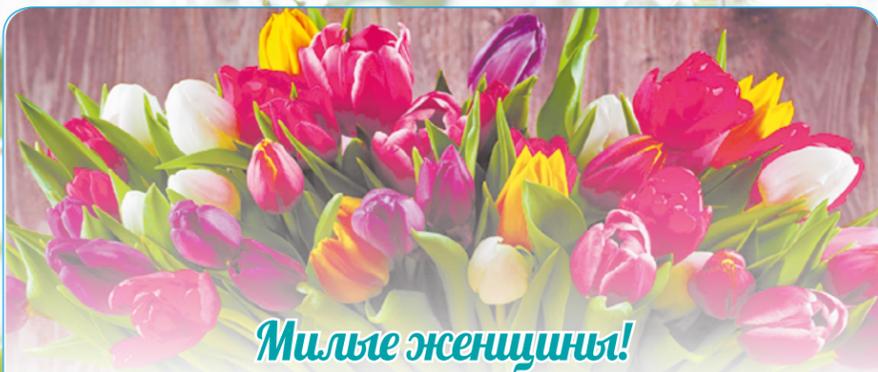


## С праздником, толстички!



**Милые женщины!**  
Примите искренние поздравления  
с чудесным праздником  
**Красоты, Весны и Любви!**



**Юлия СПИРИНА,**  
директор Центра  
репродуктивного  
здоровья  
доктора Спириной

Недаром этот праздник отмечается в такое замечательное время года, когда пригревает солнышко, пьянеет воздух от таящего снега и появляются первые цветы... Вместе с природой расцветают и женщины – становятся еще более привлекательными и обаятельными!

Желаю вам, милые женщины, весеннего настроения, мужского обожания! А начало весны пусть принесет в вашу жизнь много радостных и приятных моментов!

Будьте здоровы и счастливы!  
Любите и будьте любимы!



г. Томск, пр. Фрунзе, 39, 2-й этаж,  
тел. 799-200, сайт: [drspirina.ru](http://drspirina.ru)

### Дорогие наши женщины! Примите сердечные поздравления с весенним праздником!



Женские руки хранят тепло домашнего очага, уют и благополучие в семье, дарят ласку и любовь, берегут и приумножают красоту окружающего мира. И пусть красота и молодость всегда будут с вами! Благодарим вас за теплоту, щедрость и огромное трудолюбие, за понимание и поддержку!  
Будьте здоровы, счастливы и благополучны!



**Владимир ВОРОНОВ,**  
врио руководителя Территориального органа  
Росздравнадзора по Томской области

### «Еламед Сибирь»

Поставка продукции ОАО «Елатомский приборный завод»  
со склада в Томске



- Медицинская мебель
- Дезинфекционное оборудование
- Расходные материалы
- Физиотерапевтическое оборудование
- Медицинские изделия для лабораторных исследований



Реклама.

Адрес: мкр. Каскад, д. 13, тел.: 215-661, 78-19-77,  
e-mail: [elatomsk@mail.ru](mailto:elatomsk@mail.ru), сайт: [elamed.com](http://elamed.com)



**Поставка  
медицинского оборудования,  
расходных материалов  
и дезинфицирующих средств  
для больниц и лабораторий**

ОФИС: г. Томск, пр. Ленина, д. 110, 5-й этаж.  
СКЛАД: г. Томск, пр. Фрунзе, д. 240-а, стр. 10.  
ТЕЛЕФОН: (3822) 903-933.  
E-MAIL: [evazmed@mail.ru](mailto:evazmed@mail.ru)

Реклама.

Томский базовый медицинский колледж

## С ЛЮБОВЬЮ К КОЛЛЕДЖУ



## Уроки доброты и уважения

**Людмила Денисовна Порохина, заслуженный работник здравоохранения РФ, отличник здравоохранения РФ, возглавляла медколледж 18 лет. Благодаря ее умелому руководству коллектив стал одним из лучших средних специальных учебных заведений страны.**



## Войной закаленная

Более полувека посвятила работе в медицинском колледже заслуженный учитель РФ, отличник здравоохранения РФ Евгения Яковлевна Бобина. Труженик тыла, ветеран труда, бывший директор училища – это всё о ней, замечательном педагоге, влюбленном в свое дело, и удивительной женщине.

Евгения Яковлевна принадлежит к поколению, по которому прошла война и оставила свои отпечатки на всю жизнь.

Юной 14-летней девочкой после окончания семилетки она пошла учиться в Томскую фельдшерско-акушерскую школу. Шел 1943 год, фронту нужны были врачи, медсестры. И Евгения, как и миллионы других девочек, очень хотела быть нужной стране, всеми силами помогать одолеванию врага. Поэтому мечтала только о медицине.

Но учиться было непросто: в классах школы, которая располагалась в старом двухэтажном здании на улице Шишкова, 4, было холодно, зимой замерзали даже чернила, постоянно хотелось есть, а обучение шло ускоренными темпами.

Но студенты забывали обо всем, когда приходили в эвакуацию в здание сегодняшнего НИИ курортологии, где лежали тяжелораненые бойцы. Студентки ухаживали за ними, делали несложные перевязки, писали под диктовку письма домой. Это был маленький вклад в приближение Великой Победы.

– Война научила главному – ценить жизнь, – говорит сегодня Евгения Яковлевна, – быть честным, сострадающим, ответственным и... бесстрашным.

Эти качества стали чертами характера самой нашей героини, как и упорство в достижении поставленных целей. Она решила осваивать новые вершины в медицинской профессии. В 1947 году Евгения стала студенткой Томского медицинского института.

Шесть институтских лет пролетели быстро, они были насыщены не только усердной учебой на санитарно-гигиеническом факультете, но и созданием молодой семьи: на последнем курсе Евгения стала мамой своей дочери, а через три года – сына.

С дипломом санитарного врача Евгения Яковлевна начала трудовую путь в областной санитарно-эпидемиологической станции. За восемь лет работы стала настоящим профессионалом, познакомилась с работой профильных учреждений во всех районах области. Своим опытом делилась со студентами медучилища – учила санитарно-просветительской работе.

В 1961 году Евгения Яковлевна вернулась в родное медучилище в должности преподавателя. Подлинным признанием для нее стало педагогическое поприще. Здесь сполна проявились увлеченность, творческий подход к делу и организаторские способности. Через несколько лет она была назначена заведующей учебной частью, а затем и директором училища. В этой должности Евгения Яковлевна проработала 13 лет.

– Возглавила училище я в 1974 году, в это время оно располагалось в двух деревянных зданиях на пл. Дзержинского, но площадей не хватало. Выручали учеб-

ные комнаты во всех лечебных учреждениях, где мы проводили занятия, часто у постели больного. И коллектив педагогов был очень сильный, квалифицированный, у нас преподавали даже главные врачи учреждений.

В то время мы выпускали еще санитарных фельдшеров, поддерживали тесную связь с Домом санитарного просвещения. Большое внимание стало уделяться научно-исследовательской работе студентов – необходимо было воспитывать думающего, разностороннего специалиста.

Заслуженный авторитет среди коллег позволил Евгении Яковлевне стать председателем Республиканского совета по организации научно-исследовательской работы студентов медучилищ, она принимала активное участие в подготовке и проведении научно-практических студенческих конференций не только в Томске, но и в городах Сибири, Дальнего Востока.

## «Очень любила студентов, свою работу педагога».

Покинув должность директора, Евгения Яковлевна продолжила работу в качестве преподавателя. В 1992 году, когда в учебные планы подготовки санитарных фельдшеров впервые включили дипломное проектирование, она стала первым методическим руководителем по дипломному проектированию по специальности «Медико-профилактическое дело». Качество дипломных работ было высоким, опыт проводимой работы был обобщен Е.А. Бобиной в журнале «Специалист».

– Очень любила студентов, свою работу педагога, – признается ветеран труда, – Горжусь, что воспитала тысячи прекрасных специалистов, а медколледж стал для меня вторым родным домом, и я радуюсь его сегодняшним успехам!

Довольна она и тем, что воспитала достойных детей. Дочь Ольга пошла по ее стопам: окончила пединститут и посвятила себя работе в медколледже, сегодня она также авторитетный педагог, заслуженный учитель РФ, для которого мама – пример во всем. Сын Владимир связал свою жизнь со спортом, как и отец.

В День 8 Марта Евгения Яковлевна получит теплые поздравления от сотрудников колледжа, букеты весенних цветов от самых близких людей, в том числе двух внуков и двоих любимых правнучек. Она благодарна своей судьбе, которая подарила ей активное долголетие (год назад она отметила 90-летний юбилей). А залог его, думается, Любовь – к своему делу, людям, семье, вообще к жизни.

У Людмилы Денисовны крепкие сибирские корни: она выросла в деревне Омской области, в большой семье, где было десять детей, она – девятая. Ватагой бегали в лес – за ягодами, грибами, в послевоенное голодное время выручал огород. И еще рыба, которую ловил отец. Он был единственным в селе участником войны, который живым, хоть и инвалидом, вернулся домой. И, чтобы как-то помочь семьям, потерявшим кормильцев, просил детей отнести им пойманную рыбу. По вечерам сестры выходили за ограду и пели под гитару (в семье все любили петь и могли аккомпанировать, а старший брат, который погиб на фронте, играл на многих инструментах). Соседки, многие из которых были вдовами, слушали и почему-то плакали.

– В детстве я получила хорошие жизненные уроки доброты, помощи людям, – вспоминает Людмила Денисовна. – Навсегда усвоила советы родителей: нужно уважать людей, слушать старших, не браться за необдуманные слова. И еще – надо трудиться и трудиться. Все выросли трудолюбивыми, трое получили высшее образование, среди них и я.

Людмила Денисовна окончила Омский медицинский институт в 1970 году. По распределению приехала в Томск, работала в системе санитарно-эпидемиологической службы. Ее лидерские качества, умение брать на себя ответственность отметили: она возглавляла СЭС Советского района г. Томска, затем обком профсоюза медицинских работников.

В 1992 году Л.Д. Порохина была назначена директором Томского медицинского училища (с 1995 года – базового медицинского колледжа).

– В учреждение я пришла с большим желанием сделать что-то хорошее, – делится Людмила Денисовна. – Времени и сил не жалела, трудности не пугали, верила в поддержку коллектива и помощь областного департамента здравоохранения. И не обманулась, со временем мы со всем справились.

Большие изменения произошли в учебном процессе: были созданы два компьютерных класса, учебные кабинеты пополнились фантомами, мялками, аудио- и видеопаратурой. Под руководством Людмилы Денисовны активно внедрялись современные технологии: компьютерное, модульное, дистанционное, проблемное обучение. Одним из первых в России колледж начал подготовку специалистов повышенного уровня образования. Коллектив принимал активное участие в Сибирском форуме образования и Межрегиональной выставке-ярмарке «Образование. Карьера. Занятость», по итогам которых ежегодно награждался



**Татьяна ЛОЖКИНА, директор ОГБПОУ «Томский базовый медицинский колледж», отличник здравоохранения РФ:**

– В этом году отмечается 80-летие системы профессионального образования в Томской области.

В канун этого юбилея и Международного женского дня хочется отметить женщин – замечательных руководителей колледжа, которые своим профессиональным трудом, личным

примером внесли большой вклад в развитие нашего учреждения и всей системы профобразования.

Они заложили фундамент для дальнейшего развития и новых достижений колледжа. Мы гордимся такими руководителями, стараемся брать с них пример и говорим им слова искренней благодарности!

В лице этих женщин-руководителей я поздравляю коллег, всех томичек с наступающим праздником! Всем желаю крепкого здоровья, весеннего настроения и много счастливых и радостных моментов в жизни!

## ПРЕДУПРЕДИТЬ НАРУШЕНИЯ В ЗДРАВООХРАНЕНИИ



Территориальный орган Росздравнадзора по Томской области в рамках реформы системы госконтроля подвел итоги своей деятельности за 2019 год. Цель реформы – информационная работа с субъектами контрольно-надзорной деятельности для предупреждения нарушений в их работе.

В прошлом году специалисты Росздравнадзора по Томской области провели 252 проверки. Из них плановых – 20%, проверки перед выдачей лицензий – 10%, по поручению Правительства – 2%, для проверки исполнения выданных ранее предписаний – 34%, по жалобам граждан – 34%.

– Контрольно-надзорные мероприятия нашей службы направлены в первую очередь на соблюдение лицензионных требований при осуществлении медицинской и фармацевтической деятельности, – рассказывает **врио руководителя Территориального органа Росздравнадзора по Томской области Владимир Воронов**. – В ходе проверок нарушения законодательства выявлены в 40,3% случаев. К сожалению, нарушения типичны и повторяются из года в год. Мы призываем руководителей и сотрудников учреждений, а также и субъектов фармацевтической деятельности к активному сотрудничеству с нашими специалистами для предупреждения как штрафных санкций, так и возникновения угроз для здоровья населения.

Как отметил Владимир Иванов, общая сумма штрафов за 2019 год составила 799 788 рублей.

Оказание медпомощи

В прошлом году в Росздравнадзор поступило 170 обращений граждан с жалобами на качество оказания медицинской помощи. Больше всего томичи жаловались на качество лечения взрослого населения (85% жалоб), значительно меньше претензий граждане высказывают в отношении работы педиатров.

В 2019 году Территориальным органом Федеральной службы

по надзору в сфере здравоохранения по Томской области проведено 104 проверки на предмет соблюдения медицинскими организациями порядков оказания медицинской помощи. Из них плановых – три, внеплановых – 101.

Внеплановые проверки проводились при поступлении обращений и заявлений граждан о фактах возникновения угрозы причинения вреда жизни, здоровью граждан – 19, причинения вреда жизни, здоровью граждан – 49.

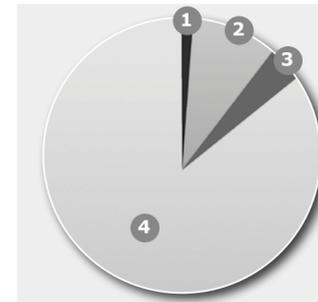
В результате контрольных мероприятий выявлены 58 нарушений порядков оказания медицинской помощи.

В оказании медицинской помощи взрослому населению больше всего нарушений по профилям: «сердечно-сосудистые заболевания», «терапия», «акушерство и гинекология». Также выявлены нарушения по профилю «пластическая хирургия», при оказании медицинской помощи при психических расстройствах и расстройствах поведения. Основные нарушения в медпомощи детскому населению произошли по профилям: «педиатрическая помощь», «детская онкология», «детская кардиология».

Наибольшее же количество нарушений выявлено в организации меддеятельности и в оснащении медицинских организаций.

По итогам проверок были выданы 33 предписания по исправлению нарушений, а также составлены пять протоколов об административных правонарушениях с наложением штрафных санкций.

Также специалисты Росздравнадзора осуществили 43 проверки по контролю за выполнением стандартов медицинской помощи, причем 40 из них были внеплановыми. Нарушения стандартов выявлены у трех субъектов. По



## Статистика жалоб

Всего в 2019 году количество обращений граждан на Территориальный орган Росздравнадзора по Томской области составило 687, из них повторных 85:

1. о лекарственном обеспечении – 7,
2. о вопросах лицензирования – 51,
3. об обращении медизделей – 22,
4. о качестве и безопасности медицинской деятельности – 485.

результатам выданы 11 предписаний об устранении выявленных нарушений.

## Лицензионный контроль медицинской деятельности

По данному направлению Росздравнадзором по ТО проведены 62 проверки, из них 24 по исполнению ранее выданных предписаний. Наруше-

ния лицензионных требований выявлены у 21 субъекта, в отношении всех их составлены и направлены в суд протоколы об административных правонарушениях, на которые представителям ЛПУ стоило обратить внимание:

- отсутствие (несоблюдение) системы внутреннего контроля качества и безопасности медицинской деятельности;

– нарушения порядка оказания медицинской помощи в части оснащения медицинским оборудованием;

– неправильное ведение документации (договоры на обслуживание медтехники не обновляются ежегодно);

– нарушения правил предоставления платных медицинских услуг.

## фармацевтическая деятельность

## Контроль качества лекарственных средств

В прошлом году проверена деятельность трех юридических лиц в сфере обращения лекарственных средств с отбором образцов лекарственных средств в рамках федерального государственного надзора на базе лаборатории Росздравнадзора на соответствие требованиям нормативной документации. Также проводился выборочный контроль лекарственных препаратов. В результате контрольных мероприятий нарушений не выявлено.

Лабораторное исследование отобранных образцов подтвердило соответствие лекарственных препаратов заявленным параметрам.

Также в Томской области не выявлено ни одного фальсифицированного лекарственного средства или лекарственного средства, находящегося в обороте с нарушением законодательства РФ.

## Хранение и реализация лекарств

Росздравнадзор по ТО проверил хранение и отпуск препаратов в аптеках, интернатах и аптеках медицинских организаций. Всего было проведено 17 проверок, две из них – по жалобам граждан.

По результатам выдано пять предписаний об устранении выявленных нарушений, составлено три протокола об административном правонарушении, наложено два штрафа на сумму 60 тыс.



рублей. Типичные нарушения в этой области:

- не утверждены стандарты, регламенты хранения лекарственных препаратов, их приема, транспортировки, размещения;
- не соблюдаются условия хранения лекарственных препаратов (нарушаются нормы температурного режима и влажности при хранении лекарственных препаратов, светочувствительные лекарственные формы находятся на свету и др.);
- журнал учета операций, связанных с обращением лекарственных средств

для медицинского применения, ведется не по форме, страницы не пронумерованы, не ставится отметка о ежесменной инвентаризации, в имеющихся журналах заполняются не все графы;

– выявлены лекарственные препараты с истекшим сроком годности, подлежащие изъятию из обращения;

– нарушаются правила регистрации лекарственных препаратов, подлежащих предметно-количественному учету;

– выявлено совместное хранение в холодильнике иммунобиологических лекарственных препаратов с другими лекарственными препаратами; а также выявлено совместное хранение в холодильнике дезинфицирующих средств с лекарственными препаратами.

В течение года случаев повторных нарушений юридических лицами установленных требований при обращении лекарственных препаратов не выявлено.

## Мониторинг доступности лекарств

В обязанности Росздравнадзора по ТО входит мониторинг ассортимента и цен на жизненно необходимые и важнейшие лекарственные препараты (ЖВЛП), которые входят в перечень, утвержденный Правительством РФ. Обеспечение ценовой доступности лекарственных средств на современном этапе является одной из основных задач государственной политики в сфере лекарственного обеспечения населения.

По данным этого мониторинга, проведенного специалистами службы в 2019

году, был отмечен рост уровня розничных цен по сравнению с 2018 годом.

Больше всего увеличились цены на препараты в ценовой категории до 50 рублей (на 8,1%), меньше всего – на дорогие препараты стоимостью более 500 рублей.

Закупочные (оптовые) цены в амбулаторном сегменте увеличились на 7,2%.

Уровень фактических отпускных цен производителей ЖВЛП увеличился на 6,2% (в 2018 году цены выросли всего на 1,0%). Рост закупочных цен на ЖВЛП в госпитальном сегменте фармацевтического рынка в 2019 году составил 5,2%.

Размер предельных розничных торговых надбавок, применяемых на территории Томской области, в течение 2019 года, составил 19,8% (не должен превышать 28,57%). Таким образом, превышения установленного размера розничных цен и размера торговых надбавок не установлено.

Специалисты Росздравнадзора по ТО оказывают консультативные субъектов медицинской и фармацевтической помощи по тел. **53-49-42** и e-mail **info@reg70.roszdravnadzor.ru**

Круглосуточная горячая линия для пациентов – **8-800-500-18-35**.



## Дорогие женщины! Примите искренние поздравления с Международным женским днём – 8 Марта!

Этот праздник стал символом женской красоты, любви и нежности. Женская способность наполнять жизнь тех, кто рядом, любовью и заботой вызывает восхищение! Желаю вам прекрасного настроения, исполнения жизненных планов и надежд! Пусть в вашей душе всегда цветет весна, а счастье, любовь и удача будут вашими неизменными спутниками!

С уважением,  
директор ТФОМС Томской области  
Алексей РУДКО



## Дорогие женщины, поздравляю вас с МЕЖДУНАРОДНЫМ ЖЕНСКИМ ДНЁМ!

В этот праздник женственности и красоты хочется пожелать вам добра, мира, нежности и побольше душевного тепла. Пусть каждый весенний день вместе с яркими лучами солнца приносит вам радость, обожание, уверенность в своем очаровании! Здоровья вам и счастья! Мы всегда поддерживаем вас, ценим и любим!



Максим КИСЕЛЁВ,  
главный врач ОГАУЗ  
«Поликлиника №1»

## Дорогие наши женщины! Поздравляю вас с наступающим Днём 8 Марта!

Этот прекрасный весенний праздник в нашей стране отмечается с особой теплотой. Он олицетворяет собой огромную любовь и уважение мужчин к прекрасной половине человечества. Мы, мужчины, восторгаемся не только вашей красотой, но и добротой, терпением, милосердием и нежностью! Желаю вам крепкого здоровья, огромного счастья и удачи во всем!



От имени  
профсоюзной  
организации  
НИИ кардиологии  
ТНИИЦ РАН  
Всеволод ГУЛЯЕВ,  
председатель комитета



## Дорогие томишки! Примите искренние поздравления с первым весенним праздником – 8 Марта!

Вы вдохновляете мужчин на подвиги, несете радость и гармонию, мир и спокойствие. Все самое хорошее и светлое в нашей жизни – от вас, дорогие женщины. В этот весенний день, который наполнен радостными улыбками, ароматом цветов и искренними комплиментами, примите наши поздравления! Мы желаем вам здоровья и благополучия, счастья и тепла, цветов и улыбок! Будьте всегда привлекательными и очаровательными!

Алексей ЗАРУБИН,  
управляющий Томским отделением  
ПАО Сбербанк



## Дорогие коллеги, томишки! Примите сердечные поздравления с Женским днём!

Этот прекрасный весенний праздник по-особому любим, ведь весна – не только время года, но и состояние души. С нею связаны пробуждение, расцвет, теплота, гармония и радость. И недаром именно весной чувствуют женщины. Желаю вам, дорогие, огромного счастья! Пусть вас всегда окружают любовь, забота и внимание близких, особенно мужчин! Наша ассоциация всегда готова поддержать коллег и рада новым знакомствам!

Татьяна ФЕДОТКИНА,  
председатель  
ТРОО «Профессиональная  
ассоциация  
медсестер Томской области»



## Дорогие женщины! Примите искренние поздравления с праздником весны – Днём 8 Марта!

Женщина во все времена является воплощением душевной гармонии, олицетворением жизни на земле, дарит доброту и ласку своим близким. Желает, чтобы вы оставались нежными и деловитыми, целеустремленными и обаятельными. Пусть рядом с вами будут достойные мужчины! Счастья вам, любви, радости и тепла!

От имени профсоюзной организации  
НИИ психического здоровья ТНИИЦ РАН  
председатель комитета  
Светлана МАЛЬЦЕВА



## Коллектив Клиники «Сибирская» поздравляет женщин Томска с праздником!

Желаем вам расцвести вместе с этой весной!  
Жить весной каждый день, каждый час своей жизни,  
чувствовать ее всем сердцем и душой, а заботу  
о своей внешности поручить нам!

Напоминаем, что  
в Клинике «Сибирская»  
возобновило работу  
отделение  
Косметологии и  
пластической хирургии.

### НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И МАТЕРИАЛЫ

### ОПЫТ И ЗАБОТА

### ВЕДУЩИЕ СПЕЦИАЛИСТЫ ИЗ МОСКВЫ, НОВОСИБИРСКА И УФЫ

КЛИНИКА  
СИБИРСКАЯ АДРЕС: Томск, ул. Сибирская, д. 31  
90-33-31 cl-sib.tomsk.ru

## Поздравляю всех женщин нашего объединения с весенним праздником – ДНЁМ 8 МАРТА!



Это самый нежный, самый женственный праздник: по-весеннему пригревает солнышко и расцветают улыбки на лицах женщин – от внимания мужчин, которые дарят цветы и свои поздравления в стихах и прозе. О прекрасной половине человечества есть такой афоризм: «Женщина – это приглашение к счастью». А настоящее счастье – это любовь, мир в семье и забота близких. Пусть всё это будет у каждой из нас! Здоровья вам и всего доброго!

От имени профсоюзной организации  
ОГАУЗ «Детская больница №1»  
Марина ЕЛИЗАРОВА,  
председатель профкома

## в томском здравоохранении БУДУТ СТРОИТЬСЯ БОЛЬНИЦЫ

Аудит первичного звена здравоохранения завершился в Томской области. Власти региона в рамках программы модернизации планируют строительство 15 больниц и ремонт более 200 объектов здравоохранения.

Аудит показал, что порядка 5 тысяч единиц оборудования в ЛПУ нужно поменять. Капитальный ремонт нужен 260 объектам.

Региональная программа модернизации сформирована и отправлена на утверждение в Министерство здравоохранения РФ. По информации обладминистрации, уже запланировано строительство детской поликлиники в городе Асино и поликлиники в селе Кривошеино. Из областного бюджета 2020 года выделено 14 миллионов рублей на разработку проектно-сметной документации по этим объектам.

Госпрограмма укрепления первичного звена здравоохранения запущена осенью 2019 года. На ее реализацию планируется выделить дополнительно 150 миллиардов рублей в течение следующих трех лет.

Ранее сообщалось, что власти хотят построить новую специализированную детскую больницу на 550 коек и 250 посещений в смену. Ее планируют разместить на базе Северного медицинского городка, недалеко от Областного перинатального центра и ОКБ.

Строительство больницы оценивается в 6,5 млрд рублей. Губернатор выделил 90 млн рублей на разработку проектной документации для строительства детской многопрофильной больницы.

На текущий момент завершена работа над медико-техническим заданием, которое направлено в Минздрав. Первый этап согласования прошел.

## против вирусов

### ЗАЩИТЯТ НОВЫЕ МАСКИ

Новосибирские ученые из Института химии твердого тела и механики разработали материал для медицинских масок, имеющий высокую антибактериальную и противовирусную активность.

Испытания с коронавирусом еще не проводились, но есть основания полагать, что материал будет эффективен и против него, – говорится в сообщении.

Материал, разработанный в ИХТТМ, состоит из мультблауна (синтетического нетканого материала из очень тонких полипропиленовых микроволокон) и наносеребра. Материал прошел испытания в ГНЦ «Вектор» на вирусе гриппа А и на двух типах бактерий – стафилококке и кишечной палочке (Escherichia coli). Установлено, что живые микроорганизмы че-

рез такие маски не проходят. Испытания продемонстрировали, что обработанный серебром мультблаун моментально убивает вирус, а при длительном контакте его эффективность даже увеличивается, – говорится в сообщении.

Также отмечается, что если обычные маски необходимо менять каждые полтора-два часа, то маска ИХТТМ может работать в течение десяти часов в условиях непрерывного воздействия патогенной среды и способна самоочищаться. В ИХТТМ уже готова опытная линия.

Я нахожусь в плотном контакте с нашими партнерами из Китая. Если они запросят у нас этот материал для испытаний, мы однозначно его изготовим и вышлем, – сообщает главный научный сотрудник ИХТТМ, академик Николай Ляхов.

## ПРЕПАРАТ С УДВОЕННЫМ ЭФФЕКТОМ

Томские ученые на основе технического решения бийских коллег разработали новую технологию синтеза фармацевтической субстанции осельтамивира этоксисулцината и получили препарат с удвоенным противовирусным эффектом.

В разработке принимали участие специалисты ТГУ, Института проблем химико-энергетических технологий СО РАН (Бийск) и НИИ фармакологии и регенеративной медицины Томского НИИЦ РАН. Доклинические испытания проводили на базе Исследовательского центра фундаментальной и трансляционной медицины (Новосибирск), партнером выступил НПЦ «Химические технологии» (Томск).

Результаты доклинических исследований показали, что новое лекарственное средство обладает улучшенными характеристиками. К примеру, его противовирусная активность оказалась почти в два раза выше, чем у известного швейцарского препарата «Тамифлю»,

который широко используется для лечения гриппа, – сообщает пресс-служба ТГУ. – Исследования показали, что препарат отличается низкой общей и хронической токсичностью, не обладает мутагенным, канцерогенным и аллергизирующим действием.

В свою очередь, проректор по науке и инновационной деятельности ТГУ Александр Ворожцов отметил, что в настоящее время большинство фармацевтических субстанций производится в Китае:

Для России важно изменить эту пропорцию за счет создания отечественных препаратов, которые по эффективности не уступали бы зарубежным. Теперь же у нас есть готовая лекарственная форма, получен патент. Ожидается, что производство лекарственного средства и конечная стоимость для потребителя будут существенно ниже стоимости зарубежного аналога, оно может появиться на рынке уже к 2025 году. Проект реализован в рамках федеральной целевой программы «Фарма 2020».



## Санаторий «Синий Утес» приглашает отдохнуть и поправить свое здоровье по путевкам

Лечение у детей и взрослых заболеваний:

- опорно-двигательного аппарата,
- нервной системы,
- желудочно-кишечного тракта,
- эндокринной системы и обмена веществ,
- органов дыхания,
- сердечно-сосудистой системы,
- кожного покрова,
- инфекционного характера (болезнь Лайма, клещевой энцефалит).

ТОЛЬКО В МАРТЕ И АПРЕЛЕ!

• ЛЕЧЕБНЫЕ ПУТЕВКИ  
НА 12 ДНЕЙ –  
25 200 руб.

• ПУТЕВКИ  
«МАТЬ И ДИТЯ»

• ПУТЕВКИ  
ВЫХОДНОГО ДНЯ  
«ВСЁ ВКЛЮЧЕНО!»  
от 3600 руб.

Подробности на нашем сайте  
siniy-utes.ru  
в разделах «Акции», «Новости».

К вашим услугам:

- 25-метровый бассейн, сауна, хамам;
- прокат лыж, коньков; • детские площадки.

Телефоны: (3822) 954-341, 954-323.

**Лечебно-оздоровительный центр «Здоровая мама – крепкий малыш» отмечает 25-летний юбилей. За эти годы он приобрел большую популярность не только среди томичей, но и далеко за пределами нашей области. Организатор центра, его вдохновитель и руководитель – Татьяна Кривоногова, доктор медицинских наук, профессор, врач-педиатр высшей категории.**

Татьяна Сергеевна относится к тем счастливым людям, которые нашли свое любимое дело и вкладывают в него всю душу, силы и энергию. А трудности лишь закаляют и убеждают в правильности жизненного выбора.

Центр «Здоровая мама – крепкий малыш» стал ее детищем, заботой и вдохновением. Четверть века назад подобных центров в Томске не было, единственным в своем роде он остается и сейчас.

#### Началось с идеи

Вначале был замысел. Инициативная и энергичная Татьяна Кривоногова решила помочь беременной женщине морально и физически подготовиться к родам, сделать так, чтобы женщина максимально физиологично родила, причем здорового ребенка.

Эта идея актуальна всегда, но особенно была востребована в 90-е годы, когда рождаемость пошла на спад, а экономический кризис порождал стрессы, неуверенность в себе и в завтрашнем дне – все это отражалось и на самочувствии беременных женщин.

Татьяна Сергеевна, в то время доцент медуниверситета, разработала и внедрила целый комплекс оздоровительных методик, привлекла к работе специалистов, сама активно проводила занятия.

Вначале оздоровительный комплекс применялся на разных базах: женской консультации роддома №1, детских садов, но Татьяна Сергеевна мечтала о центре, который будет дарить женщинам и детям ЗДОРОВЬЕ. Замысел был настолько актуален, что в 2002 году Татьяна Кривоногова стала победителем конкурса медицинских проектов «Есть идея!», организованного нашей газетой.

Не сразу все получилось. Но убежденность руководителя, проработанность проекта, наличие уже практического опыта по работе с беременными женщинами и с детьми на разных площадках сыграли свою роль. И через некоторое время задуванное успешно воплотилось в жизнь: лечебно-оздоровительный центр «Здоровая мама – крепкий малыш» начал работу.

Вскоре появились первые результаты. Женщины у Кривоноговой практически не ложились на сохранение, не употребляли медикаментов, достаточно легко рожали. Дети ранних своих сверстников начинали сидеть, ходить, говорить. И главное – будущие мамочки перестали бояться родов, а шли на роды как на праздник.

Татьяна Сергеевна и на себе проверила эффективность оздоровительных методик, родив второго ребенка в зрелом возрасте. Эти наработки нашли отражение в докторской диссертации, которую она защитила в 2007 году.

В центре и тогда, и сейчас удачно сочетается содружество науки и практики. А настойчивость, упорство и умение отстаивать свои убеждения не раз пригодились Татьяне Сергеевне в процессе работы.

#### Отличный опыт

За прошедшее время накоплен богатый опыт: в центре обследованы почти три тысячи беременных, имевших различные соматические заболевания и факторы риска, а также более 10 тысяч детей. Беременность у женщин в 91,5% случаев заканчивается естественными родами. За этими цифрами – большая работа всего коллектива во главе с директором Татьяной Кривоноговой.

#### признание

Работа центра достойно оценена. Это подтверждают многочисленные грамоты, благодарности, дипломы администраций и учреждений г. Томска и Томской области.

Свидетельства признания на всероссийском уровне – золотая медаль за проект «Комплексный подход к оздоровлению детей дошкольного возраста» во всероссийском конкурсе «Росточек: мир спасут дети», диплом лауреата конкурса «Восемь жемчужин дошкольного образования России» – за реализацию одной из оздоровительных программ. В рамках федеральной Концепции охраны репродуктивного здоровья населения на 2000-2004 годы центр выиграл два гранта.



## УНИКАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ДЛЯ МАМ И ДЕТЕЙ



Директор  
Татьяна Кривоногова



#### Программы оздоровления

Несколько лет назад центр сменил «место жительства». Сегодня он располагается на 4-м этаже спортивного комплекса StarT. Здесь ведут приемы директор Татьяна Кривоногова, врачи различных специальностей, работает кабинет массажа. Занятия с беременными проходят в бассейне и гимнастическом зале.

– Мы проводим развивать два приоритетных направления – комплексное оздоровление беременных женщин с различной патологией и оздоровление, реабилитацию детей с различными отклонениями в состоянии здоровья, – говорит Татьяна Сергеевна. – У нас действуют программы для родителей, для будущих мам и для детей.

Для будущих мам реализуются специальные программы по укреплению, активизации резервных возможностей организма, как следствие этого происходит планомерное развитие плода и уменьшается риск рождения детей с перинатальной патологией. Будущие мамы проходят комплексную подготовку к родам: специальную гимнастику с элементами йоги, аквагимнастику для профилактики гипоксии плода, дыхательную гимнастику, которая проводится как в зале, так и в бассейне. Во время гимнастики при правильном дыхании происходит интенсивное снабжение плода кислородом, благодаря чему ребенок в утробе матери лучше развивается.

Обязательны музыкальная релаксация, совместные занятия с будущим отцом ребенка – все это придает уверенность женщине, улучшает самочувствие.

Проводятся индивидуальные консультации врача и психолога.

#### отзывы на сайте

– Татьяна Сергеевна, какое счастье, что есть такие специалисты, как Вы! Невероятная удача, что я Вас нашла и вот уже почти 10 лет живу без забот о здоровье своего ребенка, потому что точно знаю, что Ваши знания и умения, Ваш опыт и компетентность помогут решить любую проблему со здоровьем моего ребенка...

Марина Штанько

– В центре психолог настраивала будущих мамочек только на позитив, учила дыхательной гимнастике, давала ценный полный инструктаж и практически готовила к родам. Я очень довольна подготовкой! Врач, которая принимала роды, удивлялась, говорила, что редко бывает такие легкие и быстрые роды, тем более первые в 30 лет!

stjulietta

– Кроме зарядки, которая помогла мне не набрать лишней вес за время беременности, посетила курсы подготовки к родам. Не знаю, как прошли бы мои схватки, если бы не дыхательные упражнения, которым нас научили. Центру очень благодарна, если будем ждать второго, то опять к Татьяне Сергеевне!

jane

Для детей действуют программы оздоровления с рождения до года, до семи лет и до 16 лет, а также проводится наблюдение и лечение детей с родовыми травмами головного и спинного мозга и их последствиями (нарушение осанки, общей и мелкой моторики пальцев рук, общее нарушение речи, головные боли, нарушение когнитивных функций).

У детей до года проводятся осмотр и комплексная оценка состояния здоровья, все виды массажа, профилактика вирусных инфекций, щадящая гимнастика баби-йога для укрепления мышечно-связочного аппарата и прочее.

Оздоровление детей дошкольного возраста включает комплексную оценку состояния здоровья, дыхательную гимнастику, все виды массажа, коррекционную гимнастику для укрепления всех групп мышц, ароматерапию, стопотерапию при плоскостопии. В программу оздоровления детей с рождения до 16 лет входят также различные методики.

Для родителей организованы лекции и семинары, на которых они узнают о том, почему необходимо заниматься с ребенком с рождения, о пользе грудного вскармливания, психологических особенностях развития детей, профилактике вирусных инфекций и т. д.

Молодым мамам предлагается после родовая коррекционная гимнастика, а на занятия йогой приглашаются все желающие без ограничения возраста.

#### Получите заряд здоровья!

Центр сегодня, как и много лет назад, гостеприимно распахивает двери для тех, кто хочет получить заряд здоровья, уверенности в своих силах. Для этого сотрудники используют богатейший опыт и научный подход. А еще доброжелательность и заинтересованность в успехах каждого пациента. Руководитель Татьяна Кривоногова неутомимо ищет новые формы работы, разрабатывает новые методики, цель которых – сделать свою работу максимально эффективной. Верится, что с таким руководителем центр отметит еще не один юбилей!

Приходите – убедитесь в этом сами!

ЛОЦ «ЗДОРОВАЯ МАМА – КРЕПКИЙ МАЛЫШ» ждет вас по адресу:

г. Томск, ул. Пушкина, 63/10 (спорткомплекс StarT, 4-й этаж).

Тел. 8-953-926-57-72, время работы – с 10.00.

E-mail – zdormama@sibmail.com  
Сайт – malish-mama.tomsk.ru

## ПРЕДУПРЕДИТЬ ГРИПП И ОРВИ

За прошедшую неделю в Томской области ОРВИ и гриппом заболели 7402 человека. Выявлены вирусы гриппа А/Н1N1, А/Н3N2 и В. Также циркулируют вирусы негриппозной этиологии (парагрипп, риновирусы и другие).

В регионе введен ряд ограничительных мер, в том числе запрет на проведение массовых культурных, спортивных и других мероприятий в закрытых помещениях. В этот период следует:

- как можно чаще и тщательно мыть руки с мылом; обрабатывать кожный антисептиком;
- сокращать время пребывания в местах массовых скопления людей и общественном транспорте;
- в местах скопления людей при близком контакте с ними использовать медицинскую маску и менять ее каждые 3 часа;

- при признаках заболевания оставаться дома (не посещать работу, оставлять больного ребенка дома);
- регулярно обрабатывать гаджеты, клавиатуру и трубку телефонов дезинфицирующими салфетками;
- регулярно проводить влажную уборку в доме и на рабочих местах, проветривать помещения;
- ежедневно гулять на свежем воздухе, соблюдать режим питания, труда и отдыха;
- ввести в рацион питания больше продуктов, содержащих витамин С (шиповник, облепиха, перец сладкий, болгарский, смородина, петрушка и т. д.).

В случае обнаружения признаков заболевания следует незамедлительно обращаться за медицинской помощью и, во избежание осложнений, не заниматься самолечением.

(Из открытых источников).

# ЛЮБОВЬ: В ЧЕМ ПОЛЬЗА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

Безусловно, любовь – это чувство возвышенное и благородное, обладающее волшебными мгновениями. Однако, помимо всего прочего, любовь – явление физическое, объяснимое разнообразными химическими процессами. Это важно знать, ведь тогда мы понимаем, в чем польза любви не только для души, но и для тела.

#### Физиология

**Иммунитет.** Когда мы искренне любим, то в организме активно образуются антитела, защищающие от болезней. То есть любовь – это лучшее средство для повышения иммунитета.

**Кровообращение.** Хорошо улучшается венозное кровообращение, тем самым уменьшается вероятность варикозного расширения вен.

**Неврология.** Исчезают головные боли, спазмы, невралгии.

**Артериальное давление.** Любовные ласки и объятия являются прекрасным болеутоляющим средством: они стимулируют положительные эмоции и устраняют мигрень, при этом давление снижается, облегчается дыхание.

**Сердечно-сосудистая система.** Американский кардиолог Мелвин Рубенфайер (штат Мичиган) утверждает, что праздники влекут за собой и все, что их сопровождает, благоприятно сказывается на работе сердца и сосудов любящих людей.

**Стоматология.** Частые любовные поцелуи стимулируют выработку слюны, что предотвращает рост бактерий и защищает от кариеса.

**Обезболивание.** Ученые, проведя эксперимент, доказали, что достаточно всего лишь взглянуть на фото любимого человека, чтобы боль уменьшилась. Это объясняется тем, что в головном мозге активируются химические реакции, которые способны блокировать ощущение боли.

**Продолжительность жизни.** Исследователи США выявили, что пары, которые счастливы в браке, имеют большую продолжительность жизни и лучшие показатели здоровья по каждому из партнеров. Так, женатые мужчины и замужние женщины реже сталкиваются с такими серьезными заболеваниями, как диабет, болезни сердца, болезнь Альцгеймера и болезни легких.

#### Психология

**Чувство удовольствия.** Во время состояния любви активизируется та часть мозга, которая связана с получением удовольствия.

**Хорошее настроение.** Когда мы любим, то активизируется также зона мозга, отвечающая за опешение и награду. Поэтому вам кажется, что ваша любовь – это дар небес. Отсюда и приподнятое



«Любовь – это бесценный дар. Это единственная вещь, которую мы можем подарить, и все же она у тебя остается».

Л.Н. Толстой



настроение, чувство собственной значимости, парение.

Чувство любви подавляет активность той зоны мозга, которая отвечает за негативные эмоции. Семейные психологи полагают, что если в отношениях присутствуют такие эмоции, как раздражение, недовольство или гнев и они явно доминируют над позитивными эмоциями, то это говорит о том, что чувства пошли на убыль.

**Творческая самореализация.** Любовь зачастую сопровождается бессонницей. И если для организма это не очень хорошо, то для творческих людей это всегда большой плюс: появляется время для творчества, выражения своих чувств в разных доступных формах (литературное самовыражение, музыка, рисование и т. п.).

**Мотивация.** Все действия становятся осмысленными, наполненными фантазиями о будущем, и любовь дело кажется выполнимым. Любовь толкает на подвиги – незамедлительно заняться самосовершенствованием, например посещением фитнес-клуба или отказом от курения, так как ваш(а) избранник(ца) не переносит запах табака.

**Интеллектуальное самосовершенствование.** Любовь также имеет и образовательную

## Вся целебная сила живой природы

### В водном экстракте пихты сибирской «АБИСИБ-П»

Уникальность пихты состоит в том, что она содержит в себе не только фитонциды и биофлавоноиды, но и практически все компоненты, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма человека, такие как крахмал, сахар, протеин, кальций, фосфор, железо, 17 микроэлементов и богатый витаминный комплекс.

#### МЕХАНИЗМ ДЕЙСТВИЯ АБИСИБА-П ОСНОВАН НА:

- иммуностимулирующем эффекте,
- противовоспалительном (фитонцидном) эффекте,
- стимуляции репаративных процессов,
- воздействии препарата на гормональный статус,
- локальном и системном питании тканей.

ООО «НПЦ «БИОЭПЛ»  
г. Томск, ул. Р. Люксембург, 31,  
тел.: 514-484, 512-092.

Заказ с доставкой на дом  
abisib\_dostavka@mail.ru,  
сайт: abisib-tomsk.ru

## ПРИЗНАКИ НАСТОЯЩЕЙ ЛЮБВИ

### ПО МНЕНИЮ ПСИХОЛОГОВ

▼ Любовь – это действие, а не чувство. Это сознательное решение, которое вы принимаете снова и снова.

▼ Вы проявляете любовь. Вы вкладываетесь и прилагаете усилия. Вы не причиняете боль намеренно. Вы не мстите, не манипулируете. Потребности партнера вас не раздражают. Вы не пытаетесь занять все его время. Вы чувствуете себя уверенно без постоянных убеждений во взаимности.

▼ Вы цените точку зрения партнера. Вы учитесь языку, на котором он выражает любовь. Вы принимаете решения, учитывая его интересы и потребности. Вы поддерживаете. Вы заботитесь и принимаете заботу.

▼ Вы проявляете любовь, даже когда вам не хочется. Легко подумать, что вы любите, когда в отношениях все гладко. Но куда важнее период, когда начинаются трудности.

▼ Вы любите, если во время разногласий ваша цель – найти компромисс, а не вывить победителя.

▼ Вы любите, если не принимаете слова партнера в штыки, не сомневаетесь в нем. Не ведете счет. Не затягиваете обиду. Не лишаете партнера своей любви в наказание.

▼ Вы любите, если в первую очередь стремитесь понять, а не быть понятым. Вы слушаете и цените то, чем с вами поделились. И не вываливаете тут же собственные проблемы.

▼ Вы любите, если ведете себя так, будто вы с партнером в одной команде. Вы прислушиваетесь. Вы идете на уступки. Вы извиняетесь. Вы прощаете.

▼ Вы любите, даже когда вам больно. Вы уважаете потребности партнера, даже если они включают расставание.

▼ Любовь помогает обрести смысл существования. Когда мы любим настоящего, то острее чувствуем, что живем.




**Милые женщины!**  
**Поздравляю вас с замечательным весенним праздником!**

**Мы** очень дорожим вами, готовы оберегать и защищать вас, всегда восторгаемся и любимы вами! Желаем, чтобы вы и ваши близкие были здоровы, чтобы чаще радовали вас дети и внуки, чтобы счастьем сияли ваши глаза! Море вам цветов и искренних комплиментов!



**Александр КРАВЧЕНКО,**  
 директор «Открытой лаборатории»



*Сердечно поздравляем томичек с Днем 8 Марта!  
 Желаем счастья, а за здоровьем приходите к нам!*



**„РЕФЛЕКС“**  
 ЛЕЧЕБНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ ЦЕНТР

**лечение неврологических заболеваний  
 у детей и взрослых**

- Лечение болевых синдромов.
- Массаж.
- Выезд врача на дом.
- Лечение традиционными и акупунктурными методами.
- Листок нетрудоспособности по показаниям.

**ЛКЦ „РЕФЛЕКС“: г. Томск, ул. Герцена, 68, стр. 2  
 (помещение клиники микрохирургии глаза «ТОМОКО»).**  
**Телефоны: 50-40-66, 8-913-889-40-22.**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Реклама.

## СОГАЗ-Мед:

# О женском здоровье и красоте

Многие женщины любят посещать салоны красоты, проводить омолаживающие комплексы и пользоваться аппаратной косметологией. Подобные воздействия, безусловно, играют важную роль и способны улучшить внешний вид женщины, но настоящая красота идет прежде всего изнутри.

Специалисты СОГАЗ-Мед уверены, что следить за своим здоровьем становится так же модно, как делать косметические процедуры и посещать салоны красоты. А в рамках диспансеризации по ОМС, которая проводится раз в три года с 18 лет, а с 40 лет каждый год, современная женщина может совершенно бесплатно пройти необходимые обследования.

Генеральный директор АО «Страховая компания «СОГАЗ-Мед» Дмитрий Валерьевич Толстов отмечает:

– Страховые медицинские организации помогают людям узнать о своих правах в системе ОМС и воспользоваться ими. Мы верим, что повышение правовой грамотности застрахованных приведет к улучшению качества медицинского обслуживания и позволит всей системе обязательного медицинского страхования выйти на более высокий уровень. Ответственное отношение к своему здоровью – личное дело каждого, а наша задача – помочь людям узнать о своих правах и получить качественную бесплатную медицинскую помощь.

Подробную информацию о диспансеризации вы можете получить на сайте [www.sogaz-med.ru](http://www.sogaz-med.ru).

Своевременное прохождение обследований позволяет уменьшать вероятность развития болезней, влияющих на продолжительность жизни.

Диспансеризация нужна, чтобы убедиться, что все показатели здоровья в норме, выявить предрасположенность к заболеваниям, уловить самые незначительные отклонения в состоянии здоровья и не пропустить первые и скрытые признаки серьезных заболеваний.

Сбалансированное питание и активный образ жизни способны замечать лучших пластических хирургов! Мудрые женщины знают, что красота зависит от состояния здоровья. Подарите внимание самой себе, найдите время на свое здоровье. Уверены: этот подарок придется по душе не только женщинам, но и их близким!

**Если Вы застрахованы в компании «СОГАЗ-Мед» и у Вас возникли вопросы, связанные с порядком прохождения диспансеризации или получением медицинской помощи в системе ОМС, обращайтесь в СОГАЗ-Мед по круглосуточному телефону контакт-центра**

**8-800-100-07-02**

(звонок по России бесплатный).



## Диспансеризация для женщин

В рамках диспансеризации по ОМС, которая проводится раз в три года с 18 лет, а с 40 лет – каждый год, современная женщина может **СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО** пройти необходимые обследования:

1. Анкетирование, антропометрию.
2. Измерение артериального давления.
3. Определение уровней общего холестерина и глюкозы в крови.
4. Определение индекса массы тела (ИМТ).  
 Пример расчета ИМТ: вес – 55 кг, рост – 166 см, значит, 55: (1,66 × 1,66) = 20. Если ИМТ от 25 до 30, то у Вас избыточная масса тела. Об ожирении говорит ИМТ выше 30.
5. Флюорографию.
6. Маммографию. Проводится в возрасте от 40 до 75 лет раз в два года.
7. Осмотр фельдшером, врачом-гинекологом – ежегодно с 18 до 39 лет.
8. Взятие мазка с шейки матки, цитологическое исследование для женщин в возрасте от 18 до 64 лет раз в три года.
9. Определение относительного (18–39 лет) и абсолютного (40–64 лет) сердечно-сосудистого риска.
10. Осмотр у врача-терапевта.

Подробная информация также доступна на сайте [www.sogaz-med.ru](http://www.sogaz-med.ru).