



Родник, который бьет в каждом доме... и офисе!

Заказ воды по телефону:
2-701-201

Дышите глубже

• туризм

Любовь Холодилина

Пермские медики разошлись во мнениях, нужен ли жителям Прикамья морской воздух

Константин Долгановский



В интервью «Российской газете» глава Ростуризма Олег Сафонов предложил россиянам жить без моря и пляжа. «Необходимость пляжа и моря — это во многом навязанный стереотип последних лет, который мы уже воспринимаем как собственное мнение. Наши предки, даже обеспеченные, не ездили массово на заграничные моря», — заявил Сафонов в своём интервью.

Олег Сафонов, глава Ростуризма:

— В США 80% граждан вообще никогда не выезжали за рубеж, они путешествуют внутри своей страны. При этом американцы ездят не только на пляжи Майами — они отдыхают в горах, у рек, посещают национальные парки. Ни в США, ни в Китае, ни в Канаде, которая, кстати, по климатическим условиям близка к России, ни в других странах с большим количеством населения нет такого стереотипного восприятия отдыха как исключительно поездка на море по системе «всё включено» и обязательно в Турцию.

Напомним, Олег Сафонов занимал должность заместителя генерального директора по экономике и финансам ОАО «НПК «Уралвагонзавод» в Свердловской области.

Наши медики считают, что некоторым категориям уральских жителей морской воздух просто необходим.

Лариса Кириченко, декан медико-профилактического факультета Пермского государственного медицинского университета им. Вагнера:

— С нашим суровым уральским климатом желательно отдыхать на юге как минимум раз в год. Нам необходим морской воздух.

Особенно это важно для жителей Перми, где распространены заболевания дыхательных путей.

О том, что россиянам лучше встречать Новый год в своей стране, а не на морских побережьях, 5 декабря 2015 года заявила в интервью Интерфаксу глава Роспотребнадзора, главный государственный санитарный врач РФ Анна Попова.

Анна Попова, глава Роспотребнадзора, главный государственный санитарный врач РФ:

— Конечно же, я советую отдыхать в России. Лучше не перенапрягать организм температурными перепадами и климатическими изменениями. За 7–10 дней организму, тем более детскому, трудно настроиться на условия другой климатической зоны, а потом в такой же короткий период — на условия хорошей российской зимы.

С тем, что отдых в тёплых странах зимой может отрицательно влиять на здоровье, согласны некоторые пермские врачи.

Наталья Бабина, заведующая центром «Здоровье» Пермского краевого центра медицинской профилактики:

— Полезен или нет морской климат, однозначно ответить нельзя, всё зависит от состояния здоровья каждого отдельного человека. Для некоторых резкая смена климата или резкая смена часового пояса, что ещё страшнее, может быть опасна. Для нормальной адаптации человеку нужно минимум три недели. Нахождение на солнце опасно для людей с онкологическими заболеваниями, зато морской воздух показан людям с заболеваниями дыхательных путей или опорно-двигательной системы.

• профилактика

Уколоться и забыть

С 21 по 25 декабря в поликлиниках Перми пройдёт иммунизация от пневмококковой инфекции. Бесплатные прививки поставят людям старше 65 лет с хроническими заболеваниями дыхательной и сердечно-сосудистой систем, астмой, диабетом и с ослабленным иммунитетом.

Пневмония остаётся смертельно опасной болезнью, несмотря на наличие антибиотиков. Возбудители приобрели устойчивость ко многим из них. По статистике, в России от пневмонии умирает около 40 тыс. человек в год. Пермский край входит в число неблагополучных территорий.

Владислав Семериков, главный эпидемиолог Министерства здравоохранения Пермского края:

— Что касается летальных исходов от пневмонии, мы здесь «впереди планеты всей». Ежегодно в Пермском крае от этого заболевания умирает примерно 800 человек. По уровню заболеваемости пневмонией мы превышаем российские показатели примерно в 1,4 раза. Чаще всего умирают люди пожилого возраста.

Специалисты отмечают, что пневмония — это вакциноуправляемая инфекция. «Все усилия должны быть направлены на то, чтобы снизить уровень заболеваемости среди населения. Именно поэтому мы проводим Дни вакцинации в рамках реализации краевой программы вакцинопрофилактики и государственной инициативы по профилактике заболевания пневмококковой инфекцией в Перми», — рассказала начальник отдела эпидемиологического надзора Управления Роспотребнадзора по Пермскому краю Лариса Кудрявцева.

Раньше вакцина применялась в Пермском крае только в рамках национального календаря прививок для детей до двух лет. В этом году решено закупить препарат для пожилых людей из группы риска. «Такие меры необходимы, так как в стране растёт уровень заболеваемости пневмонией», — уверены специалисты.

«Мы благодарны правительству Пермского края, что оно выделило деньги, потому что вакцина действительно дорогая, но она того стоит», — рассказала Лариса Кудрявцева.

Бесплатные прививки получат около 6000 пенсионеров. Прививку от пневмонии достаточно сделать один раз.

Адреса и телефоны поликлиник, в которых можно бесплатно пройти вакцинацию:

- ул. Пермская, 45, тел. 212-60-20;
- ул. Малая Ямская, 10, тел. 212-39-31;
- ул. Матросова, 4, тел. 237-28-31;
- ул. Братьев Игнатовых, 3, тел. 221-52-21;
- ул. Серпуховская, 11а, тел. 268-72-84;
- шоссе Космонавтов, 108, тел. 238-06-20;
- ул. Транспортная, 27, тел. 290-48-09;
- ул. Куфониная, 12, тел. 229-09-53/221-38-03;
- ул. Монастырская, 159, тел. 246-58-59;
- ул. Екатерининская, 224, тел. 236-81-04;
- ул. Куйбышева, 111, тел. 281-38-80;
- ул. Глеба Успенского, 5/7, тел. 281-08-24;
- ул. Героев Хасана, 26, тел. 281-26-26;
- ул. Запорожская, 5/7, тел. 241-90-82;
- ул. Гусарова, 7, тел. 269-07-65;
- ул. Никулина, 10, тел. 242-15-30;
- ул. Крупской, 57а, тел. 282-61-51;
- ул. Домостроительная, 2, тел. 263-94-09;
- ул. Писарева, 56, тел.: 274-16-66, 275-15-04;
- ул. Грачёва, 12, тел. 260-36-32;
- ул. Липатова, 19, тел. 282-76-28.

Дарья Мазеина

ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ ОРГАНИЗМА – ПЕЧЕНЬ

Еще великий целитель Авиценна писал: «Щади премного печень. От нее всех органов зависит бытие».

Всем известно свойство печени препятствовать попаданию в кровь ядов и токсинов. Но кроме того, она обеспечивает нормальное пищеварение, помогает усваиваться витаминам, контролирует уровень глюкозы в крови, регулирует объем крови в организме. Заботясь обо всех органах, сама печень подает сигналы о своем неблагополучии только в критических ситуациях — она почти лишена нервных окончаний. Поэтому поддерживайте печень, не дожидаясь серьезных проблем. Совершенно необходимо это делать во второй половине жизни, когда «уставший» орган работает хуже и может вызвать целый «букет» заболеваний

ХОЛЕСЕНОЛ – ПРЕДАННЫЙ ПОМОЩНИК ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧЕВЫДЕЛИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

других систем. А следить за здоровьем печени помогут специальные средства, например ХОЛЕСЕНОЛ.

Полностью натуральное средство ХОЛЕСЕНОЛ открывает печени новую жизнь. Её клетки восстанавливаются

НАТУРАЛЬНОЕ СРЕДСТВО ХОЛЕСЕНОЛ ПОМОГАЕТ ЗАЩИЩАТЬ ПЕЧЕНЬ ОТ ВРЕДНЫХ ФАКТОРОВ И СПОСОБСТВУЕТ СКОРЕЙШЕМУ ВОССТАНОВЛЕНИЮ ЕЕ КЛЕТОК

в разы быстрее, благодаря чему орган может активно функционировать долгие годы. ХОЛЕСЕНОЛ способствует восстановлению функций печени, помогает ей освободиться

от ядов и токсинов, питает ценными веществами.

ХОЛЕСЕНОЛ проявляет нормализующее действие для всей желчевыделительной системы. Он обладает желчеобразующими и желчегонными свойствами, благодаря

чему уходит риск образования камней в желчном пузыре и протоках. Налаживает моторику желчного пузыря, в связи с чем желчь выделяется синхронно с приёмом

пищи, а также нормализует консистенцию желчи.

Благодаря положительному воздействию ХОЛЕСЕНОЛА на работу желудочно-кишечного тракта, отработанные вещества выводятся значительно быстрее.

ХОЛЕСЕНОЛ рекомендуется применять курсом. Он выпускается в двух формах — капсулы и приятный на вкус сироп. Выбирайте то, что подходит именно Вам.

Спрашивайте в аптеках города!

