

• что нового?

## Поликлиника начинается с регистратуры

Министерство здравоохранения Пермского края с начала сентября запустило pilotный проект по повышению качества обслуживания граждан в регистратурах поликлиник. По мнению министра здравоохранения Анастасии Крутень, это должно помочь созданию доброжелательной атмосферы в больницах.

По словам Анастасии Крутень, министра здравоохранения Пермского края, в Перми были приглашены квалифицированные преподаватели, которые проводили для главврачей и регистраторов тренинги по клиентоориентированным технологиям. Работники регистратуры, которые зачастую не имеют медицинского образования (а работать в регистратуре можно сразу после окончания школы), освоили навыки оказания первой помощи.

Сейчас регистраторы заканчивают своё обучение на курсах этики и деонтологии (учение о морали и нравственности).

Для того чтобы работник регистратуры был узнаваем, у каждого из них будет «фирменный знак» — шейный плафон в цвета венецианской маски. В ходе реализации проекта регулярно будут проводиться занятия для регистраторов по повышению их компьютерной грамотности. Продолжится работа по внедрению в поликлиниках электронной амбулаторной карты, подключению многоканальных телефонов. В регистратуре также планируется организовать видеозапись.

В проект были включены все поликлиники Перми. Если он будет удачен, то его рекомендуют для внедрения во всех поликлиниках края. Кроме того, проект не потребовал дополнительных затрат из бюджета — всё, что было потрачено, проходило в рамках текущего финансирования. Обучение обошлось городским поликлиникам в 10 тыс. руб. на человека.

Специальная рабочая группа разработала критерии эффективности работы регистраторов: отсутствие обоснованных жалоб от пациентов, грамотное заполнение медицинской документации как в бумажном, так и в электронном вариантах, соблюдение стандарта внешнего вида. От выполнения этих критериев будет зависеть зарплата регистраторов. Сейчас она составляет около 16 тыс. руб.

Людмила Максимова

• в здоровом теле

## Осенний заряд бодрости

В Перми начинаются массовые зарядки с участием звёзд и чиновников

Новый проект «Городской заряд», направленный на оздоровление жителей, включает утренние активности в общественных местах города, бесплатные для всех желающих любого возраста. Изюминкой спортивных мероприятий станут гости, которые будут помогать в проведении зарядок — это известные всей стране телевёзды, а также городские чиновники. Например, одну из первых зарядок, по заявлению организаторов, проведёт актёр знаменитого сериала «Реальные пацаны».

Первая зарядка со звездой намечена на 14 сентября, она начнётся в 12:00 возле памятника Героям фронта и тыла. Далее спортивные активности будут проводиться на этом месте каждое воскресенье. Также зарядка будет проходить по будням — во вторник и четверг в 7:50 на новой спортивной площадке по адресу: ул. Ленина, 72а.

Ульяна Артёмова

# В больнице как дома

В детской клинической больнице №13 открыто первое в Прикамье отделение паллиативной помощи для детей

• хорошая новость

В отделении созданы такие условия, чтобы маленькие пациенты и их близкие чувствовали себя как дома. Непосредственное участие в его появлении наравне с краевым министерством здравоохранения принял благотворительный фонд «Дедморозим» и неравнодушные пермяки.



Подобные отделения для неизлечимо больных детей работают лишь в нескольких лечебных учреждениях России — в Москве, Санкт-Петербурге, Казани и др. Пермь стала одним из немногих городов страны, где начали оказывать паллиативную помощь детям.

Как рассказали в благотворительном фонде «Дедморозим», отделение паллиативной помощи детской клинической больницы №13 предназначено для госпитализации пациентов на срок до 21 дня, а в особых случаях — и более. В нём расположено семь одноместных палат, рассчитанных на круглосуточное пребывание ребёнка и одного из родителей. Есть одна трёхместная палата для младенцев. Сейчас в отделении вместе с мамами уже находятся семь пациентов с тяжёлыми заболеваниями. Детей переводят сюда из краевых, городских поликлиник и стационаров.

Чтобы попасть в новое отделение, достаточно получить направление у своего лечащего или участкового врача.

В новом отделении все палаты расположены на первом этаже, оборудованы санузла-

ми и имеют по два выхода — непосредственно в коридор отделения и дверь на улицу, через которую посетители могут заходить к ребёнку, как в отдельную квартиру. Стены здесь выкрашены в нежные тона, разрисованы картинками из мультиков, постельное бельё и посуда — как домашние и т. д.

В каждой палате смонтировано видеонаблюдение, которое позволяет следить за состоянием пациентов и не беспокоить их лишний раз визитами. У кроватей также есть кнопки дистанционного вызова, сигнал с которых проходит не только на центральный пост, но и на браслеты, надетые на руки медсёстёр.

Особо организовано и питание детей — они едят то, что хотят, и то, к чему привыкли дома. Конечно, подобные нюансы не всегда могут уложиться в стандартные рамки бюджета. Само отделение является настолько инновационным, что даже на федеральном уровне пока не утверждены нормативные документы по его оснащению немедицинским оборудованием. Поэтому при его создании невозможно было обойтись без помощи неравнодушных пермяков и различных коммерческих

структур — от агентства необычных свиданий до крупнейшей IT-компании Прикамья.

Перед открытием отделения главный врач больницы Ольга Токмакова и её колле-



Паллиативная помощь — комплекс мер, позволяющий улучшить качество жизни пациентов и их семей, столкнувшихся с заболеваниями, угрожающими жизни. Среди таких заболеваний — генетические, неврологические, онкологические в терминальной стадии. Специалисты отделения оказывают пациентам медицинскую помощь (помогают облегчить состояние, избавиться от боли, обучают родителям способам ухода за ребёнком), а также психологическую и духовную поддержку.



На вопросы о здоровом питании: о том, как избавиться от лишнего веса или, наоборот, набрать его, стоит ли есть после 18:00, какую диету выбрать, и многом другом — отвечает Татьяна Кувакина, руководитель Пермского центра оздоровительного питания.

Как можно отучить ребёнка от чрезмерного употребления сладкого?

Самое главное разбраться в том, что для вашего ребёнка значит «есть много сладкого» — это может быть просто прочно сформировавшаяся «плохая привычка», или в неумеренном потреблении сладкого может скрываться проблема со здоровьем. Оценить состояние здоровья помогут специалисты: эндокринолог, невролог

и диетолог. А мы разберёмся с «плохой привычкой».

Углеводы являются основным источником энергии для организма. В зависимости от сложности строения, растворимости, быстроты усвоения углеводы пищи подразделяются на простые (рафинированные): сахар, мёд, кондитерские изделия и выпечка — и сложные (неррафинированные): фрукты, овощи, злаки.

Опасность простых углеводов в том, что они увеличива-

ют риск ожирения, диабета и сердечно-сосудистых заболеваний; вызывают нарушения работы иммунной системы; приводят к дефициту хрома; способствуют развитию карииеса; усиливают стресс.

Между сладостями и сахаром можно поставить знак равенства. А сахар похож на табак и алкоголь тем, что вызывает зависимость и желание потреблять его даже тогда, когда в этом нет никакой необходимости, а просто «за компанию» или потому, что конфета «попалась на глаза».

Поскольку углеводы нам нужны как источник энергии, то путём сложных биохимических процессов ор-

ганизм из любой сладости извлекает глюкозу. Именно она является основным питанием для клеток мозга.

Запретами делу не поможешь. Но сократить покупку сладостей необходимо. Чем меньше соблазнов — тем лучше. А помочь ребёнку получить энергию можно правильно составленным

рационом, включив в него, например, жидкий виноградный сахар. Это высокотехнологичный натуральный продукт без применения тепловой обработки (выбираем же мы с вами масло прямого холодного отжима). Жидкий виноградный сахар — безаллергенный источник глюкозы, он не разрушает микро-

флору, не вызывает брожения в кишечнике, гипоаллергенный. 2–4 чайных ложки в день обычному ребёнку вполне достаточно — это необходимые мозгу 20–25 гр. глюкозы, равные 52–65 ккал.

В течение двух–трёх недель вы заметите, что потребление сладостей у ребёнка идёт на убыль.

## Сладкое детство

На вопросы о здоровом питании: о том, как избавиться от лишнего веса или, наоборот, набрать его, стоит ли есть после 18:00, какую диету выбрать, и многом другом — отвечает Татьяна Кувакина, руководитель Пермского центра оздоровительного питания.

Как можно отучить ребёнка от чрезмерного употребления сладкого?

Самое главное разбраться в том, что для вашего ребёнка значит «есть много сладкого» — это может быть просто прочно сформировавшаяся «плохая привычка», или в неумеренном потреблении сладкого может скрываться проблема со здоровьем. Оценить состояние здоровья помогут специалисты: эндокринолог, невролог

и диетолог. А мы разберёмся с «плохой привычкой».

Углеводы являются основным источником энергии для организма. В зависимости от сложности строения, растворимости, быстроты усвоения углеводы пищи подразделяются на простые (рафинированные): сахар, мёд, кондитерские изделия и выпечка — и сложные (неррафинированные): фрукты, овощи, злаки.

Опасность простых углеводов в том, что они увеличива-