкции по медицинскому освидетельствованию водителей.

Теперь состояние опьянения врачи будут определять только по выдоху или анализу крови. Клинические признаки — нарушение речи, неустойчивость позы, выраженное дрожание пальцев рук, резкое изменение окраски кожных покровов лица — учитываться не будут. Также предложено исключить из нормативного документа пункт, позволяющий находиться за рулем, если уровень абсолютного этилового спирта в выдыхаемом воздухе не превышает 0,15 миллиграмма на один литр выдыхаемого воздуха.

Врач будет определять состояние опьянения исключительно по содержанию алкоголя в выдыхаемом воздухе. Если гражданин не согласен с результатами проверки, то он может потребовать провести анализ крови.

Что касается кваса, кефира, спиртосодержащих лекарств вроде валокордина, то они выветриваются очень быстро. Даже если гражданин выпьет сразу перед поездкой литр кваса и при проверке у ГИБДД прибор что-то покажет, то уже через 20 минут у врача будет ноль.

сандр Флеминг впервые явил публике свое открытие — пенициллин. Однако он не вызвал у медиков никакого энтузиазма. А все потому, что пенициллин оказался очень нестойким веществом. Он разрушался уже при кратковременном хранении.

В 1930-х годах ученые пытались улучшить эффективность пеницилина, но только в 1938 году ученые Оксфордского университета Говард Флори и Эрнст Чейн выделили чистую форму пенициллина. В 1945 году Флеминг, Флори и Чейн получили Нобелевскую премию за свое открытие. Пенициллин стал незаменимым лекарством и спас жизни многим людям.

В Томской области

На старт, внимание... грипп!

Ежегодно осенью (конец сентября — ноябрь) проводится прививочная кампания против сезонного гриппа. Департамент здравоохранения Томской области напоминает о необходимости своевременной вакцинации.

В этом году на бесплатной основе вакциной будет обеспечено 77800 детей и 49100 взрослых. Вакцинация проводится бесплатно для представителей группы риска: дошкольников, школьников, студентов, медицинских работников, работников образовательных учреждений, коммунальной сферы и общественного транспорта, а также лиц старше 60 лет.

Вакцина для профилактики сезонного гриппа поливалентна, то есть включает несколько компонентов, в том числе штамм вируса А Н1N1. Кроме того, моновалентная вакцина от вируса А Н1N1, оставшаяся после прошедшего эпидсезона, будет использована для беременных и лиц с хроническими заболеваниями (также на бесплатной основе).

Лето на исходе, но клещи не уходят в отпуск

По информации Роспотребнадзора Томской области, за эпидсезон нынешнего года в пункты серопротекции обратилось уже без малого 13 тысяч томичей (данные на 12 августа). Это почти на три тысячи больше, чем за аналогичный период прошлого года.

Несмотря на то, что активность клещей к осени обычно снижается, специалисты Департамента здравоохранения Томской области рекомендуют не терять бдительности и соблюдать меры предосторожности, чтобы избежать присасывания клеща. Отправляясь на природу, не забывайте о мерах личной профилактики — используйте специальный костюм либо другую одежду, надежно защищающую от попадания клещей на тело.

Лицам, не привитым против клещевого энцефалита, в случае присасывания клеща, в кабинетах экс-

тренной профилактики клещевых инфекций вводят противоклещевой иммуноглобулин.

Ограничен отпуск лекарств, содержащих кодеин

Некоторые препараты в аптеках купить теперь можно будет не более 2-х упаковок.

Связано это с принятием решения антинаркотической комиссии Томской области от 01.06.2010 №2.

На основе списка наркотических средств и психотропных веществ, оборот которых в Российской Федерации ограничен и в отношении которых устанавливаются меры контроля в соответствии с законодательством Российской Федерации и международными договорами Российской Федерации (список II, №681 от 30.06.1998 Постановление Российской Федерации) и Приказа Минздравсоцразвития №578 от 13.09.2005 г. «Об утверждении перечня лекарственных средств, отпускаемых без рецепта врача» был сформирован «Список лекарственных средств, подлежащих особому контролю и отпускаемых аптечными учреждениями в количестве не более 2-х упаковок потребителю»:

Каффетин (таблетки)
 Коделак (таблетки)
 Коделак Фито (сироп)
 Коделмикст, Паракодамол (таблетки)
 Нурофен плюс (таблетки)
 Паркоцет (таблетки)
 Пенталгин Плюс, Пенталгин (таблетки)
 Пенталгин-Н, Пиралгин (таблетки)
 Пенталгин-Нова, Пенталгин-НС, Пенталгиг-МЭЗ,
 Пенталгин ISN, Пенталгин-ФК, Пентальфен-МЭЗ,
 Пентамиалгин, Сантопералгин, Седальгин-нео,
 Седал-М, Квинталгин (таблетки)
 Солпадеин, Проходол форте (таблетки, капсулы, таблетки растворимые)
 Тедеин (таблетки)
 Терпинкод, Теркодин (таблетки)
 Тетралгин, Сантотитралгин (таблетки)
 Юниспаз (таблетки) и др.

От повеления государя к современной аптечной службе

Основа полноценной жизни — это крепкое здоровье. Фармация — важнейшая составная часть здравоохранения, и от того, насколько эффективно работают аптечные учреждения в Томске, во многом зависит состояние здоровья тех, кто здесь проживает. В конце октября состоится церемония награждения конкурса профессионалов фармацевтической отрасли Томской области «Фармпрестиж», на которой будут отмечены самые достойные представители области. Томские аптеки прошли путь, полный значимыми фактами и именами, интереснейшими событиями. Однако сегодня крайне мало освещена деятельность местных аптек, которые работают в нашем регионе со времен губернии.

В нашей новой рубрике «История аптечного дела» мы постараемся собрать воедино разрозненную информацию, сделать доступными сведения из архивных документов и рассказать о работе томских аптек. Мы представляем вам нового автора — Светлану Георгиевну Курочкину, заместителя генерального директора по льготному отпуску УМП «Томскфармация», благодаря которой мы сможем познакомиться с историей томского аптечного дела.

Безусловно, начать наше повествование стоит с одной из старейшей аптек — Губернской аптеки.

27 июля 1807 года в Москве состоялся доклад министра внутренних дел императору Александру 1 «О заведении аптеки в городе Томске» (по донесению Действительного Тайного советника Графа Головкина, бывшего в Томске проездом об отсутствии в городе аптеки). На что было царское повеление — «Быть посему».

Однако отсутствие необходимых денег в казне города Томска на заведение аптеки отодвинуло ее открытие еще на 2 года.

И только после того как купец 2-й гильдии Гуляев пожертвовал на заведение в городе Томске аптеки 3 тысячи рублей, в январе 1809 года по адресу: пер. Аптекарский, 1, у Никольской церкви, была открыта первая аптека города.

Вторая аптека была открыта в 1874 году при больнице, построенной Приказом общественного призрения.

В августе 1885 года по адресу: ул. Магистральная, 4 (ул. Розы Люксембург,

2), открылась аптека Ковнацкого П.С.

В 1901 году открыт аптекарский магазин торгового дома «Штоль и Шмидт», в 1906 году аптекарский магазин переехал уже как аптека в специально построенное для этого здание по ул. Почтамтской.

Здание построено по проекту архитектора К.К. Лыгина, хотя по сведениям томских историков авторство проекта возможно ему не принадлежит. В архивах К.К.Лыгина не найдено проекта для постройки самого здания, а только наброски и проект оформления внешнего фасада и внутреннего вида здания. Так как торговый дом «Штоль и Шмидт» находился в Санкт-Петербурге, возможно, что и проектировали его петербургские архитекторы, и чертежи проекта находятся в Санкт-Петербургском Государственном историческом архиве.

Проектируя внешний, и, видимо, внутренний вид

здания аптеки для торгового дома «Штоль и Шмидт», он тщательно продумывал, где и как будут стоять шкафы с лекарствами. На первом этаже продавались снадобья, на втором жил аптекар, который всегда мог спуститься вниз и обслужить покупателя. С тех пор в этом доме всегда располагалась аптека, не изменился внешний вид здания, а внутренний в настоящее время максимально приближен к изначальному виду.

В 1919 году г. Томск был освобожден от Колчаковской армии и власть перешла к Совету рабочих и солдатских депутатов. 26 декабря образован Томский Губревком, в котором создан медико-санитарный отдел, но вскоре он был преобразован в губздраотдел.

Для руководства аптечным делом в губернии создан фармацевтический отдел под руководством В.А. Вангородского. Созданный отдел в январе 1920 года приступил к проведению

национализации аптек Томской губернии, в первую очередь частных. Аптековладельцы были отстранены от заведывания. Всего на территории Томской губернии национализировано 35 аптек и из них пять в Томске пять. Советская аптека №1 и склад находились под единоначалием, первое упоминание о заведующем аптекой имеется в 1927 году — это Деллерт И.Т.

Анализируя приказы тех далеких лет, можно сделать вывод о том, что в те годы руководителей всех пяти аптек города постоянно меняли местами. В то же время руководители аптек составляли основную ячейку фармуправления и часто командировались в районы Томской губернии для решения вопросов выделения места под аптеки и их строительства.

Фармуправление располагалось в здании советской аптеки №1, и там же еще в 6 квартирах проживали сотрудники управления и аптеки (2-й этаж над Губернской аптекой). За содержание квартир расплачивалось Фармуправление, что подтверждается ежемесячно издаваемыми в то время приказами и расчетными ведомостями.

Аптека имела филиал — аптекарский магазин, который в 1928 году был соединен с центральной аптекой и поставлен на один баланс. Административно-хозяйственное руководство аптекой и магазином было возложено на управляющего аптекой (Мрозозвич Сигизмунд Яковлевич).

Вход в аптеку и фармуправление строго контролировались, были даже пропуска, которые позднее, согласно историческим данным, даже оформлялись с фотографиями.

Далее аптеку принимает Елизаров М.А., сведений

об этом специалисте практически нет.

Согласно приказу КАУ (Западносибирское краевое аптечное управление) № 3 от 23 января 1933 года фармуправление, далее базисная аптека, переименована в Томское межрайонное отделение КАУ — управляющий Матвей Иосифович Яценецкий.

Работники аптеки и управления питались вместе, так как управление имело хозкомбинат, где выращивали овощные культуры, картофель, содержали скот. Обеды готовили в столовой хозкомбината и затем привозили в управление, в специально отведенное помещение.

Во время Великой Отечественной войны сотрудники аптеки не только ударно трудились, но и принимали самое активное участие сельскохозяйственных работах, в строительстве понтонного моста через реку Томь, а также принимали в свои семьи эвакуированных граждан.

Во время войны в Томск начали возвращаться раненые и инвалиды войны, которым требовалось длительное лечение. И тогда, также как и сейчас, о них проявляли заботу: лекарства инвалидам войны отпускались без очереди и задержки.

За 1950 год имеется приказ о руководстве аптекой Серебровой, и затем 7 ноября 1951 года управляющей аптекой № 1 назначена Волкова Валентина Ивановна, которая руководила аптекой до 1988 года (37 лет). До этого Валентина Ивановна управляла аптекой №3 и была инспектором по заготовке лекарственного растительного сырья. Валентина Ивановна проработала в этой должности дольше всех. За период ее руководства менялся коллектив аптеки, уходило на за-

служенный отдых одни и приходили другие специалисты, но аптека всегда и во всем старалась быть первой — на работе, на смотрах-конкурсах, в оказании помощи сельскому хозяйству, в смотрах художественной самодельности.

Затем аптеку приняла Вичканова Татьяна Федоровна, которая руководила аптекой с 1988-го по 2008 год.

Аптека имеет своих ветеранов и участников войны, которым уделяется должное внимание — Курочкина Валентина Александровна, Семкина Анастасия Тимофеевна, Якупова Гульзамал Жамаловна.

Все помнят эту аптеку как центральную, которая работает круглосуточно, где можно приобрести любое лекарственное средство и изделие медицинского назначения.

Сейчас в ней работает Музей аптечного дела, зайдя в который, можно вспомнить историю появления аптек в нашем регионе и просто полюбоваться прекрасно сохранившимися интерьерами и витринами.

Историческая справка

1807 год — На территории Томской губернии нет ни одной аптеки.

1809 год — В г. Томске появляется первая официальная аптечная организация. Она была единственной в городе в течение почти 70 лет.

1874 год — В г. Томске открыта вторая аптека при больнице, построенной Приказом общественного призрения.

1920 год — 35 аптек в Томской губернии, в том числе пять в г. Томске.

1941 год — В Томской области действует 31 аптека, в том числе 22 — в сельской местности, а также 69 аптечных пунктов.

2010 год — На территории Томской области 600 аптек.

Фармацевтический словарь: специальности

Ассистент занимается изготовлением лекарств по рецептам.

Контролер проверяет качество и технологию изготовления лекарства по рецептам.

Рецептар принимает заказы на лекарства по рецептам врачей.

Дефектар осуществляет прием лекарства со склада, контролирует их сохранность, следит за сроком годности, своевременно оформляет заявки на склад.



Коллектив аптеки: 1974 год



Право на ошибку

С 1 января 2005 года началась реализация Программы обеспечения лекарственными средствами (ОНЛС, до 2007г. ДЛО). За прошедшие несколько лет у населения и специалистов — врачей, фармацевтов, чиновников — сложились разные впечатления о ходе реализации Программы. Сегодня мы публикуем мнения людей, обратившихся в нашу редакцию и имеющих объективные представления о действии программы ОНЛС на территории Томской области.

Галина Александровна Данилова, председатель Ленинской районной организации Томского регионального отделения общественной организации «Всероссийское общество инвалидов»:

«Здравствуйтесь» — таким простым словом мы приветствуем друг друга, желаем «здравия», т.е.

здоровья. Но не каждому человеку выпала в жизни честь быть здоровым. Болезнь не приглашает, она приходит сама. Ни один человек не застрахован от болезней, и ни на один недуг льгот не бывает. Не бывает плохой или хорошей болезни, она изменяет все в жизни человека — его статус, социальное и финансовое положение, вносит ограничения в жизненные ситуации. Но каждый человек борется с ней по-своему.

Давно шагает по стране Программа обеспечения необходимыми лекарственными средствами. Программа новая, а новое — это всегда плюсы и минусы. Государство пригласило всех федеральных льготников к участию в этой программе. Нам дали право выбора — быть участником Программы и решать свои проблемы совместными усилиями со здравоохранением, Управлением фармации, или решать свои проблемы на уровне поликлиник, врача

и получать в личное пользование 531 рубль. Однако забыли поставить в известность участников Программы о том, что они имеют право на изменение своего решения. Каждый потенциальный участник Программы по-своему распорядился свои правом — остался в ней или вышел из программы ОНЛС.

Некоторые люди, выходя из Программы, прекрасно знали свое заболевание и что его лечение дорогостоящее. Но они были уверены в том, что обязательно найдут выход — еще никто не отменял жалобы, которые хорошо действуют на разных уровнях властных структур, взывая к милосердию чиновников. И добьются своего, создавая сумятицу в здравоохранении. Этих людей не приучили брать на себя ответственность за свои действия. Другие, более терпеливые и ответственные, будут добавлять свои деньги к 531 рублю, покупать лекарство и самостоятельно решать свои про-

блемы со здоровьем.

На данный момент изменилось положение в государстве, увеличился размер дорогостоящего лечения. В реализации Программы начались сбои, т.к. начались систематические выходы из Программы. Что делает Минздравсоцразвития по субъектам в такой ситуации: направляет рекомендации, инструкции по реализации Программы, напоминая о том, что если она не будет реализована в полном объеме, то сократится федеральное финансирование. И действительно, что делать, если первоначальная численность участников Программы в Томской области — 77626 человек, а сейчас она составляет всего 28756. За 2009 год более 5 тыс. людей вышли из Программы. Без труда можно подсчитать финансовые возможности программы.

Но у Программы прекрасное будущее с небольшой корректировкой. Льготникам и специали-

глюкозы, что также весьма недорого. В связи с этим, конечно, нужна поддержка государства на различных уровнях. Программа ОНЛС является одним из способов помощи таким больным для сохранения трудоспособности и обеспечения высокого уровня качества жизни.

Комментирует **Нина Александровна Буткевич, председатель комитета организации лекарственного обеспечения, заместитель начальника Управления фармации Томской области:**

Ежегодно до 1 октября каждый гражданин, имеющий право на льготное лекарственное обеспечение, имеет право на включение в программу ОНЛС. Для этого достаточно обратиться в отделение Пенсионного фонда Российской Федерации и написать заявление о возврате в Программу.

По статистике, к льготным категориям граждан в Томской области относятся 77635 человек, однако на сегодняшний день из них в программе ОНЛС остались только 28765. Необходимо отметить, что из 48870 льготников, вышедших из программы, каждый третий обратился за помощью в течение года в Управление фармации Томской области, в больницу или в скорую медицинскую помощь.

Для каждого льготника участие в программе ОНЛС является гарантом того, что в тяжелой ситуации он не останется с проблемами один на один. Насколько важно нам иметь страховой медицинский полис, чтобы всегда обладать возможностью получить помощь врача, настолько важно быть в программе ОНЛС, чтобы иметь право получить нужное лекарство.

стам следует объединиться, не выяснять, кто прав, а кто совершил ошибку. Только тесное сотрудничество пациента, врача и фармацевта изменит ситуацию к лучшему. Человек забудет прошлые и настоящие обиды, осознает, что именно ему пытаются помочь, а не за счет его хотят помочь другому, которого он не знает вообще. Программа направлена на улучшение оказания помощи больным людям в равных условиях независимо от заболевания и стоимости лечения. С этим нельзя не согласиться.

Действительно, требуется время и терпение, для принятия разумного решения и вера в то, что в будущем Программа принесет положительные результаты. Допускаю, что не все четко просчитала, но есть время и право на ошибку. Сделать свой выбор мне обязательно помогут мои друзья, коллеги, единомышленники, врачи и фармацевты. Квалифицированные специалисты дадут мне шанс на принятие верного решения.

Уверена в том, что Программа будет нормально реализовываться, так как специалисты Управления фармации стали выстраивать диалог с людьми и даже просить советов. Люди мудры, они поймут, что лучше для них, и сделают для себя правильный выбор. Время всех рассудит.

Общественное движение «Алгоритм защиты»

«Алгоритм защиты» — добровольное общественное объединение, созданное для реализации общих социальных целей и задач, поддерживаемых участниками движения.

Инициаторы движения «Алгоритм защиты»:

— Томский областной Совет ветеранов Великой Отечественной войны (включая все Советы ветеранов Томской области);

— Томское региональное отделение Российского детского фонда;

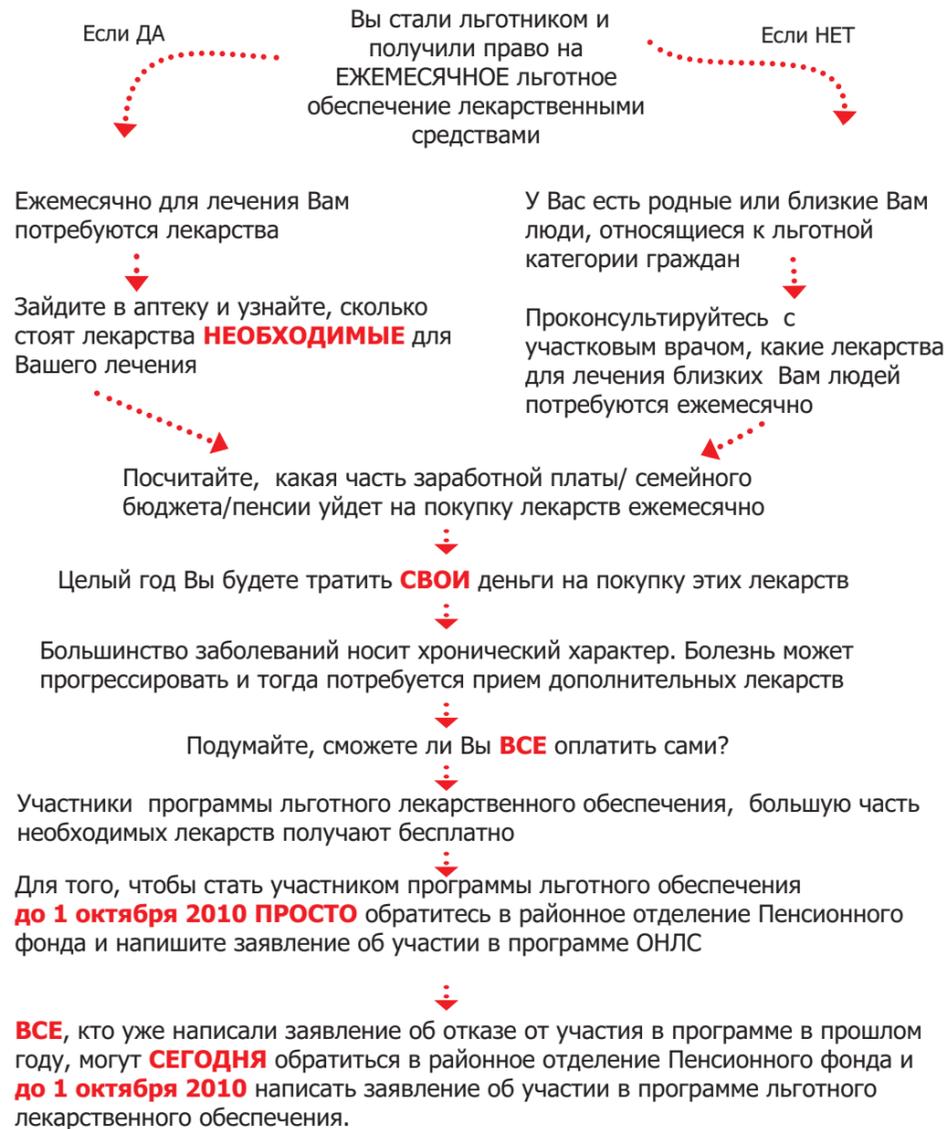
— Томская региональная общественная организация инвалидов «Диабетическая ассоциация».

Задачи движения:

— Информирование всех категорий граждан о реальном состоянии программы ОНЛС.

— Популяризация способов, видов и методов защиты прав льготных категорий граждан.

НИКТО не застрахован от серьезных проблем со здоровьем



Сегодня получателями льготных лекарственных средств являются в основном те, кому нужны очень дорогие лекарства. Для того, чтобы на всех хватило необходимых лекарств, все люди, имеющие право на федеральные льготы должны оставаться в программе ОНЛС.
ЗАВТРА ПОМОЩЬ МОЖЕТ ПОНАДОБИТЬСЯ ИМЕННО ВАМ

Приглашение к знакомству

В наше время некоторым людям стало неуютно в обществе, им гораздо проще и легче «жить» с телевизором, слушать радио и сетовать на неустраиваемость своей уже немолодой жизни. Другим, не в меру застенчивым, стало очень трудно выстраивать общение с посторонним человеком, поэтому они сторонятся людей, боясь с ними начать или поддержать разговор. Третьим очень легко стало обходить своим вниманием людей или даже полностью исключать из своей жизни тех, кто не нравится по каким-то причинам, т.е. инвалидов. Они, услышав слово «инвалид», невольно представляют немощного калеку, которого хочется пожалеть и ... побыстрее забыть. Исполнить долг перед своей совестью — проявить сострадание — это несложно. Но нужно ли им такое сочувствие? Возможно, восхищение подошло бы больше. Для всех нас даже мел-

кая болезнь является несчастьем, что уж говорить о тяжелых увечьях. Как же после них возможно продолжать радоваться жизни?

С помощью Галины Александровны Даниловой мы начинаем рассказ о людях, которые смогли преодолеть барьеры, отделяющие их от полноценной жизни, и, зарядившись оптимизмом активистов общественной организации общества инвалидов, начать радоваться каждому дню.

В мире 650 миллионов человек, десятая часть всего населения, является инвалидами. И каждый год, по данным Всемирной организации здравоохранения, эта цифра растет. В г. Томске число инвалидов превышает 40 тыс., и при этом 3 тыс. являются инвалидами-колясочниками, для которых окружающий мир ограничен в еще большей степени. Для понимания и представления интересов данной группы людей по всему миру создаются общества инвалидов, которые разрабатывают законы, помогают в самых разных сферах:

от решения вопросов мобильности до образования. Пока специалисты помогают на законодательном уровне, инвалиды учатся делать свою жизнь счастливее и ярче уже сегодня,

заражая оптимизмом всех окружающих. Ведь любая жизнь лучше смерти, а хорошая жизнь — лучше просто жизни. И в этом таится простая формула жизненного успеха.

Мне посчастливилось встретиться с председателем Ленинской районной организации Томского регионального отделения общественной организации «Всероссийское общество инвалидов» — Галиной Александровной Даниловой, которая благодаря своему педагогическому образованию и опыту по «включению» инвалидов в социально активную жизнь знает, как помочь человеку, находящемуся один на один со своей проблемой, снова стать счастливым.

Проводимая организацией работа помогает реализовать личностный потенциал инвалидов и их творческие способности, делает возможным для человека понять себя и осознать, что именно он оригинален и неповторим, что только его активность дает возможность жить, а не существовать, несмотря на все барьеры, как внутренние, так и внешние.

Формула жизненного успеха не может быть универсальной для всех. Чтобы человек улучшил свое здоровье, повысил активность, необходимо изменить что-то в себе или в окружающей среде. И здесь организация общества инвалидов помогает каждому реализовать свой потенциал.

На протяжении многих лет, сменяя одну выстав-

ку другой, проходят выставки творчества инвалидов районных организаций общества инвалидов. И у зрителей остаются потрясающие впечатления. Глядя на такие удивительные экспонаты, присутствуя на концертах и фестивалях «Преодолей себя», спортивных мероприятиях, задаешься вопросом, откуда черпают энергию эти люди. А ведь сколько вкладывается в эту работу сил, и сколько доброй энергии она несет, спасая и самих создателей, и каждого из нас, помогая переломить весь холод и равнодушие, которыми мы вынуждены жить каждый день.

Наша газета «Здравствуй, томичи» начинает серию публикаций авторских текстов Галины Александровны Даниловой, посвященных историям жизни активистов Ленинского районного общества инвалидов, которые являются примерами трудного пути к пониманию себя и изменения собственной судьбы, и приглашает к знакомству всех, кто является инвалидом, его друзей, коллег, родственников, всех людей, которые ощущают отчужденность и страдают, живя в окружении чужих, безымянных людей.

Будем признательны всем, кто примет наше приглашение и познакомится с нами. Хорошие отношения между людьми служат на благо обществу, формируют общие цели и дела, а хорошее знакомство может оказать большую помощь друг другу.

На фото: Галина Александровна Данилова.

Объявление

Всероссийское общество инвалидов с благодарностью примет любую помощь для членов общества: одежду, обувь, предметы бытового обихода по адресу: ул. Гагарина, 1, тел. 51 61 59.

Песня жизни

В семьдесят три года Валентина Ивановна на одном из праздничных мероприятий решила порадовать членов отделения общества инвалидов исполнением застольных старинных песен. У Валентины Ивановны получалось не все складно, но чувствовалось огромное желание петь забытые мелодии.

С каждым выступлением крепла уверенность в том, что Валентина Ивановна вспомнит все песни своей молодости. Она пела, как могла и что любила, пела, соединяя алтайский напев с сибирским говором, пела так, как пели ее родители. Из года в год Валентина Ивановна совершенствовала вокал, и от застольного пения

на праздничных мероприятиях организации начала медленно переходить в число участников фестиваля «Преодолей себя». Так она стала ведущей в фольклорной группе «Веселушки» и вошла в число победителей сольного исполнения.

Валентина Ивановна очень часто удивляется себе: семьдесят лет, а еще пою и двигаюсь. Действительно, семьдесят лет, инвалид второй группы, со «скромным» трудовым стажем — пятьдесят семь лет и шесть месяцев. Но более энергичного, доброго человека вы едва ли встретите. Попробуйте быть активным участником областных и районных фестивалей «Преодолей себя», участником всех вы-

ставок прикладного творчества, районных и городских праздничных мероприятий, районного весеннего марафона «Томский дворик». Ее фантазии в вязании радуют глаз и удивляют молодых, ее победы по армспорту в районных спортивных праздниках внушают уважение. Валентина Ивановна успевает изготовить декоративные панно, шить лоскутные одеяла с оригинальным рисунком, связать диванные подушечки, рукавицы и носки и все подарить людям — родным (а семья у нее очень большая) и друзьям. А ведь еще не стоит забывать про садовый участок и готовку для любимых внуков и правнуков!

Рачительная хозяйка, исполнительница русской песни, рукодельница, садовод и кулинар. Не каждый может похвастаться таким набором талантов в восемьдесят лет. И жизнь — нелегкая была — жизнь в деревне, работа в сельском совете в военный период, замужество, рождение и воспитание детей, недуги мужа и собственная болезнь в тридцать лет. Трижды Валентина Ивановна была избрана депутатом, выбирали всем народом — не только из своего села, но и близлежащих деревень.

Возможно, эта активность и придает человеку силу в жизни и радость в душе. Валентина Ивановна сама выстроила свою судьбу, хотя и имеет огромное количество ограничений.

Вероятно, это и есть одна из форм жизненного успеха. Когда будет очень тяжело, вспомните эту простую историю и вам станет легче. А мысленно себе и Валентине Ивановне пожелайте долгих лет и творческих успехов.



На фото сверху: Валентина Ивановна справа.

На фото внизу: Валентина Ивановна на фоне своих работ.



Медицинская рекламная информационная газета «Здравствуй, томичи».

Учредитель и издатель: ОГУ «Центр фармацевтической информации».

Главный редактор: Юлия Александровна Третьякова.

По вопросу размещения рекламы обращаться по телефону: (3822) 71 11 06, vav@mail.tomsknet.ru

Редакция:

634 050, г. Томск, пр. Ленина, 54.
E-mail: vav@mail.tomsknet.ru
http://cfi.tomsk.ru

Отпечатано в типографии ООО «Лито-принт».

634012, г. Томск, пер. Нахимова, 10/1.

Время подписания в печать по графику и фактическое 19.08.2010 15.00.

Тираж 5000 экз. Распространяется бесплатно.

Свидетельство о регистрации средства массовой информации Федеральной службы по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия ПИ №ТУ 70-00002 от 02 июня 2008 г.

Материалы, отмеченные знаком Р, публикуются на правах рекламы.

ТЕНОТЕН ДЕТСКИЙ — ПОМОЩЬ В АДАПТАЦИИ К ШКОЛЕ

Школа — первый шаг ребенка во взрослую жизнь. С 1 сентября у ребенка появляется много нового — учитель, одноклассники, уроки и школьная дисциплина. Семи-летнему малышу требуется много сил, чтобы адаптироваться к школьной жизни.

Процесс адаптации у каждого ребенка проходит по-своему. Одни дети привыкают к новому распорядку жизни

легко и быстро, другие — переживают, нервничают, волнуются. Вот и получается, что некоторые дети не могут сосредоточиться на уроках, не слишком внимательны, быстро утомляются, капризничают по утрам, а иногда и вовсе отказываются идти в школу. Как правило, проблемы с адаптацией возникают от того, что к моменту поступления в школу центральная нервная система маленького человечка оказывается неподготовленной к тому количеству информации, которую мозг получает в течение дня, к новым правилам поведения и новому окружению.

В период адаптации к школе ребенку особенно необходима поддержка родителей, причем не только психологическая, очень важно помочь детскому организму изнутри. Конечно, можно дать ребенку успокоительные средства, например, доступные валериану или пустырник. Однако такие лекарства могут вызвать сонливость, вялость, мышечную слабость, поэтому не слишком подходят для детей.

Чтобы помочь детям адаптироваться в новом коллективе, российские ученые разработали уникальный препарат «Тенотен детский», который является регулятором работы нервной системы и создан с учетом особенно-

стей детского организма. Препарат способствует бережной и естественной регуляции процессов возбуждения и торможения, устраняет повышенную возбудимость, успокаивает, уменьшает раздражительность и плаксивость.

«Тенотен детский» оказывает быстрое и мягкое лечебное действие и способствует более гладкому протеканию и скорейшему завершению процесса адаптации. В отличие от других успокаивающих препаратов «Тенотен детский» не вызывает заторможенности, дневной сонливости и вялости. Препарат безопасен даже при длительном приеме из-за отсутствия побочных эффектов и возможности случайной передозировки.

«Тенотен детский» поможет ребенку адаптироваться к любым переменам. Для взрослых спрашивайте в аптеках города препарат «Тенотен».

Проконсультируйтесь со специалистом, уточните возможные противопоказания.

Консультации по телефону в Москве 681-93-00 с 10 до 17 часов по рабочим дням. Спрашивайте в аптеках! www.tenoten.ru

Рег. уд. № ЛС-000542 и ЛСР — 003309/07 ФСНСЗСР.



АФАЛА: СВОБОДА ОТ АДЕНОМЫ

Аденома предстательной железы сама по себе не опасна. Но «отравлять» жизнь она умеет. Например, может вызвать нестерпимое желание выбежать в туалет в самый неподходящий момент — из кабинета шефа или с супружеского ложа. Эта коварная болезнь делает мочеиспускание частым, затрудненным и болезненным, а сексуальную жизнь — вялой. Со временем процесс задержки мочи и вовсе может привести к операции.

После 50-ти лет предстательная железа увеличена у 50% представителей «сильного пола», а к 70-ти годам — почти у всех. Для профилактики аденомы, прежде всего, необходимы здоровый образ жизни и своевременная консультация уролога. Но если симптомы уже появились, оптимальным методом является сбалансированная терапия препаратом АФАЛА.

АФАЛА относится к самому современному классу лекарственных средств — потенцированным антителам в сверхмалых дозах, созданному на основе специальных технологий. Препарат АФАЛА создан для направленного действия на простату и содержит сверхмалые дозы специальных белков, практически не оказывает влияния на другие органы и системы, что повышает уровень безопасности препарата. В частности, АФАЛА, как прави-

ло, не угнетает потенцию и не снижает либидо, не влияет на артериальное давление, не вызывает головной боли, головокружения и заложенности носа, не вызывает сонливости и мышечной слабости, не влияет на качество управления автомобилем. Особенность препарата — целостное воздействие на ткань предстательной железы. АФАЛА через нормализацию обменных процессов помогает уменьшить объем простаты, восстановить мочеиспускание и устранить воспаление.

АФАЛА: естественное сохранение мужского здоровья

Несколько лет назад медицинской общественности было представлено лекарственное средство — «Импаз», которое разработано и производится только в России. «Импаз» была создана специально для лечения нарушений эрекции. Действие «Импазы» основано на механизме расширения сосудов, которые ответственны за кровенаполнение пещеристых тел полового члена. Что особенно важно, «Импаз» способствует улучшению качества жизни, нормализует и повышает проявления сексуальной сферы мужчин, включая половое влечение, эрекцию, удовлетворенность половым актом. Соответственно препарат помогает повысить и общий тонус организма, устраняя слабость, снижая утомляемость, повышая физическую активность



и половое влечение!

Очень важно, особенно для мужчин зрелого возраста, что «Импаз» может быть использована совместно с другими лекарственными средствами. Препарат лучше применять регулярно, для лечения, курсом продолжительностью 8-12 недель. Курсовой прием способствует восстановлению естественной эрекции и дает возможность вести нормальную половую жизнь. По имеющимся данным, «Импаз» практически не имеет противопоказаний к применению и значимых побочных эффектов.

Проконсультируйтесь со специалистом, уточните возможные противопоказания. Информация по медицинскому применению препаратов по телефонам (495) 681-93-00, 681-09-30 по рабочим дням с 10 до 17 часов. Спрашивайте в аптеках. www.impaza.ru

Рег. уд. № 000374/01 — 2001 ФСНСЗСР.