

ШЕЛКОВЫЙ ПУТЬ ЗДОРОВЬЕ



№6 / АВГУСТ 2020



НУЖНАЯ
КНИГА

32

ЗДЕСЬ БУДЕТ ГОРОД...

АЭРОПОРТ ПЕКИН ДАСИН СТРОИТ КЛАСТЕР ЗДОРОВЬЯ

ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТА НА ПМСП

ЕСЛИ ВАС БЕСПОКОИТ:

- ПОВЫШЕНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА ДО 38 С (ИЛИ БЕЗ ПОВЫШЕНИЯ ТЕМПЕРАТУРЫ)
- ОБЩАЯ СЛАБОСТЬ, НЕДОМОГАНИЕ
- ПОТЛИВОСТЬ
- МИАЛГИЯ И ЛОМОТА В ТЕЛЕ
- ГОЛОВНАЯ БОЛЬ
- ПЕРШЕНИЕ В ГОРЛЕ
- КАШЕЛЬ
- НАРУШЕНИЕ ВКУСА И ОБОНЯНИЯ
- ДИАРЕЯ

- ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА, ПРЕДУПРЕДИТЕ РУКОВОДСТВО НА РАБОТЕ О НАЛИЧИИ У ВАС СИМПТОМОВ ВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ
- ИЗОЛИРУЙТЕСЬ ОТ ДРУГИХ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ
- ПОЗВОНИТЕ В ПОЛИКЛИНИКУ, ОТПРАВЬТЕ СМС СВОЕМУ УЧАСТКОВОМУ ВРАЧУ И СООБЩИТЕ О НАЛИЧИИ У ВАС СИМПТОМОВ



ВЕДИТЕ КОНТРОЛЬ ЗА СЛЕДУЮЩИМИ ПОКАЗАТЕЛЯМИ:

- ЧАСТОТА ДЫХАНИЯ
- ТЕМПЕРАТУРА ТЕЛА
- ЧАСТОТА ПУЛЬСА
- ОДЫШКА
- ПОЯВЛЕНИЕ (УСИЛЕНИЕ) КАШЛЯ

- ОБИЛЬНОЕ ПИТЬЕ ЖИДКОСТИ (ВОДА, ЧАЙ, МОРС)
- ПАРАЦЕТАМОЛ (ИБУПРОФЕН) ДЛЯ СНИЖЕНИЯ ТЕМПЕРАТУРЫ
- ОГРАНИЧЬТЕ ФИЗИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ
- ПРОДОЛЖАЙТЕ БАЗИСНУЮ ТЕРАПИЮ ПО ПОВОДУ ОСНОВНОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ (ГИПЕРТЕНЗИЯ, САХАРНЫЙ ДИАБЕТ, ХОБЛ, ИБС, АСТМА И Т.П.)

ПРИ СОХРАНЕНИИ ТЕМПЕРАТУРЫ БОЛЕЕ 3-5 ДНЕЙ ИЛИ ЕЕ ПОЯВЛЕНИИ ПОСЛЕ КРАТКОВРЕМЕННОЙ НОРМАЛИЗАЦИИ, ПОЯВЛЕНИИ (УСИЛЕНИИ) КАШЛЯ, СООБЩИТЕ ОБ ЭТОМ УЧАСТКОВОМУ ВРАЧУ – ОН НАЗНАЧИТ ВАМ СООТВЕТСТВУЮЩЕЕ ЛЕЧЕНИЕ

- ! ПРИ ПОВЫШЕНИИ ЧАСТОТЫ ДЫХАНИЯ БОЛЕЕ 24 В МИНУТУ И ВЫШЕ
- ПРИ УСИЛЕНИИ ОДЫШКИ ПРИ ПЕРЕДВИЖЕНИИ ПО КОМНАТЕ И РАЗГОВОРЕ
- ПРИ СНИЖЕНИИ ПОКАЗАТЕЛЯ ПУЛЬСОКСИМЕТРИИ НИЖЕ 95%
- СООБЩИТЕ УЧАСТКОВОМУ ВРАЧУ/СДЕЛАЙТЕ ВЫЗОВ СКОРОЙ ПОМОЩИ
- ВАМ БУДЕТ ПРЕДЛОЖЕНО ЛЕЧЕНИЕ НА ДОМУ ИЛИ ГОСПИТАЛИЗАЦИЯ В КРУГЛОСУТОЧНЫЙ СТАЦИОНАР В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТЯЖЕСТИ СОСТОЯНИЯ

НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ

- ХОДИТЬ ПО МАГАЗИНАМ, ГУЛЯТЬ НА УЛИЦЕ И В ДРУГИХ ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ, ПРИНИМАТЬ ГОСТЕЙ
- ИДТИ В ЛАБОРАТОРИЮ ДЛЯ СДАЧИ ТЕСТОВ, АНАЛИЗОВ КРОВИ И Т.П. – У ВАС УЖЕ ЕСТЬ КЛИНИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ И В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ ОНИ РАСЦЕНИВАЮТСЯ КАК ПРОЯВЛЕНИЕ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ, НЕЗАВИСИМО ОТ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО ИЛИ ОТРИЦАТЕЛЬНОГО ТЕСТА
- ИДТИ В МЕДИЦИНСКИЕ ОРГАНИЗАЦИИ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ КОМПЬЮТЕРНОЙ ТОМОГРАФИИ – ИЗМЕНЕНИЯ В ЛЕГКИХ ПОЯВЛЯЮТСЯ В ОПРЕДЕЛЕННЫЙ ПЕРИОД БОЛЕЗНИ, В КОТОРЫЙ ВЫ МОЖЕТЕ НЕ ПОПАСТЬ, А НЕБОЛЬШИЕ ИЗМЕНЕНИЯ НЕ ПОВЛИЯЮТ НА ТАКТИКУ ВАШЕГО ЛЕЧЕНИЯ.

СОДЕРЖАНИЕ



И СНОВА ШКОЛА ВСТРЕЧАЕТ



ГОРОД ДЛЯ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ



КОГДА ДОЛГ ПРЕВЫШЕ ВСЕГО

12

ИСЦЕЛЯЮЩАЯ ДОБРОТА

15

СВОЕВРЕМЕННАЯ ПОМОЩЬ МОНТАЖНИКОВ

16

АКЦИЯ ДОБРОСОСЕДСТВО

19

СЕНСОРНАЯ КОМНАТА ДЛЯ ОСОБЫХ ДЕТЕЙ

20

РОДЫ В COVID-19: КАК НА ФРОНТЕ...

23

ЛЕКАРСТВЕННАЯ КЛАДОВАЯ

24

В ШАГОВОЙ ДОСТУПНОСТИ И С КОМФОРТОМ

26

ПЕРСПЕКТИВНЫЕ ПЛАНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ НАЦИИ

30

МИССИЯ ВЫПОЛНЕНА ВОЕННЫЕ МЕДИКИ

32

ТАКАЯ НУЖНАЯ КНИГА

34

ДАЙДЖЕСТ

№6 / АВГУСТ 2020

Собственник:
Товарищество с ограниченной ответственностью «Группа компаний «Бизнес Медиа»

Председатель редакционного совета, CEO:
КОРЖУМБАЕВ Серик

Главный редактор:
СЛИВИНСКАЯ Анастасия

Заместитель главного редактора:
ДОНСКИХ Алевтина

Член редакционного совета:
ТЮЛЕНЕВА Марина

Коммерческий директор:
РОМАЙКИНА Алена

Дизайн, верстка:
ПОДКИДЫШЕВ Вадим, ПОПОВ Алексей

Контакты редакции:
Адрес: Казахстан, г. Алматы, площадь Республики, 13, офис 619
Тел.: 8 (727) 250 71 63; 8(727) 250 72 68
e-mail: info.magazin@dknews.kz

Отдел рекламы:
Тел.: 8 (727) 250 18 03; +7 777 224 51 63
e-mail: commercial@dknews.kz

Периодичность: 2 раза в месяц
Тираж: 5 тысяч экземпляров

Отпечатано в типографии Print House Gerona: г. Алматы, ул. Сатпаева, 30а/3, офис 124 тел.: +7 (727) 250 47 40, 398 94 59

В журнале использованы фото:
Китайское информационное агентство «Синьхуа», А. Калиева, В. Астапковича, из личных архивов редакции журнала, из открытых источников

При перепечатке текстов и фотографий ссылка на журнал «Шелковый путь. Здоровье» обязательна

СВИДЕТЕЛЬСТВО о постановке на учет периодического печатного издания, информационного агентства и сетевого издания выдано Комитетом информации Министерства информации и общественного развития Республики Казахстан № КЗ19ВР/У00023646. Дата выдачи 02.06.2020. Город Нур-Султан

И СНОВА ШКОЛА ВСТРЕЧАЕТ

НОВЫЕ ТРЕБОВАНИЯ — ВЕЛЕНИЕ ВРЕМЕНИ

«1 сентября — День знаний. В школах пройдут онлайн-линейки, посвященные Дню знаний и началу учебного года. Дети в школу не приходят, присутствуют на онлайн-линейках через доступные устройства и средства связи». Такое сообщение появилось на официальном Telegram-канале Министерства образования и науки Республики Казахстан.



Также пресс-служба министерства отдельным пресс-релизом разъяснила работу специальных организаций образования. Их работу в штатном режиме индивидуально и в группах с соблюдением норм санитарной безопасности обеспечат более 9700 педагогов.

На официальном сайте Национального научно-практического центра коррекционной педагогики размещены электронные версии учебников и видео-уроки. На сегодняшний день функционируют 420 специальных организаций образования, в том числе 195 кабинетов психолого-педагогической коррекции (КППК), 75 психолого-медико-педагогических консультаций (ПМПК), 98 специальных школ, 14 реабилитационных центров, 38 специальных дошкольных организаций. В кабинетах психолого-педагогической коррекции и реабилитационных центрах получают поддержку 24 503 ребенка, из них 2415 детей не посещают школу в связи с тяжелыми нарушениями.

Специальные детские сады будут работать в режиме детских садов общего типа.

Работа ПМПК, КППК и реабилитационных центров будет осуществляться в штатном режиме с соблюдением строгих санитарно-эпидемиологических требований и в дистанционном формате с применением специальных технологий.

Специальные организации образования согласовывают формат обучения с родителями.



В Китае начальные и средние школы начали частично открываться уже в последних числах августа, а в целом открытие нового учебного года продлится до сентября. Эти меры предосторожности были предприняты в целях профилактики и контроля за эпидемией COVID-19.

По сообщению Пекинской муниципальной комиссии по образованию, в столице шесть классов начальных и средних школ начали новый семестр в последнюю субботу августа, с общим числом учащихся 590 000 человек. Первоклассников у входа встречали их старшие товарищи, которые, проведя необходимую процедуру замера температуры, провожали малышей в класс.

В зданиях школ повсюду установлено бесконтактное оборудование для мытья рук. Желтые метровые линии и другие нарисованные знаки напоминают учащимся, чтобы они держались на расстоянии друг от друга.

Работники школ сообщили, что первые несколько дней учебного года будут посвящены знакомству детей с их «новым домом», также им расскажут о новых требованиях профилактики инфекционных заболеваний.

Многие школы подготовили наборы для каждого нового ученика, внутри которого находятся маски для лица, сте-

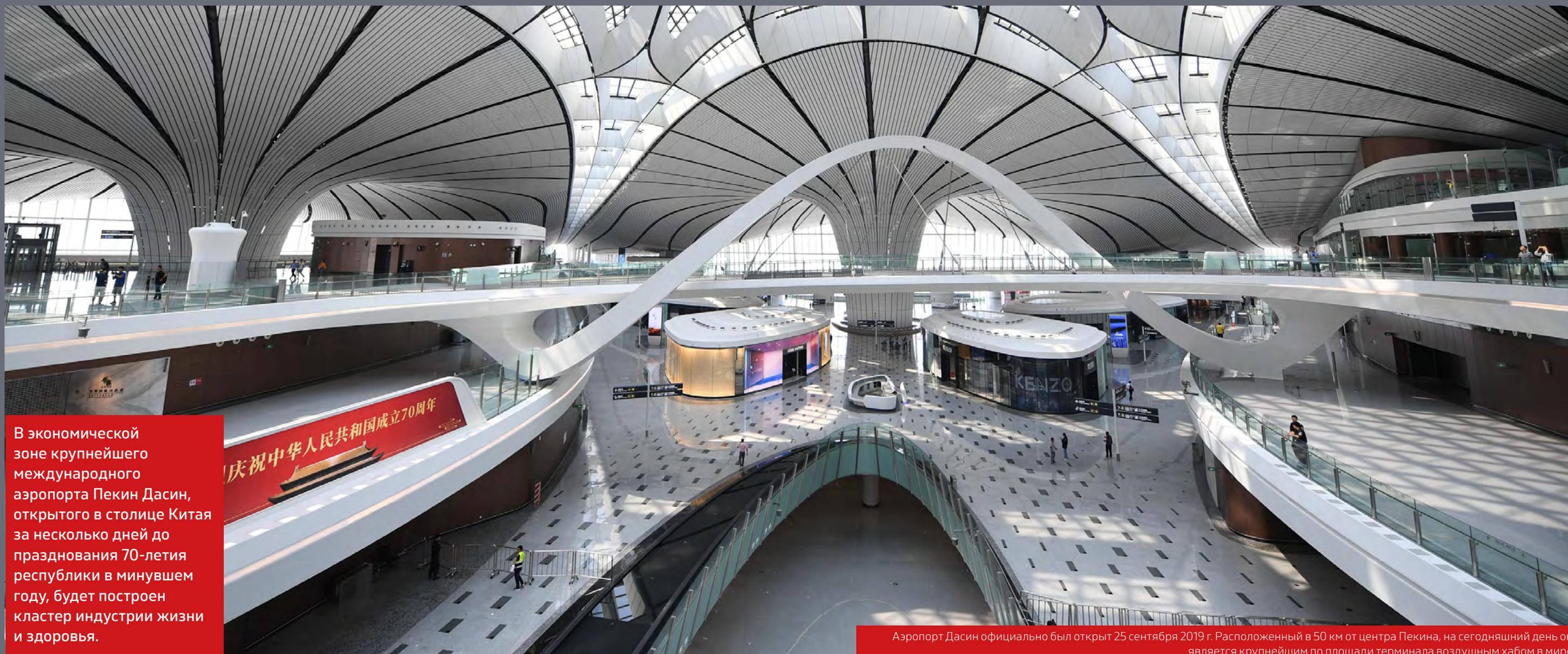
рилизированные бумажные полотенца и их именные карточки.

Несмотря на новые реалии, учебные заведения страны старались порадовать своих подопечных в первый день учебы. Так, в средней школе, входящей в состав Пекинского технологического института, церемония открытия нового учебного года проходила в актовом зале с выступлением хора и декламацией стихов. Однако, чтобы все же избежать многолюдности, некоторые учащиеся смотрели прямую трансляцию церемонии в своих классах.

Отметим, что в весеннем семестре китайские школы активно проводили различные противоэпидемические мероприятия. Повсюду соблюдались требования держать социальную дистанцию, а с учениками вели беседы, помогая им тем самым повышать осведомленность о здоровье и безопасности.

Ранее Министерство образования Китая выпустило циркуляр, в котором школам было предложено учитывать местные противоэпидемические ситуации и условия в школах при составлении планов действий в чрезвычайных ситуациях, а также расширить свои возможности в борьбе с возможными чрезвычайными ситуациями с помощью хорошо подготовленного персонала.

ГОРОД ДЛЯ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ



В экономической зоне крупнейшего международного аэропорта Пекин Дасин, открытого в столице Китая за несколько дней до празднования 70-летия республики в минувшем году, будет построен кластер индустрии жизни и здоровья.

Аэропорт Дасин официально был открыт 25 сентября 2019 г. Расположенный в 50 км от центра Пекина, на сегодняшний день он является крупнейшим по площади терминала воздушным хабом в мире

В Дасине, части экономической зоны Пекинского международного аэропорта, недавно был проведен онлайн-форум, посвященный развитию индустрии жизни и здоровья, с предложением построить здесь связанный с ней международный кластер.

На форуме был создан экспертный комитет, который рассматри-

вал все предложенные идеи и рекомендации по развитию индустрии жизни и здоровья в кластере мирового уровня.

Индустрия жизни и здоровья является ведущей отраслью в данной зоне, которая стремится выйти на новый этап развития, опираясь на сложившуюся здесь промышленную базу, выгодное местоположе-

ние и другие преимущества всеобъемлющей бондовой зоны.

Согласно плану развития индустрии жизни и здоровья зоны, Международный индустриальный парк жизни и здоровья будет построен на территории 50 кв. километров.

Парк будет состоять из международной зоны медицинских услуг, зоны исследований и разработок

(НИОКР) биомедицины и высокотехнологичных устройств, а также производственной зоны. Помимо этого, здесь предполагается разместить международный порт биомедицины, охватывающий медицинские услуги, медицинские исследования и фармацевтическую промышленность.

В настоящее время уже девять различных предприятий готовы

разместиться на территории кластера и сейчас ведут переговоры с руководством парка.

Как стало известно, в ближайшие дни начнется разработка дизайна проекта и бизнес-планирование объекта международного уровня.

Дасин, как часть экономической зоны Пекинского международного аэропорта, разделена на восточную

и западную группы. Западная группа составляет около 26 кв. километров, а восточная группа – около 24 кв. километров. По утверждению разработчиков, в будущем кластер превратится в удобный для жизни город с удачным сочетанием воздушного и железнодорожного транспорта и соблюдением всех экологических требований.

КОГДА ДОЛГ ПРЕВЫШЕ ВСЕГО



Уже больше полугода минуло с тех пор, как мир охватила эпидемия неизвестного ранее коронавируса, названного позже SARS-CoV-2. И все это время огромное количество медицинских работников во всех частях света, рискуя своей собственной жизнью, спасали жизни людей, изо всех сил стараясь выиграть время в схватке с вирусом. Первыми тяжелый удар COVID-19 отразили китайские врачи, продемонстрировав достойный пример истинного предназначения своей нелегкой профессии. К сожалению, невозможно в одной статье рассказать о каждом из них, да и просто перечислить – задача не из легких. Но все же мы решили поделиться хотя бы несколькими историями...



ГЕРОИ В НЕСЛОМЛЕННОМ ГОРОДЕ

Пэн Чжиюн уже в третий раз оказывается на передовой, сражаясь с крупнейшей за последнее время эпидемией, после вспышки атипичной пневмонии, разбушевавшейся в 2003 году, и птичьего гриппа в 2016 году.

– Как врач, я всегда должен сохранять уважение и заботу о жизни и никогда не отказываться ни от одного больного, – рассказывает Пэн. – Где бы ни были пациенты, мы тоже всегда там. Особенно, оказавшись лицом к лицу перед катастрофой, мы должны спешить на фронт. – Это наша обязанность.

– Столкнувшись с COVID-19, никто из моих коллег не отступил. Многие молодые врачи, которые вот-вот собирались жениться или у кого дома

были маленькие дети, несмотря ни на что, продолжали свою работу, – добавил он.

Еще один герой – Чжан Динъюй – глава больницы Цзиньинтань в Ухане, куда привозили зараженных коронавирусом со всего города. С неизлечимой болезнью, он, тем не менее, стал примером для многих в эти тяжелые месяцы.

С диагнозом боковой амиотрофической склероз (ALS), доктор будет постепенно терять мышечную силу, в конечном счете оказавшись парализованным и утратив способность говорить, двигаться, глотать и даже нормально дышать. Но 56-летний Чжан вместе со своими коллегами вылечил и спас более 2800 пациентов с COVID-19, многие из которых

БЛАГОДАРЯ САМООТВЕРЖЕННОСТИ И НЕОЦЕНИМОМУ ВКЛАДУ МИЛЛИОНОВ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ, ТАКИХ КАК ПЭН И ЧЖАН, К КОНЦУ МАЯ ИЗ ОБЩЕГО ЧИСЛА 83 017 ПОДТВЕРЖДЕННЫХ СЛУЧАЕВ ЗАБОЛЕВАНИЯ, ЗАРЕГИСТРИРОВАННЫХ НА МАТЕРИКОВОЙ ЧАСТИ КИТАЯ, 78 307 БЫЛИ ВЫЛЕЧЕНЫ И ВЫПИСАНЫ ИЗ БОЛЬНИЦ



были в тяжелом и критическом состоянии.

На прошлой неделе он был удостоен Национального почетного звания «Народный герой» за выдающийся вклад в борьбу с COVID-19.

– Я никогда не думал о том, чтобы стать героем. Каждый из нас принес свою жертву и внес посильный вклад в этой битве. Я всего лишь один из них, – сказал Чжан, являющийся также заместителем директора Комиссии по здравоохранению провинции Хубэй.

Благодаря самоотверженности и неоценимому вкладу миллионов медицинских работников, таких как Пэн и Чжан, к концу мая из общего числа 83 017 подтвержденных случаев заболевания, зарегистрированных на материковой части Китая, 78 307 были вылечены и выписаны из больницы. Это соответствует уровню излечения

в 94,3 процента, согласно утверждению Белой книги «Борьба с COVID-19: Китай в действии», опубликованной Информационным Управлением Государственного Совета.

ЛИНИИ ФРОНТА ЧЕРЕЗ ГРАНИЦЫ

Вот пример Сюй Юнхао, врача-реаниматолога первой дочерней Больницы Медицинского университета Гуанчжоу в Южном Китае, который провел прошедший 2019 год, накапливая необходимый в его работе опыт.

В июне прошлого года Сюй был направлен в Ньингчи, что в Тибетском

автономном районе на юго-западе страны, для оказания медицинской помощи местному населению. Однако эпидемия COVID-19 изменила его планы, и Сюй возвращается в Гуанчжоу, чтобы присоединиться к общей борьбе в январе, 25-го числа, в первый день Китайского Нового года.

– Нет сомнений, что как медицинский персонал, мы должны быть в первых рядах, – уверен он.

Сюй без отдыха работал с тяжелобольными пациентами, а затем его направили в города Шэньчжэнь и Чжухай в провинции Гуандун для проведения консультаций. И одновременно он помогал медикам в про-

ГДЕ БЫ НИ БЫЛИ ПАЦИЕНТЫ, МЫ ТОЖЕ ВСЕГДА ТАМ. ОСОБЕННО, ОКАЗАВШИСЬ ЛИЦОМ К ЛИЦУ ПЕРЕД КАТАСТРОФЕЙ, МЫ ДОЛЖНЫ СПЕШИТЬ НА ФРОНТ. ЭТО НАША ОБЯЗАННОСТЬ



винции Хубэй, будучи постоянно на онлайн-связи со своими коллегами.

7 марта Сюй присоединился к медицинской экспертной группе, организованной обществом Красного Креста Китая, и вылетел в Ирак, чтобы помочь стране в борьбе с COVID-19.

– Наша миссия – лечить пострадавших и спасти умирающих, – делится Сюй. – Неважно, дома или за границей, я поеду туда, где буду нужен.

ВО ИМЯ НОВОЙ ЖИЗНИ

Сегодня, когда очаг заражения COVID-19, возникший на пекинском оптовом рынке Синьфади, благополучно потушен, Чэнь Чанмин, который уже пять месяцев работает в больнице Наньюань в районе Фэнтай, наконец-то может воспользоваться моментом, чтобы обнять свою жену и новорожденную дочь.

Новая вспышка была обнаружена в июне, как раз тогда, когда жена Чэня собиралась рожать. Чэнь же в это время переступил порог изолятора больницы, чтобы оставаться там в течение месяца, находясь в условиях повышенного риска.

Будучи доктором традиционной китайской медицины, Чэнь в полной мере смог использовать свой опыт и вместе со своими коллегами готовил травяные гранулы, обладающие противовоспалительным эффектом, для врачей и пациентов.

21 июня Чэнь отпраздновал рождение своего первенца. Его жена Чжоу Сици родила ему дочь. Она заранее вернулась в свой родной Хубэй, чтобы дать ему возможность сосредоточиться на работе.

Чэнь с улыбкой вспоминает, как в то время он общался с женой и дочерью по видеосвязи, и конечно, ему очень хотелось быть рядом с ними.



– Я знаю, что он спасал жизни людей, – говорит Чжоу. – Я чувствую, что вместе с ним боролась с эпидемией.

(По материалам Агентства «Синьхуа»)

ИСЦЕЛЯЮЩАЯ ДОБРОТА

Эпидемия новой коронавирусной инфекции в Казахстане изменила жизнь многих людей. Сегодня молодые люди объединяются для оказания помощи медикам, чью работу серьезно осложнила вспышка COVID-19. Журналисты увидели множество примеров взаимопомощи и поддержки, с особым уважением они рассказывают о людях, готовых в сложной ситуации оказать жизненно необходимую помощь, добровольно рискуя здоровьем.



Мурат ОМИРАЛИЕВ,
фото предоставлены Арманом КАСЫМОВЫМ

Каждый вызов «скорой» уникален, поэтому именно здесь волонтеры получают колоссальный опыт

Мы хотим рассказать об Армане Касымове из Атырау. Он работает финансистом в нефтяной компании на Тенгизе, а в свободное время помогает врачам «скорой помощи». В период пандемии ему наравне с медиками пришлось бороться с невидимым вра-

гом. В бригадах врачи работают друг с другом годами, они понимают партнера с полуслова. Когда в одну из бригад пришел Арман, то после нескольких вызовов он стал своим, за него ручаются все коллеги.

Спасение жизней для него стало не-

отъемлемой частью жизни, и он действительно понимает, насколько важно быть равнодушным в этой своей добровольной работе. Здесь самой высокой платой являются сердечные слова благодарности, улыбка, слезы радости. Арман Касымов говорит, что



Волонтерство в условиях пандемии COVID меняет людей в лучшую сторону, и этот опыт не пройдет бесследно

когда приезжает «скорая» на вызов, у больных появляется надежда на спасение, и ты можешь сделать для этого человека маленькое чудо, поэтому понимаешь, насколько это важно работать именно здесь в это трудное время.

Причастность к большому общему делу заряжает позитивными эмоциями, делится с нами Арман Касымов. Он был участником форума волонтеров, получил звание лучшего в Казахстане добровольца в сфере медицины. Арман Касымов рассказывает:

– Наша задача – донести до населения республики знания о том, как правильно оказывать первую помощь до прибытия бригады скорой. И вторая цель, которую мы преследуем, – обучение молодежи, школьников, студентов колледжей, университетов оказанию первой медицинской помощи. Вызовов бывает очень много, не успеваем, задерживаемся. Сначала я только мыл машины между вызовами, мог поменять колесо или лампочку в фаре, разогревал еду для бригады, ставил чайник. Однажды, я только приехал с вахты, прихожу на станцию, а мне говорят: «Собирайся, заменишь санитаря в бригаде». Нужно было таскать носилки, биксы – круглые металлические контейнеры для медикаментов. Нелегкое это дело – спускать носилки с больного с десятого этажа, порой добираясь с ними до машины по непролазной грязи. Оказавшись на первой линии борьбы за жизнь пациента, я понял, что минута – это колоссально много. За минуту можно человека спасти или потерять. Поэтому я очень старался, чтобы у моей бригады всегда все было под рукой.

Каждый вызов «скорой» уникален, поэтому именно здесь волонтеры получают колоссальный опыт. Им приходится помогать при оказании сердечно-легочной реанимации, участвовать в спасении людей после ДТП и падения с высоты, в диагностировании инфаркта и инсульта. С помощью старших коллег они учатся справляться с экстренными ситуациями. Арман Касымов вспоминает:

– За время моей работы разные были ситуации. Однажды поступил срочный вызов – на трассе авария с участием нескольких автомобилей. Мы приехали первыми, там было много пострадавших. Врач командует: «Арман, займись сортировкой!» Это значит, что необходимо определить, у кого какая степень тяжести полученной травмы, меня этому уже обучили. Я провел сортировку, вижу, что много тяжелых, если немедленно не оказать

ПАНДЕМИЯ ИЗМЕНИЛА НЕ ТОЛЬКО ЭКОНОМИЧЕСКУЮ СИТУАЦИЮ В МИРЕ, НО И ПОВЕДЕНИЕ ЛЮДЕЙ. ВСЕ БОЛЕЕ ЗНАЧИМЫМИ В КАЗАХСТАНЕ СТАНОВЯТСЯ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЕ И ВОЛОНТЕРСКИЕ АКЦИИ – ЛЮБАЯ ПОМОЩЬ НУЖДАЮЩИМСЯ И ПОСТРАДАВШИМ В КРИЗИС

им помощь, то до приезда других бригад они не доживут. Поэтому я стал делать все, что знал, чему меня научили. Мне удалось стабилизировать состояние двух тяжелых пациентов до их отправки в больницу.

Волонтерство в условиях пандемии COVID меняет людей в лучшую сторону, считает Арман Касымов, и этот опыт не пройдет бесследно. Он говорит:

– Это, на самом деле, большое счастье – видеть, что ты нужен, и делать полезное, становиться нужным для людей. Не думал раньше, что собственная нужность может приносить такое счастье. В пик эпидемии медсестры бегали, мы бегали. Только и слышны крики: баллон в третью палату! Бегом тащим баллон... Вот в таком режиме все работали. У нас были средства защиты, тонометр, пульсоксиметр. Бывает, что бабушка чихнула и уже испугалась – не коронавирус ли? Мы приезжаем, говорим: «Бабушка, у вас все в норме – температура, давление, сатурация, пульс, не переживайте». Иногда вот так просто снимали тревожность. Или вот еще. Бывало, во время пика эпидемии, сегодня мы приезжаем на вызов, я общаюсь с человеком, а потом узнаю, что его перевели в реанимацию, а там в это время летальность была высокая... И непонятно, вернется ли он оттуда... Так я стал ценить каждую минуту, проведенную рядом с новыми и интересными людьми.

Волонтерское движение Казахстана выдержало проверку пандемией – на войну с коронавирусом поднялись десятки тысяч юношей и девушек. Пандемия изменила не только экономическую ситуацию в мире, но



Арман Касымов получил звание лучшего в Казахстане добровольца в сфере медицины

и поведение людей. Все более значимыми в Казахстане становятся благотворительные и волонтерские акции – любая помощь нуждающимся и пострадавшим в кризис.

Новым и ключевым направлением волонтерского движения в период пандемии стала поддержка государственной системы здравоохранения. И один из героев нашего времени – нефтяник с Тенгиза Арман Касымов. Он в разгар коронавирусной панде-

мии оказывал скорую помощь пациентам, и она поистине бесценна: тяжелых больных надо переносить, переворачивать, возить на исследования. Было немало случаев, когда именно Арман замечал ухудшение состояния больного, и сообщал об этом медикам. При этом он рисковал своим здоровьем и даже жизнью. А это, без преувеличения, гражданский подвиг. Хотя сам Арман так не считает. Это просто его гражданская позиция.

СВОЕВРЕМЕННАЯ ПОМОЩЬ МОНТАЖНИКОВ

Три аппарата искусственной вентиляции легких приобрела на собственные средства и передала в медицинские учреждения компания «Монтажспецстрой». Из них два аппарата направили в Городскую клиническую инфекционную больницу имени Изатимы Жекеновой в Алматы и 1 аппарат – в Центральную районную больницу Бурлинского района города Аксай Западно-Казахстанской области.

Динара ЮСУПОВА



Благотворительную акцию поддержал весь коллектив монтажников



Современные аппараты были закуплены за рубежом, их общая стоимость превысила 40 миллионов тенге. Это не единственная акция монтажников в поддержку медицинских учреждений. Ранее компания МСС выделила десять миллионов тенге для приобретения аппаратов ИВЛ, необходимых для лечения тяжелых больных с COVID-19 и тяжелыми формами пневмонии, больницам Атырауской области.

Это была совместная акция пяти нефтесервисных компаний Казахстана, которые скооперировались, чтобы помочь медицинским учреждениям области. Все эти компании работают в этом регионе, и они посчитали необходимым помочь в оснащении больниц оборудованием.

Были приобретены 10 аппаратов ИВЛ, которые уже установлены в больницах Кзылкогинского и Жылыойского районов, а 5 отправлены в областную кардиологический центр.

– Для Казахстана, как и для большинства стран мира, коронавирусная инфекция стала испытанием. Причем испытанием не только для системы здравоохранения, для экономики, но и для общества, проверив его на сплоченность, способность быстро реагировать, находить решения и противостоять глобальной угрозе, – говорит президент, член совета директоров АО Компания «Монтажспецстрой» Талгат Назаров. – Эта угроза настолько масштабная и всеохватная, что только действий и мер властей, недостаточно. Поэтому с первых дней эпидемии воз-

никла акция #BizBirgemiz. Она объединила и сплотила всех казахстанцев. Бизнес и волонтеры – каждый в меру своих возможностей – стали помогать и медучреждениям, и людям, оказавшимся в беде. Благотворительность и волонтерство сегодня стали приметой нашей жизни. Монтажники также не могли остаться в стороне. Решения о выделении средств на приобретение аппаратов ИВЛ хотя и принимались советом директоров АО, но были поддержаны коллективом монтажников. Потому что эта беда коснулась многих семей, многих людей, в том числе и в нашем коллективе. Мы надеемся, что наш скромный вклад в общее дело противостояния коронавирусу поможет спасти многие жизни. И не только во время пандемии.

АКЦИЯ «ДОБРО-СОСЕДСТВО»

Борьба с пандемией не оставила никого равнодушным. Представители гражданского сектора России, прежде всего, из регионов российско-казахстанского приграничья, собственными силами организовали акцию «Добро-Соседство», в рамках которой в Казахстан отправляются гуманитарные грузы, включающие средства индивидуальной защиты, антисептики, термометры, тонометры и т.д. К примеру, Центром международных и общественно-политических исследований «Каспий Евразия» (г. Астрахань) совместно с автономной некоммерческой организацией по содействию в развитии сотрудничества стран СНГ «Содружество народов Евразии» (г. Оренбург) и Астраханским государственным техническим университетом были отправлены в Мангистаускую область необходимые средства индивидуальной защиты и гигиены общим весом более 200 кг.

Наталья БУТЫРИНА, Актау



Организаторами акции «Добро-Соседство» являются несколько некоммерческих приграничных организаций, специально выступившие единым фронтом, – важно чтобы гуманитарный груз доставлялся точно и под запрос, чтобы полученные ма-

териалы сразу распределялись среди нуждающихся, а не залеживались на складах. Поэтому получателями гуманитарных посылок становятся некоммерческие и общественные организации Казахстана.

Свою лепту в формирование груза со

средствами индивидуальной защиты вложил также и Калмыцкий государственный университет.

На казахстанской земле в городе Актау груз принимали представители Каспийского государственного университета технологий и инжиниринга

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА «ДОБРО-СОСЕДСТВО» НАЧАЛАСЬ В ИЮЛЕ 2020 ГОДА. ЕГО ИНИЦИАТОРАМИ ВЫСТУПИЛИ НЕКОММЕРЧЕСКИЕ ОРГАНИЗАЦИИ ИЗ РОССИИ: АСТРАХАНИ, ЕКАТЕРИНБУРГА, САРАТОВА, КАЗАНИ И УФЫ

имени Ш. Есенова.

– «Каспий-Евразия» давно реализует гуманитарные проекты и очень хорошо взаимодействует с коллегами из Казахстана. Поэтому в данной ситуации мы решили поддержать наших соседей, собрав средства индивидуальной защиты, лекарства, то, что может облегчить ситуацию и помочь людям в городах Казахстана. В целях предотвращения распространения коронавирусной инфекции мы отправили груз весом в более чем 200 кг и стоимостью свыше 200 тысяч рублей. Для медицинских учреждений Мангистау было отправлено 300 защитных костюмов для медработников, 15 тысяч масок, порядка двух тысяч пар перчаток и санитайзеры, – рассказала руководитель центра «Каспий Евразия» Ксения Тюренкова.

Роль сотрудничества вузов Астраханской области и Республики Казахстан в данной акции также сложно переоценить. Большую инициативу в проекте «Добро-Соседство» проявил Астраханский государственный технический университет.

– Когда мы узнали, что есть такая акция, то, конечно же, не могли остаться в стороне. В ближайших к нам регионах

ПАНДЕМИЯ
КОРОНАВИРУСА
ОКАЗАЛАСЬ
СЕРЬЕЗНЫМ
ИСПЫТАНИЕМ ДЛЯ
КАЗАХСТАНА, В
ТОМ ЧИСЛЕ И ДЛЯ
МАНГИСТАУСКОЙ
ОБЛАСТИ





находятся наши университеты-партнеры, которые для нас как родные. У наших преподавателей и студентов живут в Казахстане родственники, поэтому все отозвались на участие в проекте. Несмотря на то, что ситуация у наших соседей улучшилась, нет проблем с лекарствами, но все еще ощущается нехватка масок, перчаток и средств индивидуальной защиты. К тому же в республике был введен жесткий карантин, и не у всех людей остались деньги на покупку всего необходимого. Наша помощь будет особенно

важна малоимущим гражданам. Мы соседи и считаем своим долгом помогать, – прокомментировала начальник международного отдела АГТУ Евгения Юкина.

Напомним, что реализация проекта «Добро-Соседство» началась в июле 2020 года. Его инициаторами выступили некоммерческие организации из России: Астрахани, Екатеринбурга, Саратова, Казани и Уфы. Гуманитарные грузы были доставлены в такие города как Кокшетау, Костанай, Нур-Султан, Петропавловск, Атырау, Уральск, Ал-

маты, Шымкент. Общая стоимость партии груза со всех регионов составит около 1 млн рублей. Как ожидается, общественная инициатива в духе традиций добрососедства и взаимовыручки внесет дополнительный вклад в российское содействие Казахстану в борьбе с COVID-19.

Пандемия коронавируса оказалась серьезным испытанием для Казахстана, в том числе и для Мангистауской области. И исход этой битвы пока еще никто не знает. Акция «Добро-Соседство» – это великий жест доброй воли, и даже не важен объем той помощи, который оказывается равнодушными людьми, а важны их сердца.

Отрадно, что акция «Добро-Соседство» охватила очень много городов Казахстана. Данная гуманитарная помощь на деле показывает сплоченность и вечную дружбу наших государств.

БЫЛО НЕОБХОДИМО, ЧТОБЫ ПОЛУЧЕННЫЕ МАТЕРИАЛЫ СРАЗУ РАСПРЕДЕЛЯЛИСЬ СРЕДИ НУЖДАЮЩИХСЯ, А НЕ ЗАЛЕЖИВАЛИСЬ НА СКЛАДАХ. ПОЭТОМУ ПОЛУЧАТЕЛЯМИ ГУМАНИТАРНЫХ ПОСЫЛОК СТАНОВЯТСЯ НЕКОММЕРЧЕСКИЕ И ОБЩЕСТВЕННЫЕ ОРГАНИЗАЦИИ КАЗАХСТАНА

СЕНСОРНАЯ КОМНАТА ДЛЯ ОСОБЫХ ДЕТЕЙ

УНИКАЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ ПОДАРИЛИ ЧЛЕНЫ ПАРТИИ NUR OTAN РЕАБИЛИТАЦИОННОМУ ЦЕНТРУ ЭКИБАСТУЗА.



Обучающие программы в центре подбираются индивидуально для каждого воспитанника

Сергей ГОРБУНОВ,
Павлодарская область,
фото предоставлено акиматом города

Очень нужное оборудование поступило для сенсорной комнаты экибастузского реабилитационного творческого центра «Өмір», где детям с особыми потребностями помогают научиться самообслуживанию. По словам работников учреждения, интерактивные панели повышают у воспитанников моторику, зрение, навыки чтения и письма. При этом программа с обучающими или расслабляющими модулями подбирается для каждого воспитанника индивидуально.

Как сообщили в городском акима-

те, сенсорную комнату оснастили на спонсорские средства по поручению первого заместителя председателя партии Nur Otan Бауыржана Байбека. Активисты партии привезли оборудование – 18 новых модулей.

– Педагоги отмечают удивительные результаты, которые дает детям и взрослым использование сенсорной комнаты. Активные и гиперактивные дети легко успокаиваются в релаксационной зоне. Воспитанники, страдающие потерей внимания, активизируют эмоциональный фон. Дети с аутизмом

начинают заинтересованно играть с водой и песком, слушают разнообразные звуки, что помогает найти контакт с таким ребенком, заключенным в самом себе, – рассказали в центре.

Сенсорная комната предназначена для релаксации и снятия стресса. Оборудование, размещенное в помещении, позволяет психологу лучше работать с воспитанниками центра. Приемы в сенсорной комнате состоят из лечебных сеансов под наблюдением врача. Для каждого из 147 воспитанников создается своя программа.

РОДЫ В COVID-19: КАК НА ФРОНТЕ...



На базе Кокшетауской Многопрофильной областной больницы с июня начало функционировать родильное отделение

Кокшетауская Многопрофильная городская больница, в последние месяцы принявшая на себя главный удар в борьбе с коронавирусной инфекцией, перешла в штатный режим работы. Возобновились плановые госпитализации пациентов, инфекционное отделение отделено от основных и продолжает работать в обычном режиме. Хотя это и не означает полной победы над вирусом, но подтверждает: пик инфекции миновал.

Олеся ЖАГПАРОВА, Акмолинская область

С апреля больница работала как карантинный стационар, затем – как провизорный. С 15 мая, когда инфекция начала распространяться среди жителей города, медицинскому коллективу пришлось работать в очень плотном режиме. В июне произошел резкий рост количества больных, только в самой больнице были обнаружены 42 положительных случая, еще 31 больного передали из других

медицинских организаций. Пик заболеваемости пришелся на июль – тогда поступили 239 пациентов с положительным анализом на КВИ.

Также инфекция была выявлена у 30 из 64 пациентов, находившихся под наблюдением в больнице. В августе наметилось снижение. Всего за пять месяцев медперсонал пролечил 995 пациентов, 73 беременных женщин. К сожалению, нельзя обой-

ти вниманием и печальную сторону. Погиб 61 пациент, в это число входят как коронавирусные пациенты, так и больные пневмонией. Смертность составила по больнице 6%. Возраст погибших, в основном, зрелый: самому пожилому пациенту было 89 лет. Самой молодой девушке, которая ушла из жизни от пневмонии, было 22 года. У нее был тяжелый сахарный диабет. В числе погибших



– и доктор, заведующий отделением анестезиологии и реанимации Олег Исаев.

Одна из непростых миссий, которую пришлось взять на себя в это сложное время медперсоналу больницы, – это оказание помощи беременным женщинам и роженицам с коронавирусной инфекцией. На базе Многопрофильной областной больницы с июня начало функционировать родильное отделение. Для больницы, в которой никогда подобного отделения не бы-



СЕГОДНЯ РУКОВОДСТВО БОЛЬНИЦЫ ПЛАНИРУЕТ ЗАПУСТИТЬ ПУЛЬМОНОЛОГИЧЕСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ПАЦИЕНТОВ, ПЕРЕБОЛЕВШИХ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ. В ЛЕЧЕБНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЕСТЬ КАБИНЕТ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ, РЕАБИЛИТАЦИОННОЕ ОТДЕЛЕНИЕ, В ПЛАНАХ ЗАПУСТИТЬ ЕЩЕ ПРОГРАММУ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЛЕГКИХ

ло, это серьезный шаг. Найти врачей, специалистов для открытия нового отделения даже в обычном режиме сложно, а уж в период эпидемии, когда медработников не хватает, очень сложно.

Это была острая проблема. Родильного зала ранее в городской больнице никогда не было, пришлось использовать для этих целей хирургическое отделение. Специалистов привлекли из перинатального центра, также задействовали врачей из Астаны и Алматы – анестезиологов, эпидемиологов. Коллеги не отказали, приехали и помогли.

Случился в работе и неординарный случай, когда врачи многопрофильной городской больницы выполнили

нестандартную для прежней медицины задачу – приняли роды у женщины с осложнениями коронавирусной инфекции. На 38-й неделе у беременной была выявлена на рентгене двусторонняя пневмония, сатурация составляла 80. Впоследствии на компьютерной томографии выяснилось, что легкие были поражены на 75 процентов.

«В июле женщина поступила в многопрофильную городскую больницу на 38-й неделе беременности в тяжелом состоянии. В Есильской райбольнице она получала лечение от коронавируса. Позже ее направили в городскую больницу», – рассказал врач-акушер-гинеколог Саржан Калмуратов. Он принял роды у будущей мамы. И так, у мамочки – двусторонняя пневмония и дыхательная недостаточность. Серьезному диагнозу сопутствовали артериальная гипертензия и варикозное расширение вен на ногах. Ребенок у роженицы пятый.

– Сатурация 80 – очень мало для беременной. На консилиуме с Минздравом было решено не подключать пациентку к аппарату ИВЛ и родоразрешить естественным путем, – пояснил Калмуратов.

Немедленно провели консилиум на республиканском уровне, по первому требованию предоставили необходимые лекарства. Во время родов пациентка была подключена к аппарату Боброва, роды прошли успешно. На свет появился здоровый мальчик весом 3 100 и ростом 50 см.

Новорожденный был переведен в провизорный стационар детской областной больницы. ПЦР-тест на коронавирус у ребенка показал отрицательный результат.

После родов женщина пролежала в реанимации 10 дней, и ей было назначено дальнейшее лечение от коронавирусной инфекции. Буквально на днях обоих пациентов выписали домой. Они здоровы.

К сожалению, за это время был один случай материнской смертности. Женщина поступила из дальнего района в тяжелейшем состоянии. Врачи провели родоразрешение, малыша спасли. Но мама, к сожалению, в течение десяти дней ушла из жизни. Сегодня родильный зал для пациенток с КВИ продолжает работать. Со всей области роженицы поступают сюда.

Недавно из инфекционного стационара городской больницы выписали последнюю роженицу. К чести руководства больницы, в короткий срок удалось подобрать специалистов для наблюдения беременных больных и поставить их лечение на высокий профессиональный уровень. И как результат неравнодушного отношения медперсонала к здоровью пациентов – счастливые глаза благодарных рожениц.

Сегодня руководство больницы планирует запустить пульмонологическое отделение для восстановления пациентов, переболевших коронавирусной инфекцией. В лечебном учреждении есть кабинет лечебной физкультуры, реабилитационное отделение, в планах запустить еще программу восстановления легких. Хотя практика показывает, что осложненный после КВИ следует ждать не толь-



ко со стороны легких. К докторам обращаются выздоровевшие от вируса пациенты, у которых осложнения идут со стороны сердца, системы свертывания крови – здесь могут быть и тромбозы и, наоборот, кровотечения. Сейчас больница ждет наплыва таких пациентов с осложнениями и будет восстанавливать их. Ведь борьба с коронавирусом должна закончиться полным излечением.

Вспоминая месяцы борьбы с пандемией, медперсонал един во мнении, что это была самая настоящая война. Спали по два-три часа, сменяя друг друга, многие врачи и медсестры заболели и оказались в стационаре. Хочется отметить работу врачей, заведующей пульмонологическим отделением Баглан Сейтмугамбетовой, главного инфекциониста Сауле Жумажановой, доктора Айгуль Хабибулиной, заведующего хирургическим отделением Армана Капанова, молодого терапевта Алии Кенжебековой.

Все они трудились как подвижники, днем и ночью спасая больных. Многие выводы об этой болезни делали на практике, по ходу работы. Например, о том, что коронавирусная инфекция очень сильно влияет на нервную систему. Пациенты становятся раздражительными, плаксивыми, теряют веру в свое выздоровление. Так что врачи работали и как психологи, стараясь внушить каждому больному позитивные мысли, убедить, что пациент – здоровый человек и все преодолееет.

Иммунологи обещают, что у тех, кто переболел, в течение двух-трех месяцев будут вырабатываться антитела к вирусу. Однако осенью, судя по всему, будет новый всплеск инфекции. К ней, скорее всего, присоединятся и обычный сезонный грипп, и обычная пневмония, которые в холодное время года – не редкость. Так что коллектив городской многопрофильной поликлиники готовится осенью к такому же режиму работы, как в июне и июле. А пока – планирует выполнить свои обязательства перед пациентами, провести запланированные госпитализации, пролечить хронических больных. Это необходимо сделать сейчас, пока вирус «отдыхает»...

К ЧЕСТИ РУКОВОДСТВА БОЛЬНИЦЫ, В КОРОТКИЙ СРОК УДАЛОСЬ ПОДОБРАТЬ СПЕЦИАЛИСТОВ ДЛЯ НАБЛЮДЕНИЯ БЕРЕМЕННЫХ БОЛЬНЫХ И ПОСТАВИТЬ ИХ ЛЕЧЕНИЕ НА ВЫСОКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ

ЛЕКАРСТВЕННАЯ КЛАДОВАЯ

Целебные травы своего села собирают школьники Иртышского района Павлодарской области.



Сергей ГОРБУНОВ, Павлодар, фото предоставлено Максима Горьковской СОШ Павлодарской области

Необычную программу воплощают в Максима Горьковской средней образовательной школе Иртышского района. Это экологический проект с медицинским уклоном «Лекарственная кладовая нашего края». В нем участвуют 67 школьников с первого по девятый класс. Реализуя его, педагоги преследуют две цели: повысить общеобразовательный и экологический уровень ребят и приобщить их к секретам народной медицины, укрепляющим здоровье. Собирать полезные травы дети начали в своих огородах, а затем переключились на те, что растут в окрестностях села.

– Мы насчитали более 50 наименований лекарственных растений, – рассказала директор школы Тлектес Бейсекина. – Каждый класс составил электронную мини-книжку о трех растениях, участвовал в онлайн-викторинах, чтобы показать: насколько внимательно дети изучили растения.

По рассказам односельчан, школьники знают, что в их селе растут не только лопух, шиповник, ромашка, конский щавель, но и корица, корень солодки и другие полезные растения. Из них делают настойки и сушат.

– Наша задача не просто изучить лекарственные растения, но заготовить фиточай для школьной столовой, – говорит Тлектес Бейсекина. – Такой проект мы организовали впервые в своей школе и надеемся, что он принесет пользу в укреплении здоровья детей.

В ШАГОВОЙ ДОСТУПНОСТИ И С КОМФОРТОМ

К решению актуальных вопросов здравоохранения Карагандинской области привлекаются частные поставщики услуг, в том числе и в рамках государственно-частного партнерства. Это дает возможность расширить ассортимент и увеличить объем целого ряда видов лечебно-диагностической помощи.



Реабилитация после болезни – важная часть лечебного процесса

Всего с 2017 года в сфере здравоохранения выполнено 32 проекта ГЧП на общую сумму 4,3 млрд тенге. Это офтальмологические центры, сеть реабилитационных центров, центры гемодиализа, областной аллергологический центр, кабинеты КТ и МРТ-диагностики и другое. Немаловажным событием для сельского здравоохранения стало подключение врачебных амбулаторий и ФАПов к спутниковому интернету. В 2020 году планируется привлечь в медицину более 5 млрд тенге частных инвестиций (15 инвестиционных проектов).

– Только с начала года по ГЧП в рамках разукрупнения медучреждений в Карагандинской области открыли

четыре поликлиники, – рассказывает руководитель управления здравоохранения региона Ержан Нурлыбаев. – Одна из них находится в Темиртау. Она построена по личному поручению первого президента страны Нурсултана Назарбаева. Еще две поликлиники шаговой доступности заработали в Караганде по программе государственно-частного партнерства. В новой поликлинике Темиртау два этажа, она рассчитана на 50 посещений в смену и расположена в жилом массиве. Ранее люди вынуждены были ездить на прием к врачам за несколько километров.

Кроме этого, в Темиртау на стадии завершения физкультурно-оздоровительный комплекс. ФОК планируют от-

Николай КРАВЕЦ, Караганда

крыть после снятия карантинных ограничений.

– В комплекс входят: двухэтажное здание, универсальный игровой и тренажерный залы, зал борьбы, зрительская трибуна на 320 мест, – отмечает Ержан Нурлыбаев. – Новая поликлиника на 50 посещений в смену заработала и в 11-м микрорайоне Караганды по программе государственно-частного партнерства. К ней планируют прикрепить 15 тысяч человек.

В шаговой доступности открыли по-

ТЕПЕРЬ ПАЦИЕНТЫ, КОТОРЫЕ РАНЕЕ БЫЛИ ВЫНУЖДЕНЫ ВЫЕЗЖАТЬ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ПРОЦЕДУРЫ ЗА ПРЕДЕЛЫ РАЙОНА 2-3 РАЗА В НЕДЕЛЮ ИЛИ ПОМЕНЯТЬ МЕСТОЖИТЕЛЬСТВО, БУДУТ ПОЛУЧАТЬ ЖИЗНЕННО НЕОБХОДИМОЕ ЛЕЧЕНИЕ РЯДОМ С ДОМОМ

Ранее люди вынуждены были ездить на прием к врачам за несколько километров



ликлинику и для жителей юго-востока. В смену тут смогут принимать до 150 пациентов. Прием будут вести 11 врачей общей практики, два педиатра, два акушера-гинеколога, 11 узких специалистов терапевтического профиля и два узких специалиста нетерапевтического направления. Все поликлиники оснащены необходимым оборудованием, в каждой имеется система электронной очереди для удобства врачей и пациентов.

Как отмечает Ержан Нурлыбаев, работа новых поликлиник позволит снизить нагрузку на уже существующие медучреждения. Благодаря этому жители региона смогут получать врачебную помощь быстрее и в более комфортных условиях.

В ближайших планах также строительство современной поликлиники в Балхаше, открытие трех центров гемодиализа – в Осакаровском, Абайском и Каркаралинском районах. Центр радиологии в онкологическом диспансере в Караганде должен заработать уже в этом году, также запланировано открытие кабинета томографии в Шахтинске. В Темиртау будет реализован проект по открытию крупного реабилитационного центра для детей. А в Караганде до конца года запланировано сдать в эксплуатацию реабилитационный центр для взрослых.

– Теперь пациенты, которые ранее были вынуждены выезжать для получения процедуры за пределы района

2-3 раза в неделю или поменять местожительство, будут получать жизненно необходимое лечение рядом с домом, – говорит Ержан Нурлыбаев. – Будет открыто еще 2 реабилитационных центра (для детей – в Темитау и для взрослых – Балхаш).

Долгожданным событием для жителей Карагандинской области станет открытие современного центра лучевой диагностики и терапии. Специально для этого устанавливаются аппараты позитронно-эмиссионной томографии и линейный ускоритель. Продолжится расширение сети компьютерных и магнитно-резонансных томографов.

Как отметил Ержан Нурлыбаев, потенциальные частные партнеры, заинтересованные в реализации планируемого проекта ГЧП, представляют альтернативное предложение в соответствии с требованиями, указанными в извещении, а также заявку на участие в прямых переговорах по определению частного партнера. Потенциальный частный партнер должен соответствовать общим квалификационным требованиям.



Новые поликлиники оснащены всем необходимым оборудованием



Маленьким пациентам – особое внимание

ПЕРСПЕКТИВНЫЕ ПЛАНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ НАЦИИ

Новенькие машины «скорой помощи» распределены по городам и районам области



В Мангистауской области до 2025 года планируется построить 39 новых медицинских учреждений с целью оказания доступной высококвалифицированной медицинской помощи.

Наталья БУТЫРИНА, Актау

ЗАДЕЛ НА БУДУЩЕЕ

Согласно единому перспективному плану развития инфраструктуры здравоохранения на 2017-2025 годы в Мангистауской области запланировано возведение десяти больничных и 29 амбулаторно-поликлинических организаций.

Из общих 39 медучреждений 12 объектов будут построены в рамках государственно-частного партнерства (ГЧП), два – за счет средств компаний нефтяной сферы, четыре – предпринимателями и еще два – будут профинансированы из средств местного бюджета.

К примеру, запланировано строи-

тельство по механизму государственно-частного партнерства многопрофильной областной больницы на 535 коек в одном из новых микрорайонов Актау. В состав нового медучреждения войдут 13 специализированных центров, в которых медуслуги смогут получать как взрослое, так и детское население области.

В эту клинику в будущем планируется госпитализировать не только пациентов Мангистауской области, но и больных из соседних регионов – Атырауской и Западно-Казахстанской областей. Согласие Атырауской области уже получено.

В рамках единого перспективного плана развития инфраструктуры

НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ ПРОРАБАТЫВАЕТСЯ ВОПРОС СТРОИТЕЛЬСТВА ЗДАНИЯ «СКОРОЙ ПОМОЩИ» В САМОМ ОТДАЛЕННОМ ОТ ОБЛАСТНОГО ЦЕНТРА СЕЛЕ – БЕЙНЕУ



В области активно ведется строительство и реконструкция медицинских объектов

здравоохранения на 2017-2025 годы в регионе также запланировано строительство больницы и в быстроразвивающемся и густонаселенном Мунайлинском районе. Здесь предусматривается также открыть дополнительные центры первичной ме-

дико-санитарной помощи, которые позволят максимально обеспечить качественной медицинской помощью сельское население, решить вопрос трудоустройства и, конечно же, повысить качество медицинского обслуживания в Мунайлинском районе.

На сегодняшний день прорабатывается вопрос строительства здания «скорой помощи» в самом отдаленном от областного центра селе – Бейнеу.

Одобен вопрос передачи здания туберкулезного диспансера под инфекционный стационар в Жанаозене.

В селе Кызылсай Каракиянского района начнется строительство медицинского пункта.

В рамках оптимизации службы скорой медицинской помощи региона предусмотрена и централизация пунктов санитарной медицинской помощи на областном уровне с единой диспетчерской службой, что позволит открыть 25 модульных подстанций по всей области. Это даст возможность сократить время прибытия бригад скорой медицинской помощи до пяти-семи минут, снизить летальность на этапе транспортировки пациентов, проводить успешно реанимацию до 80 процентов и, самое важное, повысить оперативность работы скорой медицинской помощи до 100 процентов.

Продолжается строительство медицинского центра в городе Жанаозен



Необходимое медоборудование закупается не только за счет средств бюджета, но и благодаря спонсорству



Новое медицинское оборудование проходит проверку

за счет нефтедобывающей компании «Озенмунайгаз». Ввод в эксплуатацию медучреждения запланирован в 2021 году.

В селе Сайын Шапагатов Тупкараганского района уже выделен земельный участок площадью 0,25 га, где будет построена медицинская амбулатория модульного типа. Строительство медучреждения планируется завершить в 4 квартале текущего года.

РЕМОНТ И РЕКОНСТРУКЦИЯ

Помимо планов по строительству новых объектов здравоохранения, сегодня в регионе в рамках «Дорожной карты занятости» проводятся работы по реконструкции и ремонту действующих медицинских учреждений.

На проведение ремонтных работ на одиннадцати объектах здравоохранения выделен 1 млрд тенге. На всех объектах сегодня ведутся строительные-монтажные работы.

Одними из важнейших объектов, на которых сегодня ведутся ремонтные работы, являются городская поликлиника №1, Мангистауская областная больница, где ремонту под-

верглись блоки Б, В, Г, приемное отделение, хозблок, и, конечно, областная детская больница – блок А.

Ремонтные работы ведутся и в центральных районных больницах Бейнеуского, Каракиянского и Мангистауского районов.

Врачебные амбулатории в селах Акшукур и Сайын Шапагатов тоже реконструируются.

К примеру, помещение семейной амбулатории села Сайын Шапагатов было построено в 2010 году. Понятно, что его сегодня надо привести в современный вид, соответствующий всем стандартам.

В рамках программы «Дорожная карта занятости-2020» ведется текущий ремонт Акшукурской врачебной амбулатории. Строительные работы начались в мае текущего года. Срок

ДЛЯ МЕДИЦИНСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ ЗА СЧЕТ СПОНСОРСКИХ СРЕДСТВ НЕФТЕДОБЫВАЮЩИХ КОМПАНИЙ РЕГИОНА ЗАКУПЛЕНО МЕДИЦИНСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ И САНИТАРНЫЙ СПЕЦАВТОТРАНСПОРТ

завершения ремонта согласно графику – октябрь 2020 года.

В амбулатории имеется приемный покой и дневной стационар, рассчитанный на 10 коек. Работают доврачебный кабинет, УЗИ-кабинет.

Населению оказываются медуслуги по иглотерапии, в физиотерапевтическом кабинете, прививочном. Функционирует лаборатория.

Есть необходимость в ремонте и межрайонной туберкулезной больницы и центра адаптации и детоксикации в городе Жанаозен.

УЛУЧШЕНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОСНАЩЕНИЯ

Помимо того, что в Мангистауской области строятся новые медицинские объекты, проводятся ремонтные работы функционирующих организаций системы здравоохранения в городах и селах, закупается также необходимое современное медоборудование и спецтранспорт не только за счет средств бюджета, но и благодаря спонсорству.

Для медицинских учреждений за счет спонсорских средств нефтедобывающих компаний региона закуплено медицинское оборудование и санитарный спецавтотранспорт.

К примеру, для Мангистауской области было выделено 10 машин скорой помощи по линии АО «Самрук-Казына» (четыре машины) и от компании Kaspi.kz (шесть машин). Все машины распределены по городам и районам для усиления материально-технической базы областного здравоохранения.

Также от спонсоров в больницы области поступили: 220 кислородных

Современное оснащение лечебных учреждений всем необходимым – залог качественного оказания медицинских услуг



концентраторов, 99 аппаратов искусственной вентиляции легких, семь автомобилей скорой медицинской помощи, 80 единиц пульсоксиметров, а также термометры медицинские – 31 единица и 17 функциональных кроватей и другое медоборудование.

НОВЫЕ ОБЪЕКТЫ – НОВЫЕ РАБОЧИЕ МЕСТА

Стоит отметить, что в текущем году уже введены в эксплуатацию новые медицинские объекты.

К примеру, онкологический центр, строительство которого шло более 10 лет. Сегодня здесь уже развернуто около 100 коек для больных химиотерапевтического профиля, паллиативного отделения, пациентов, получающих лучевую терапию, и отделения реани-

мации. Обеспечение лекарствами составляет 95 процентов. Организована работа лаборатории, отделения госпи-

ОДНИМИ ИЗ ВАЖНЕЙШИХ ОБЪЕКТОВ, НА КОТОРЫХ СЕГОДНЯ ВЕДУТСЯ РЕМОНТНЫЕ РАБОТЫ, ЯВЛЯЮТСЯ ГОРОДСКАЯ ПОЛИКЛИНИКА №1, МАНГИСТАУСКАЯ ОБЛАСТНАЯ БОЛЬНИЦА И, КОНЕЧНО, ОБЛАСТНАЯ ДЕТСКАЯ БОЛЬНИЦА

тальной фармации, поликлинической службы. Подведены и действуют все коммуникационные системы.

В ближайшее время начнет функционировать гистологическая лаборатория, хирургический блок. В пути находятся многофункциональные кровати европейского стандарта, цифровой маммограф с приставкой и томосинтезом и другое необходимое для лечения онкобольных медицинское оборудование. Для посетителей будет установлен дезинфекционный туннель с тепловизором, компьютерным наблюдением и автоматическим архивированием данных.

Полноценно центр будет готов принимать пациентов и оказывать медицинские услуги в ноябре текущего года.

МИССИЯ ВЫПОЛНЕНА: ВОЕННЫЕ МЕДИКИ ВЕРНУЛИСЬ ИЗ ЛИВАНА

Военные медики достойно справились с задачей, поставленной Президентом РК



Екатерина БАРСКАЯ

Мощный взрыв прогремел в порту Бейрута 4 августа. В порту сдетонировали 2 750 тонн аммиачной селитры, хранившейся на брошенном корабле. Взрывная волна разрушала здания, выбивала окна в домах. Серьезно пострадали несколько тысяч человек, сотни – погибли.

Консул Казахстана в Ливане получил незначительные ранения, а здание дипломатической миссии было разрушено. После трагедии президент Казахстана Касым-Жомарт Токаев выразил соболезнования президенту Ливана Мишелю Ауну.

8 августа 29 казахстанских медиков и четыре переводчика вылетели в Бейрут для оказания помощи пострадавшим. Больше двух недель казахстанский военно-медицинский отряд специального назначения находился в Ливане. Военные медики оказывали помощь местному населению в городах Бейрут, Боуар, Сайда, Машгара.

26 августа 2020 г. в аэропорту Нур-

Султана состоялась торжественная встреча военных медиков. «На протяжении всего этого времени наши медицинские работники достойно выполняли все поставленные задачи, заслужили только положительные оценки, в том числе от своих зарубежных коллег», – поприветствовал военных медиков заместитель министра, генерал-майор Руслан Шпекбаев.

Как рассказали в Минобороны, в Ливане казахстанские медики были задействованы в лечении хирургических, травматологических и терапевтических пациентов. Ежедневно врачебно-сестринские бригады проводили осмотры, консультации, необходимое медикаментозное лечение и оперативные вмешательства.

«За помощью к ним обращались

КАЗАХСТАНСКИЕ ВОЕННЫЕ МЕДИКИ АКТИВНО
ВЗАИМОДЕЙСТВОВАЛИ С ЛИВАНСКИМИ
КОЛЛЕГАМИ, ВЕЛИ СОВМЕСТНЫЕ ОПЕРАЦИИ И
ОБМЕНИВАЛИСЬ ЦЕННЫМ ОПЫТОМ



Казахстанские медики были задействованы в лечении хирургических, травматологических и терапевтических пациентов

люди разных возрастов, среди пациентов были маленькие дети и взрослые люди. Одним из самых пожилых пациентов был 90-летний мужчина с переломом левой бедренной кости со смещением. Мужчине усилиями двух сторон была успешно проведена операция», – рассказал заместитель начальника главного военного клинического госпиталя МО РК по науч-

ВСЕГО ВОЕННЫЕ
МЕДИКИ ПРИНЯЛИ
635 БОЛЬНЫХ,
73 ИЗ НИХ БЫЛИ
ПРООПЕРИРОВАНЫ.
КРОМЕ ТОГО,
ВОЕННОМУ
ГОСПИТАЛЮ БЕЙРУТА
КАЗАХСТАНСКОЙ
СТОРОНОЙ
БЫЛ ПЕРЕДАН
ГУМАНИТАРНЫЙ
ГРУЗ В ВИДЕ
МЕДИКАМЕНТОВ
И МЕДИЦИНСКОГО
ИМУЩЕСТВА

но-хирургической работе, ведущий хирург полковник медицинской службы Аскар Маруфов.

Всего военные медики приняли 635 больных, 73 из них были прооперированы.

Кроме того, Военному госпиталю Бейрута казахстанской стороной был передан гуманитарный груз в виде медикаментов и медицинского имущества.

«Ливанцы – очень благодарный народ. Когда мы улетали, они выражали огромную благодарность нам, Республике Казахстан, нашему президенту. Местные жители всегда тепло приветствовали нас. В ходе работы в военном госпитале и муниципальных больницах мы получили хороший опыт», – поделился Аскар Маруфов.

Казахстанские военные медики активно взаимодействовали с ливанскими коллегами, вели совместные операции и обменивались ценным опытом.

Накануне отъезда состоялась встреча с начальником Главного военно-медицинского управления Вооруженных Сил Ливана генералом Джорджем Юсефом и начальником Военного госпиталя генералом Абу-

НА ПРОТЯЖЕНИИ
ВСЕГО ЭТОГО
ВРЕМЕНИ НАШИ
МЕДИЦИНСКИЕ
РАБОТНИКИ
ДОСТОЙНО
ВЫПОЛНЯЛИ ВСЕ
ПОСТАВЛЕННЫЕ
ЗАДАЧИ,
ЗАСЛУЖИЛИ ТОЛЬКО
ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ
ОЦЕНКИ, В ТОМ
ЧИСЛЕ ОТ СВОИХ
ЗАРУБЕЖНЫХ КОЛЛЕГ

дахиром Насимом.

Участники встречи обсудили вопросы дальнейшего сотрудничества по обмену опытом, развитие военной медицины в двух странах, а также ливанская сторона выразила огромную благодарность нашим медикам за оказанную помощь.

В Минобороны подчеркнули, что военные медики достойно справились с задачей, поставленной Президентом РК – Верховным главнокомандующим ВС РК.

ТАКАЯ НУЖНАЯ КНИГА

Недавно Центр исследований сотрудничества между Китаем и Шри-Ланкой совместно с Посольством Китая в Шри-Ланке выпустил сингальский перевод китайской книги «Предотвращение эпидемии COVID-19 и борьба с ней», в которой излагаются превентивные меры против COVID-19.



Переводчик Лакшмана Сапарамату на церемонии презентации книги в г. Коломбо, Шри-Ланка, 30 июля 2020 года

Переведенная книга была представлена в Китайском посольстве в Шри-Ланке, копии переданы Министерству образования и Министерству здравоохранения Шри-Ланки. Автором оригинальной китайской версии книги является профессор

Чжан Вэньхун, китайский эксперт по инфекционным заболеваниям. Доктор Лакшми Соматунга, секретарь Министерства здравоохранения, выступая на церемонии презентации, сообщила собравшимся, что издание, переведенное на син-

гальский язык, было с радостью встречено в стране и, по его мнению, принесет несомненную пользу большинству шри-ланкийцев как эффективное пособие для всех, кто прочтет ее. «Во время глобальной пандемии



Сотрудники передают маски для лица, подаренные водителям автобусов Посольством Китая в Шри-Ланке, Коломбо, 17 августа 2020 г.



Поверенный в делах Китайского посольства в Шри-Ланке Ху Вэй (слева) передает медицинские маски представителям водителей автобуса в Коломбо, Шри-Ланка, 17 августа 2020 г.



Водитель автобуса изучает на плакат о профилактике COVID-19, подаренный Китайским посольством в Шри-Ланке в Коломбо, Шри-Ланка, 17 августа 2020 г.

Китай, неустанно помогая другим, показал всему миру достойный пример. К сожалению, нам придется жить с этой пандемией в течение какого-то времени, и поэтому описанные в книге универсальные меры безопасности важны как никогда, – сказала г-жа Лакшми, добавив, что отраднo было видеть мужество Китая в противостоянии этим вызовам.

Исполнительный директор Pathfinder Foundation Лакшман Сиривардана, в свою очередь, отметил, что книга, написанная профессором Чжаном и переведенная на сингальский язык Лакшманой Сапарамату, включает в себя множество практик и рекомендаций для студентов и взрослого населения.

Он сказал, что Китай и Шри-Ланка связывают тесные отношения с начала 1950-х годов и что эти связи останутся важнейшими для Шри-Ланки в будущем, поскольку многие отрасли в островной стране получили выгоду от проектов развития, финансируемых Китаем в последние годы.

Представители Посольства Китая в Шри-Ланке заметили, что книга будет весьма полезна для широкой публики, поскольку она дает лучшее понимание того, как все мы должны действовать в борьбе с COVID-19, так как дает всестороннее руководство для общественности и будет безусловно полезна для студентов.

«Во время вспышки эпидемии в Китае мы были глубоко тронуты поддержкой наших друзей из Шри-Ланки, предоставивших китайскому народу свою помощь. Сейчас же Китай изо всех сил пытается помочь Шри-Ланке преодолеть пандемию и будет продолжать делать это до тех пор, пока страна не победит коварный вирус», – сообщили представители Китайского посольства.

Остается надеяться, что вскоре читатели и остальных стран, в том числе Казахстана, смогут познакомиться с книгой профессора Чжан Вэньхуна.

В ПЕКИНЕ НЕ ОСТАЛОСЬ БОЛЬНЫХ С COVID-19

Все пекинские пациенты, ранее заразившиеся COVID-19, излечились от заболевания и выписались из больниц, сообщил городской комитет по делам здравоохранения.

Согласно сообщению ведомства, последние два таких пациента покинули госпиталь Дитань. Один из них был связан со случаями заражения в городе Далянь провинции Ляонин (Северо-Восточный Китай), а другой прибыл из-за рубежа.

На 25 августа в Пекине не было зарегистрировано ни одного нового подтвержденного случая локального заражения COVID-19, а также новых бессимптомных носителей коронавируса, сообщил указанный комитет.

Также в тот день в китайской столице отсутствовали новые пациенты с COVID-19, прибывшие из-за рубежа.



COVID-19 НЕ ПОМЕШАЕТ ПАРТНЕРСТВУ СТРАН «ПОЯСА И ПУТИ»

Китай будет расширять сотрудничество со странами «Пояса и пути» в борьбе с COVID-19, чтобы гарантировать, что реализация инициативы будет продвигаться без особых сбоев.

По словам Мэн Вэй, пресс-секретаря Национальной комиссии по развитию и реформам, главного представителя страны, Китай принял меры в различных областях, от обмена опытом до материально-технической поддержки, чтобы ограничить влияние COVID-19 на зарубежные проекты инициативы «Один пояс, один путь».

Придавая первостепенное значение безопасности и здоровью людей, работающих над зарубежными проектами, Китай будет отслеживать развитие эпидемии в различных странах, разрабатывать индивидуальные меры профилактики и контроля, делиться своим опытом борь-

бы с новым коронавирусом и оказывать противоэпидемическую помощь, насколько позволяют его возможности, сказала Мэн Вэй.

По ее словам, Китай также будет помогать людям, возвратившимся в Китай во время эпидемии, помогая им вернуться на свои зарубежные должности, а также активизировать усилия по обеспечению большей локализации занятости в зарубежных проектах.

Она добавила, что операции с иностранной валютой и зарубежным юанем будут упорядочены, а также усилена финансовая поддержка зарубежных проектов.

КИТАЙ И РОССИЯ ОБЪЯВИЛИ ГОД НАУЧНЫХ И ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ ИННОВАЦИЙ

Вице-премьер Китая Сунь Чуньлан и заместитель премьер-министра России Татьяна Голикова присутствовали на церемонии открытия по видеосвязи.

Г-н Сунь отметил, что благодаря согласованным усилиям Китая и России количество мероприятий, запланированных к проведению в рамках Года научных и технологических инноваций, превысило 1000, что свидетельствует об огромном потенциале сотрудничества двух сторон в области научных и технологических инноваций.

Она призвала к лучшему развитию стратегических флагманских проектов, использованию совместных лабораторий и исследовательских центров, обмену персоналом и координации в предпринимательской и инвестиционной сферах, с тем чтобы усилить всеобъемлющее стратегическое партнерство двух стран по координации для новой эры.

Татьяна Голикова сказала, что Россия и Китай, как крупные страны в области науки и технологий, выиграют от



сотрудничества в области инноваций. Ожидается, что Год научных и технологических инноваций поможет лучше согласовать Евразийский экономический союз со строительством «Пояса и пути» и будет способствовать развитию двусторонних связей, добавила она.

УХАНЬ ВОССТАНАВЛИВАЕТ ИНДУСТРИЮ КУЛЬТУРЫ И ТУРИЗМА

Недавно в Ухане, столице провинции Хубэй в Центральном Китае, сильно пострадавшей от эпидемии COVID-19, был начат ряд мер по возрождению индустрии культуры и туризма.

Согласно этим мерам, Ухань предоставит предприятиям культуры и туризма субсидии для возобновления работы и производства, окажет финансовую поддержку и выделит специальные средства.

Ухань будет предоставлять бесплатное обучение для людей, работающих в сфере культуры и туризма, поддерживать соответствующие инновации и способствовать преобразованию и модернизации индустрии культуры и туризма.

Что касается поддержки строительства ключевых культурных и туристических проектов, Ухань планирует включить эти проекты в крупные проекты и планы строительства на муниципальном уровне, а также в планирование землепользования города.

Ухань также ускорит строительство ключевых проектов, предоставив субсидию в размере 3 процентов от суммы инвестиций для проектов. Кроме того, Ухань будет раздавать культурные и туристические ваучеры

на сумму 80 миллионов юаней, чтобы повысить культурное и туристическое потребление города.



По материалам Информационного агентства «Синьхуа»

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ!

