



7 апреля, в день, который объявлен Всемирной организацией здравоохранения Всемирным днём здоровья, кабинет профилактики в лице заведующей Ксении Онучиной с согласия главного врача больницы провёл акцию по мониторингу состояния здоровья сотрудников ЦРБ в рабочие часы.

Ничего сложного. Ксения Сергеевна взяла с собой только аппарат для измерения артериального давления и отправилась по рабочим кабинетам в послеобеденное время.

Надо сказать, работа «кипела» везде. Но на пламенную речь заведующей кабинетом профилактики откликнулись все, никто не возражал и тут же добровольно соглашался на процедуру измерения давления, при этом многие, увидев заведующую, вспоминали, что надо бы

Всех можно взять в космонавты!

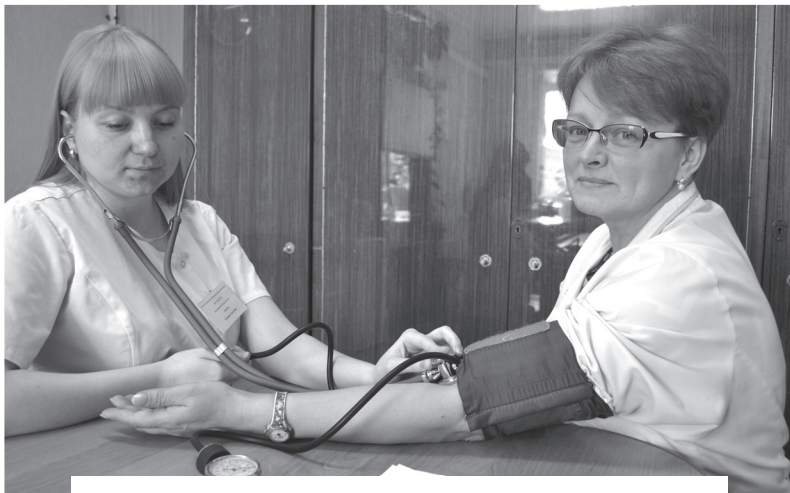
пройти диспансеризацию. Ксения Сергеевна побывала и в поликлинике, и в стационаре, и в административном аппарате. Конечно же, свой эксперимент она начала в кабинете главврача.

Через несколько часов результаты акции были представлены Дмитрию Басавину. Вот какие выводы он сделал вместе с Ксенией Сергеевной:

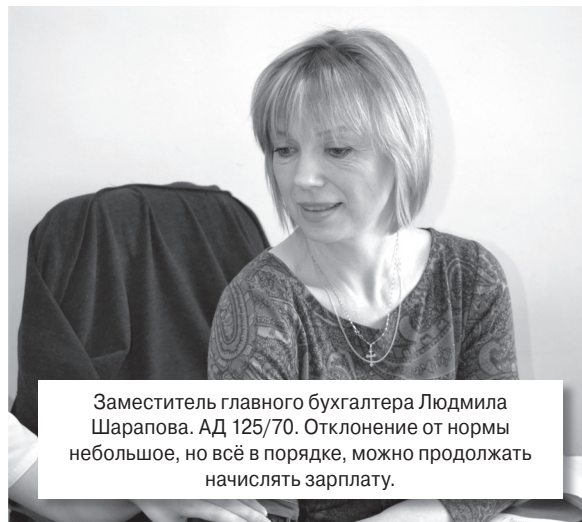
- Я рад, что почти у всех сотрудников артериальное давление в норме. При этом замечу, что каждый знает своё АД, измеряет его регулярно и держит в пределах своей нормы. Рабочий процесс в целом НЕ влияет на общее состояние здоровья наших специалистов. В общем, всех можно взять в космонавты!



Главный врач Вельской ЦРБ Дмитрий Басавин. АД 115/80. Удивлён такому хорошему результату, попросил измерить АД ещё раз. Сделал вывод, что домашний аппарат для измерения АД, наверно, придётся выбросить.



Главная медсестра Татьяна Клёц. АД 120/80. Великолепный результат! Жизнь прекрасна!



Заместитель главного бухгалтера Людмила Шарапова. АД 125/70. Отклонение от нормы небольшое, но всё в порядке, можно продолжать начислять зарплату.



Заведующая организационно-методическим отделом Елена Чистякова. АД 118/80. Измерить АД соглашалась, а фотографироваться нет. Зря. Всё в порядке: и давление, и улыбка.



Начальник хозяйственной службы Александр Ивантiev. АД 160/90. В момент измерения давления находился в кабинете экономистов. Почему-то был взволнован...



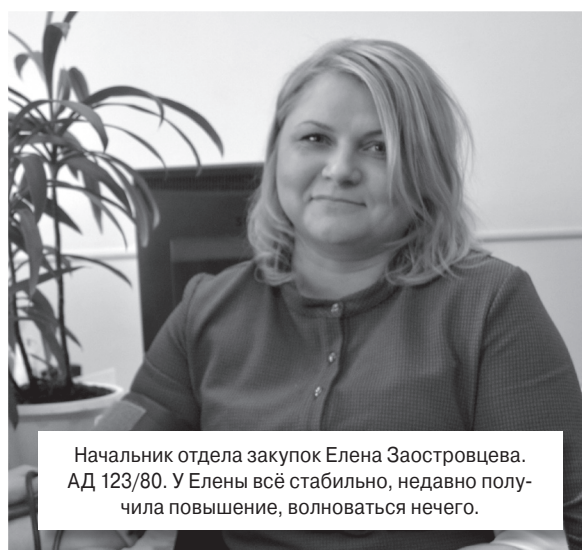
Главный бухгалтер Наталья Могучова. АД 95/60. О своём низком давлении знает и ему не удивляется. Это её норма. Чувствует себя прекрасно!



Врач-методист Юрий Мишутин. АД 115/80. «Для человека моего возраста такое давление просто сказка!»



Фельдшер Ольга Бурашникова. АД 139/80. «Пора брать больничный!».



Начальник отдела закупок Елена Заостровцева. АД 123/80. У Елены всё стабильно, недавно получила повышение, волноваться нечего.



Врач-терапевт Елена Ковальчукова. АД 125/80. Бросила опытный взгляд на записи Ксении Сергеевны: «Это у кого там АД 95?».



Коллектив оперблока. Зарядку по утрам начали делать много лет назад. Тогда её инициатором являлась старшая медсестра Наталья Новикова. Зарядка в оперблоке «прижилась».

На зарядку становись!

Коллективы некоторых отделений нашей больницы продолжают сохранять одну из традиций советского времени (думается, что не самую плохую) – выполнять производственную гимнастику. Рано утром мы заглянули в оперблок и кардиологическое отделение. Здесь рабочий день начинается с зарядки! Молодцы, сотрудницы! И себе настроение подняли, и пациентам. Так держать!



Коллектив кардиологического отделения. Здесь тоже «живёт» своё правило: каждое утро, заступая на смену, медсестры обязательно находят 5 минут на гимнастику.

КРУГЛЫЕ ДАТЫ

Уроки Ирины Минченко

Ирину Александровну мы все знаем как врача-физиотерапевта. Но до переезда в Вельск она 10 лет проработала врачом-акушером-гинекологом в Кулойской узловой больнице. Это была любимая работа. Но и в Вельске доктор Минченко нашла себя: прошла специализацию и приступила к работе в физиотерапевтическом отделении. Сегодня она, обладая бесценным опытом, огромным арсеналом знаний, способна разобраться в самых сложных методах лечения и подобрать каждому пациенту индивидуальную программу. Коллеги отмечают в ней бодрость, активность, отзывчивость, неугасающую энергию. Она всегда готова оказать мораль-

ную поддержку и дать мудрый совет. Общение с ней – это как урок. Достаточно выслушать мнение умного, опытного, высокообразованного человека, чтобы сразу увидеть простой и прямой путь к цели, обрести себя.

Дорогая Ирина Александровна! Коллектив физиотерапевтического отделения поздравляет Вас с юбилейной датой и выражает свою признательность за высокий профессионализм, целеустремлённость, желание помогать людям. Пусть от Вас всегда исходит свет мудрости, творчества и искренней любви. Здоровья и бесконечного прилива сил на все последующие годы!

По поручению коллектива
ст. медсестра И.Л. Фурсова

Выручил больницу

Хирург Сергей Шестаков работает в нашей больнице недавно, но уже успел влиться в коллектив. Думаем, что в этом ему помог немалый управленческий опыт, ведь Сергей Александрович в течение многих лет возглавлял одну из больниц в соседнем районе. Его новые коллеги отмечают в нём, прежде всего, уверенное спокойствие и уравновешенность, внимательность и коммуникативность. Администрация Вельской ЦРБ благодарна ему за то, что «вошёл в положение» больницы и мужественно принял на себя амбулаторный приём врача-хирурга.

Уважаемый Сергей Александрович, поздравляем Вас с 60-летием! Желаем здоровья, счастья, тепла,



добра, профессиональных успехов и поскорее окончательно обосноваться на вельской земле – достроить дом! С юбилеем!

100 лет работы на селе

В апреле юбилейные дни рождения отмечают медсестра Долматовской амбулатории **Ольга Едемская**, медсестра Тёгринской амбулатории **Елена Пенюгалова** и медсестра Комсомольской амбулатории **Нина Овчарук**. На троих у них более 100 лет медицинского стажа. Каждая из них добросовестно трудилась на поприще охраны здоровья жителей сельской местности. Свою работу они продолжают и сейчас.

Ольга Николаевна имеет стаж работы медсестрой почти 40 лет.

Курить нельзя бросить



Курить – это не только вредно, но и противозаконно!

С 1 июня 2013 года вступил в силу закон № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»

Взяв во внимание здоровье сотрудников ЦРБ, специалисты кабинета профилактики провели опрос среди медицинских работников по вопросам здорового образа жизни (ЗОЖ).

Были опрошены 100 человек, что составляет 10% от общего числа работающих в нашем учреждении здравоохранения. Нас интересовало их отношение к курению. Итак, вот что получилось.

Мужчины – 31 человек:

Курят – 18, не курят – 13. Из них: курили в прошлом – 3, пробовали

курить – 5.

Женщины – 69 человек:

Курят – 29, не курят 40. Из них: курили в прошлом – 4, пробовали курить – 16.

Таким образом, из общего числа опрошенных до сих пор курят 47 человек (почти половина).

Ну что же, выбор за вами. Пусть каждый медицинский работник во фразе, вынесенной в заголовок нашей заметки, сам поставит запятую, от которой и будет зависеть общий смысл: «Курить нельзя, бросить!» или же «Курить, нельзя бросить!»

Акробатический этюд

Скоро будет 40 лет, как Вера Колыгина работает медсестрой в инфекционном отделении. Удивительно то, что её мама-медсестра родила дочь – будущую медсестру, 12 мая – в День медицинской сестры. Совпадение ли это или предначертание судьбы?

Долгое время Вера Витальевна вела общественную работу физорга: организовывала и проводила производственную гимнастику, спортивные мероприятия, сдачу норм ГТО и т.д. Сама очень спортивная. До сих пор сохранила удивительную гибкость. И в этом возрасте легко садится «на шпагат»,

делает «мостик» и «свечу». А всё из детских лет, когда в школе она посещала акробатический кружок. Для своих коллег Вера Витальевна в своём роде «звёздочка». Пока мы её фотографировали, коллеги дружно собрались ещё раз посмотреть на её возможности.

Кстати, коллектив инфекционного отделения Всемирный день здоровья ежегодно отмечает каким-либо мероприятием: то на Набережной сдают нормы ГТО, то на горки ездят, то с другими дружественными отделениями «весёлые старты» устраивают, то в бассейн идут. В этом году запланировано сходили в баню. А как вы отметили Всемирный день здоровья?



Она душа коллектива, прекрасная коллега и великолепная женщина. Воспитала троих детей. Сегодня всё своё тепло отдаёт внукам, которых тоже трое.

Елена Альбертовна работает в Верхопуйском ФАПе более 25 лет. Внимательная и отзывчивая, заботливая и доброжелательная, она снискала доверие у всех жителей поселения. Они называют её замечательным человеком.

Трудовой стаж Нины Ивановны – тоже 40 лет. Она зарекомендовала себя как грамотный, ответственный специалист и как человек с активной гражданской позицией. Является членом комиссии по делам несовершеннолетних, занимается в хоре. А ещё она отличная жена, мать и бабушка.

Поздравляем! Яркого света, праздника души, доброты сердца и доброго здоровья!



Больница продолжает «прихорашиваться»

Недавнее посещение Вельской ЦРБ специалистами регионального минздрава принесло похвалу нашей больнице в плане работы над созданием комфортных условий как для пациентов, так и для сотрудников.

Прежде всего, имелись в виду ремонты помещений, которые наша больница продолжает выполнять регулярно, направляя на них собственные финансовые средства.

В конце прошлого года закончился ремонт помещений лаборатории. Некоторое время назад для неё же была приобретена но-

вая мебель. Сегодня завершаются ремонтные работы в детской консультации. По словам сотрудников АХЧ, которые производят ремонт собственными силами, в консультации покрашены потолки и стены, уложен новый линолеум, заменена электропроводка, освещение кабинетов доведено до требуемых норм, установлена новая сантехника. Осталось совсем немного – заменить старые двери. И тогда педиатры и их маленькие пациенты из временных помещений для приёма смогут вернуться в привычное для них место, но новое и красивое.



20 апреля – Национальный день донора в России

В мероприятиях этого дня участвуют доноры, медицинские работники службы крови, донорские организации.

Интересные факты

- первое переливание крови провёл молодой врач-акушер из Санкт-Петербурга Андрей Вольф. Это было 20 апреля 1832 года. Тогда он перелил роженице кровь её мужа. Это спасло женщине жизнь.

- донор должен быть совершен-

нолетним и иметь вес не менее 50 кг; - в 1900 году были открыты группы крови;

- люди, которые сдали кровь 40 раз или пожертвовали плазму 60 раз, считаются Почётными донорами;

- каждый третий житель нашей планеты хотя бы раз в жизни нуждается в переливании крови;

- по данным ВОЗ, доноры живут на 5 лет дольше среднестатистического человека.

КРОВНЫЙ доктор



Заканчивая медуниверситет по специальности «педиатрия», Анастасия Губенская даже предположить не могла, что будет работать врачом... трансфузиологом. Иными словами, сегодня в Вельской ЦРБ все вопросы по переливанию крови находятся под строгим контролем милого, обаятельного, с негромким голосом доктора.

Проведение обязательных учёб и зачётов для врачей и среднего медперсонала – это отправная точка её работы. Анастасия Александровна не снимает с себя ответственности за то, чтобы донести до персонала все изменения и новшества в этой области медицины, подсказать, отработать «слабое звено», выстроить алгоритм действий, научить скрупулёзности в заполнении документации. А потом ещё ведение текущих и неотложных консультаций в сложных случаях при проведении трансфузионной терапии, определении группы крови, проведение проверки, составление годовых отчётов.

Мы попросили Анастасию Александровну поделиться с нами некоторыми своими наблюдениями.

- За последние несколько лет крови переливается больше или

меньше?

- Вот как раз за последние годы этот показатель довольно стабилен. Сегодня крови переливается не больше, чем в предыдущие годы. Я связываю это, в том числе, и с более строгими показаниями к переливанию. Кстати, количество пациентов, которым было сделано переливание крови, тоже не увеличивается, их по отчётам прошлого года было даже несколько меньше. Ещё отмечу, что сейчас больше переливается компонентов крови, что, однозначно, лучше для больного.

- В течение какого времени кровь для переливания обязаны доставить в ЦРБ после поступления заявки?

- В черте нашего города от станции переливания крови до больницы на доставку крови отводится не более 30 минут. Понятно, что всё это фиксируется в документах. Кстати, несколько месяцев назад на нашей станции переливания крови стали выполнять индивидуальный подбор крови, что опять же однозначно лучше для пациента.

- Вы встречали пациентов, которые отказываются от переливания крови?

- Да, в нашей больнице были такие случаи. Причина – религиозные убеждения.

ДАТА В ИСТОРИИ

Контролёр СП «Гараж» Дмитрий Хмелевской дважды побывал в Египте ещё задолго до того, как россияне начали регулярно посещать эту северо-африканскую страну. Но его визит в Египет не был связан с отдыхом.

Морской пехотинец Хмелевской в июне 1967 года наблюдал за самой короткой – шестидневной – войной в мировой истории 20-го века: военно-морские корабли Балтийского флота СССР несли дежурство у берегов Египта во время очередного арабо-израильского конфликта.

В 1965 году юношу из Курской области призвали в ряды Советской Армии. Оказался он на Балтийском флоте. Молодым солдатам-срочникам выдали обмундирование. У всех были бескозырки с обычными чёрными ленточками, а у него и ещё нескольких солдат – с гвардейскими: новобранцев зачислили в морскую пехоту. Стоит ли напоминать, что воинский долг Родине Дмитрий Алексеевич отдавал в течение 3 лет.

В 1967 году, после возвращения из отпуска из родных мест, пехотинец Хмелевской нёс службу в карауле. Вдруг всех подняли по тревоге, погрузили на корабли, которые взяли курс в открытое море. Двигались без остановок, в сопровождении подводных лодок. В пути же всем пехотинцам выдали тропическую форму: шорты, рубашку с короткими рукавами, гольфы, панаму, туфли с дырочками. Стало ясно, что курс взят на одну из южных стран. Прошли Гибралтар, подошли к Суэцкому каналу и остановились в Порт-Саиде. Только здесь стало ясно, что конечная цель дальнего похода – Египет.

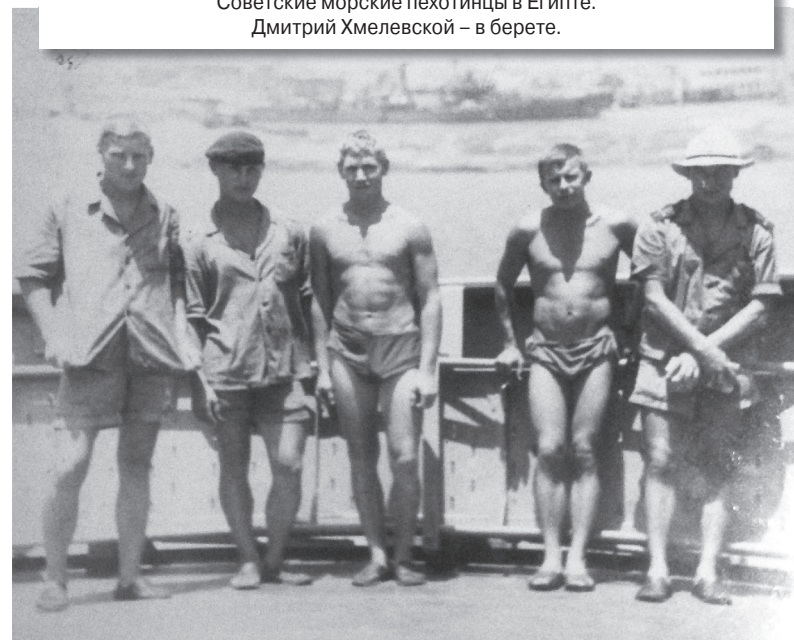
Пехотинцам объявили, что примерно месяц советские военные корабли будут нести службу в Средиземном море, выполняя наблюдательную и сторожевую миссию. Месяц растянулся на три. Команда на берег не сходила. Всё это время корабли находились в полной боевой готовности, но, к счастью, всё обошлось без военных действий. По словам Дмитрия Алексеевича, труднее всего было привыкнуть к египетской жаре.

Жарко было и во второй раз – уже в декабре 1967 года – и не только от палящего солнца. Тогда

Дмитрий Хмелевской: Египет. 50 лет назад



Советские морские пехотинцы в Египте. Дмитрий Хмелевской – в берете.



корабли Балтийского флота уже не просто наблюдали за происходящим около берегов Египта, но и несли боевое дежурство. С берега по кораблям стреляли...

Есть в воинской биографии Дмитрия Хмелевского ещё одно памятное событие. Как один из лучших морских пехотинцев, он принял участие в ноябрьском параде в Москве. Тогда войска морской пехоты, как отдельный род войск, впервые прошли по Красной площади. И было это тоже 50 лет назад. С тех

пор ежегодно Дмитрий Алексеевич смотрит военный парад и наблюдает за своим 336-м отдельным гвардейским орденом Суворова и Александра Невского полком морской пехоты.

После службы в армии Дмитрий Хмелевской приехал на Русский Север. Обосновался в Вельске, создал семью, трудился в лесной отрасли. В системе медсантранспорта работает уже 15 лет. Родные долгое время не знали о его участии в боевых действиях...

20 АПРЕЛЯ – НАЦИОНАЛЬНЫЙ ДЕНЬ ДОНОРА В РОССИИ

По данным Вельского филиала Архангельской станции переливания крови в настоящее время в нашей больнице работают 57 медиков-доноров. Из них 45 женщин и 12 мужчин. 19 доноров имеют звание «Почётный донор России». Причём все они – женщины.

Больше всего Почётных доноров насчитывается в отделении скорой медицинской помощи. Есть также Почётные доноры в терапевтическом отделении, детской консультации и поликлинике. Некоторых из них мы сегодня представим нашей читательской аудитории.

Дважды Почётный

...Мы пришли к ней, чтобы говорить о ней. Но оказалось, что категория «я» для неё просто не существует. На вопросы о себе она отвечала ... рассказывая о больнице. Зинаиду Малюкину было очень интересно слушать. Она самый настоящий архивариус Вельской ЦРБ за последние полвека. И по её признанию, ей очень нравится рассказывать о больнице, которая стала её жизнью.

...Кровь сдавать она начала сразу по достижении 18 лет. К этому времени Зинаида уже 2 года (т.е. с 16-ти лет!!!) работала в больнице и одновременно училась на двухгодичных курсах медсестёр, организованных в Вельске. Это был осознанный выбор, поддержанный её мамой – тоже медсестрой. Кстати, если взять членов семьи Зинаиды Малюкиной, отдавших свой труд Вельской больнице, то на всех получится 130 лет стажа!

...За один раз у донора можно взять не более 490 мл. крови. Зинаида Ивановна каждый раз сдавала не менее 400. Да, желание добавить дней к отпуску – а их у медсестры поликлиники на терапевтическом участке было всего 18!!! – здесь присутствовало. Но главное не это, а то, что уже имея за плечами 10-летний опыт работы, она знала, как нужна кровь пациентам. Вообще, в профессиональной судьбе Зинаиды Ивановны много интересных цифр (некоторые из них мы уже озвучили) и «круглых» дат. 25 лет она проработала старшей медсестрой поликлиники и покинула свой пост в 55 лет. За это время сменилось 6 главных врачей и 5 заведующих поликлиникой. О каж-

Донорство у них в крови!



Дважды Почётный донор
Зинаида Малюкина

дом из них она говорит с особым теплом, подчёркивает, что ей очень повезло с этими людьми. Несколько дней ранее исполнилось 10 лет её работы медсестрой в кабинете инфекциониста. Через несколько дней случится славный юбилей – 65 лет! Ну а на следующий год она отметит полувековой юбилей работы в Вельской больнице.

...Её осознание быть донором увеличилось, а чувство долга упрочилось, когда её самому близкому человеку потребовалось переливание крови. Ещё несколько десятков лет назад переливания делались довольно часто. На втором этаже поликлиники был отдельный кабинет для переливания крови. Вот туда Зинаиду Малюкину приглашали всегда, когда требовалась кроводача... На этом месте Зинаида Ивановна опять «ушла от темы себя». Она говорила о своём большом коллективе поликлиники, о его трудоспособности, сплочённости, дружбе. О смотрах профессионального мастерства и художественной самодеятельности, лыжных соревнованиях и сдаче норм ГТО, о социалистических соревнованиях и субботниках, а также о забастовках и

смене хозяйственных механизмов. Да, они всё пережили. Сейчас трудно представить, что в Вельске было всего 4 терапевтических участка, на вызовы ходили пешком, обслуживали огромное количество предприятий и учреждений; что поликлиника работала с 8 утра до 21 часа и суббота была полным рабочим днём, что на первом этаже была хорошая библиотека, которая выписывала огромное количество медицинских специализированных изданий, что еженедельно проводился единый день профилактики. Она это помнит и по-прежнему говорит спасибо каждому члену своего коллектива.

...Она стала Почётным донором дважды. Первый раз в 1993 году, на изломе государственности, когда страна меняла свои принципы и название. Тогда ей было присвоено звание «Почётный донор Архангельской области». Через несколько лет она стала уже Почётным донором России. Зинаида Малюкина была донором в течение 44 лет. Недаром слово на церемонии открытия нового здания станции переливания крови было предоставлено именно ей – донору Малюкиной.

Уважаемая Зинаида Ивановна! Коллектив Вельской ЦРБ поздравляет вас с приближающейся юбилейной датой! Благодарим за вклад в дело развития здравоохранения в Вельском районе, за самоотверженный труд, за воспитание молодых кадров! Оставайтесь и дальше такой же энергичной и оптимистичной! Тепла, добра, ЗДОРОВЬЯ!

...И мужа своего взяла в команду доноров

У Людмилы Павловны Дербиной, фельдшера отделения скорой медицинской помощи, за плечами 28 лет работы заведующей ФАПом в Низовском лесопункте и 16 лет – на «скорой».

Первая её кроводача состоялась ещё в студенческие годы. Пожалуй, так делали многие из нас: очень нужны были дни, чтобы съездить домой. Кто-то на этом и останавливался, но не Людмила Дербина.

В своём селе она серьёзно занялась работой по развитию добровольного донорства и донорского движения. Конечно же, сама была примером. И мужа своего взяла в команду доноров. По приезду в Вельск по-прежнему продолжала сдавать кровь. На счету Людмилы Павловны 70 пожертвований крови и плазмы. Сегодня она и её супруг оба являются Почётными донорами России. «Кровь нужна всегда, пусть у нас будет больше добровольных доноров. И пусть все они будут здоровы!», – заключает Людмила Павловна.

Когда нужна редкая группа крови, зовут её

Да, это так. У донора Натальи Олупкиной, врача ультразвуковой диагностики, редкая группа крови – АВ/IV Rh(-). Действительно, сотрудники станции переливания крови приглашают её, когда в этом есть острая необходимость. Сдавать кровь Наталья Павловна стала

также в студенческие годы. Звание Почётный донор России получила в 2014 году. Всего она жертвовала кровь и плазму уже более 80 раз. Кстати, две медсестры её кабинета тоже стали донорами.

«С того момента, как в нашем городе появилось новое здание станции переливания крови, – подчёркивает Наталья Павловна, – для нас, доноров, многое изменилось. Конечно же, это самое современное оборудование, что позволяет за меньший период времени проводить процедуру кроводачи. Благодаря более развёрнутым анализам крови, которые теперь выполняет станция, мы гораздо больше знаем о состоянии своего здоровья. Хочу сказать спасибо всему коллективу станции за доброжелательность».

P.S. Редакция газеты благодарит за неоценимую помощь в подготовке материалов о донорах заведующую Вельским филиалом ГБУЗ АО «Архангельская станция переливания крови» Е.Н. Дербину.



Наталья Олупкина

- слово «донор» происходит от латинского *donare* – «дарить»

- на 1 января 2017 года число доноров в Архангельской области составляет 9556 чел., из них первичных – 1405 чел. Областная станция переливания крови и её филиалы в Вельске и Котласе обеспечивают кровью и её компонентами больницы области на 100%.



Будущая старшая медсестра поликлиники и будущий Почётный донор России Зинаида Малюкина среди слушателей курсов по подготовке медсестёр (второй ряд, в центре), 1968-70 гг.



Людмила Дербина