



Опыт общественной работы у Олега Забродина (слева) немаленький — он является председателем наблюдательного совета областного центра «Урал без наркотиков», членом общественных советов при управлении Федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков по Свердловской области и при управлении на транспорте МВД РФ по УрФО

## Главный нарколог области возглавил профсоюз медиков

Татьяна СОКОЛОВА

Председателем Свердловского областного профсоюза работников здравоохранения РФ стал Олег Забродин, главный врач Психиатрической больницы №3 и главный нарколог области. За его кандидатуру проголосовали 104 человека из 124 делегатов первичных профсоюзных организаций медицинских учреждений региона.

Олег Забродин избран председателем профсоюза медиков области на три и половиной года. До него организацию с июля 2015 года возглавлял Александр Чебыкин, заместитель главного врача городской больницы Верхотурья. Однако вышестоящая организация — Профсоюз работников здравоохранения РФ — приняла решение, что конференция, на которой был избран Чебыкин, была проведена с нарушениями требований её устава. Поэтому профсоюз назначил новые выборы. Сейчас Забродин уже приступил к исполнению своих обязанностей.

— Мы должны в любое время — кризис или нет —

поддерживать врачей, медсестёр и остальных работников медучреждений. Сегодняшнюю ситуацию в здравоохранении я расцениваю как контролируемую, но работы по линии профсоюза много. Всем давно известно, что профсоюз — это самая активная часть коллектива, и наша задача сейчас вместе с ним вспомнить то, что было забыто: конкурсы, строевая песня, мероприятия, связанные с досугом, с физической активностью, художественной самодельностью — этого сейчас не хватает людям в жизни, — рассказал «ОГ» Олег Валентинович. — А всё, что касается жизни каждого работника, каждого члена профсоюза — это всё в их руках, прежде всего они сами должны что-то делать, а я буду им помогать.

Также Олег Забродин пообещал выстроить связи профсоюза, который возглавил, с министерствами здравоохранения области и России, с Территориальным фондом медицинского страхования — всё для того, чтобы у медицинских работников улучшились условия труда и отдыха.

## Тот же никотин

Электронные сигареты, которые наносят не меньше вреда, чем обычные, сегодня могут купить даже дети

Лариса ХАЙДАРШИНА

В последние два года в России стали очень популярны, особенно среди молодежи и даже у школьников, электронные сигареты. Официальной информации о них крайне мало, в рекламе утверждается, что они совершенно безвредны. До сих пор продажа электронных сигарет в нашей стране никак не регламентируется законом, поэтому их могут продавать где угодно и даже детям.

В небольшом сетевом магазинчике на окраине Екатеринбурга сигареты-гаджеты и жидкость для их заправки продаются вместе с обычными табачными изделиями. Последние — по закону — закрыты ширмочкой, стойка расположена рядом с кассой. А объяснение о наличии электронных висит прямо на ширме — «спрашивайте у продавца»... Вот я и спрашиваю:

— Кто их берёт?  
— Молодёжь, — отвечает продавщица Галина Якубова.

— Детям тоже продаёте?  
— Я — нет. У меня сын-восьмиклассник, не хотела бы я, чтоб он курил эту гадость. Считается, они неопасны, да только я не верю, не бывает безвредного курева. А вот мои семидесяти, может, и продают. По закону-то это не запрещено, а значит, разрешается...

Чтобы развеять мифы о сигаретах-гаджетах, «ОГ» обратилась к заместителю директора Свердловского центра медицинской профилактики, кандидату медицинских наук Ольге Андрияновой.

— Производители электронных сигарет не предоставляют информацию о



компонентах, не предупреждают о вреде такого курения...

— С начала появления табачокурения врачи начали бить тревогу по поводу того, что курящие получают мощный риск заболеть раком лёгких. Производители табачных изделий в ответ на это стремились сыграть на желании людей без каких-либо дополнительных усилий сохранить своё здоровье. Прежде они предлагали, например, использовать «лёгкие» сигареты: мол, вы курите, а мы позаботимся о вашем здоровье. Таким образом они обеспечивали сбыт своей продукции.

Но что хуже — выпасть и разбиться с пятого этажа или с девятого? Не имеет значения, от чего человек получит смертельное опасное заболевание — от курения обычных или «лёгких» сигарет. А он его получит, поскольку и в тех, и в других содержится никотин. Так же, как и в электронных сигаретах. Доказано: не существует безопасных сигарет и безопасного

способа курения. Если человек курит, то повышает фактор риска всех неинфекционных заболеваний, в том числе заболеваний сердца и сосудов. Никотин сужает просвет кровеносных сосудов, приводя к инфарктам и инсультам. Доказана связь табачокурения с 25 неинфекционными заболеваниями.

— Потребители считают, что эти устройства совершенно безопасны и якобы помогают бросить курить.

— Никаких заменителей никотина в электронных сигаретах нет. Там всё тот же никотин, который вдыхаете в себя курящий. А кроме никотина — ароматизаторы — они, кстати, могут вызвать у курящих аллергические реакции. При курении электронных сигарет люди вдыхают вещество диэтиленгликоль — канцероген, способствующий возникновению онкологических заболеваний.

— Бытует мнение, что, в отличие от обычных, электронные сигареты не нано-

сят вреда окружающим. Это так?

— Нет. Вред есть уже от того, что дети видят своих родителей, бабушек и дедушек с сигаретами. А ведь поведение детей младшего возраста на 90 процентов — подражательное.

Сегодня в мире нет ни одного исследования, которое бы доказывало пользу либо безопасность электронных сигарет. Напротив, в этом году появилось исследование Гонконгского университета о том, что электронные сигареты содержат в миллион раз больше вредных веществ, чем грязный воздух в мегаполисах, в том числе канцерогены. Эти токсины влияют на половые функции, развитие плода и работу щитовидной железы.

Врачи руководствуются принципами доказательной медицины, и в данный момент никто не может заявлять о безопасности для здоровья электронных сигарет. Канада, Дания, Норвегия, Италия и ещё 12 государств уже ввели полный запрет на их продажу.

При курении сигарет-гаджетов выделяется густой ароматизированный пар с запахом фруктов или сладостей, который кажется привлекательным и безопасным, но на самом деле вредит здоровью

## У ветеранов проверят здоровье

К 71-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне на Среднем Урале для инвалидов и ветеранов проведут медосмотры и предоставят им единовременную выплату.

До 30 июня во всех лечебных учреждениях региона инвалиды и ветераны Великой Отечественной войны (и с ними приравненные) смогут пройти медицинские профосмотры. В отдалённых населённых пунктах здоровье ветеранов обследуют выездные бригады. Главврачи свердловских больниц проведут встречи и прочитают лекции для ветеранов ВОВ.

Уже традиционно инвалиды и ветераны Великой Отечественной войны получают единовременную выплату из областного бюджета. Участникам и инвалидам Великой Отечественной войны выплатят по 1 000 рублей, а по 500 рублей получат иные категории граждан: труженики тыла, вдовы (вдовцы) участников и инвалидов Великой Отечественной войны, дети погибших, узники концлагерей. Сегодня в Свердловской области проживают 3 219 ветеранов Великой Отечественной войны, ещё 106 тысяч человек — ветераны других категорий. Общий объём выделяемых средств — около 58 миллионов рублей.

Анастасия БАЙРАКОВСКАЯ

## В Заречном будут производить средства для лечения рака

В Институте реакторных материалов (ИРМ), расположенном в городе Заречном, создадут участок для производства микроисточников (специальных капсул) иридия-192, которые используются для лучевой терапии.

По словам директора ИРМ Дмитрия Маркова, сейчас такие источники поставляются в Россию из-за рубежа, при этом сырьём для них служит... иридий из того же Заречного. Цена сырья и готового продукта существенно отличается. Стоимость отечественных источников будет в несколько раз меньше стоимости импортных. Это даст толчок развитию в России брахитерапии — лучевой терапии, которая подразделяется на внешнюю и внутреннюю непосредственно в поражённый орган.

Кроме того, ИРМ планирует в 2018 году приступить к производству так называемого прекурсора на основе лютеция-177, который сможет влиять непосредственно на опухоль, не нанося критического ущерба другим тканям.

— Подобные технологии позволяют лечить раковые заболевания даже на последней стадии, — утверждает Дмитрий Марков.

На создание этого производства ИРМ получил от Минобрнауки грант в размере 170 миллионов рублей.

Елена АБРАМОВА

## 500 тысяч свердловчан заняты на вредных производствах

Елена АБРАМОВА

В «ОГ» состоялась прямая линия, посвящённая проблемам утраты трудоспособности из-за вредных производственных факторов. На вопросы читателей ответила главный внештатный специалист профпатолог министерства здравоохранения Свердловской области Неонилла МИЛОВАНКИНА.

На Среднем Урале около 500 тысяч работников, связанных с вредными условиями труда, проходят ежегодные профосмотры, в том числе около 50 тысяч человек — в центрах профпатологии. Выделяют 27 предприятий, работники которых часто страдают профзаболеваниями (чёрная и цветная металлургия, машиностроение, горнодобывающая промышленность). Профпатология может развиваться и у работников других отраслей. У тех, кто трудится в пищевой промышленности, сельском хозяйстве, у медработников часто развивается аллергия.

Лариса, Сысерть: — Я — учитель с большим стажем, страдаю хроническим ларингитом. На уроках

приходит много говорить. Это профзаболевание?

— Вы, как преподаватель, должны проходить ежегодные медосмотры, во время которых необходимо говорить о своих жалобах лор-врачу. Хронический ларингит не входит в список профзаболеваний. Но специалист, в данном случае лор-врач, должен уточнить причину потери голоса и, при необходимости, дать вам направление в центр профпатологии, если нужно — к фониатру.

Виктор КУДРЯВЦЕВ, Камениск-Уральский: — В электротехническом цехе заработал слух. Меня направили в центр профпатологии. Если признают профнепригодным, на какую социальную поддержку я могу рассчитывать?

— Если медико-социальной экспертной комиссией принято решение об утрате профессиональной трудоспособности, человек получает единовременное пособие и ежемесячные выплаты в процентах от среднего заработка на рабочем месте с факторами высокого профессионального риска. Размер выплат зависит от степени утраты трудоспособности. Существует допол-

нительная поддержка: лекарственное обеспечение и санаторно-курортное лечение раз в год за счёт средств Фонда соцстрахования.

Людмила ШУКО, Асбест: — При профзаболевании существует льготная реабилитация: оплачивается путёвка в санаторий, проезд, лекарства. Медкомиссия не даёт мне направление в санаторий по медпоказаниям. Мне положена компенсация?

— Лицам с установленным профзаболеванием предоставляется ежегодное санаторно-курортное лечение за счёт средств Фонда соцстрахования, только если состояние здоровья позволяет его проходить. В противном случае по закону компенсация не положена. Есть возможность пройти процедуры, которые вам не противопоказаны, в стационаре Екатеринбургского медицинского центра профпатологии и охраны здоровья рабочих промышленных предприятий. За путёвкой следует обратиться в Фонд соцстрахования.

Максим ВЛАСОВ, Верхняя Пышма: — Больше 20 лет тружусь на вредном производстве, по-

сле медосмотра меня направили к профпатологу. Если установят профзаболевание, меня уволят?

— В случае установления профзаболевания увольнение работника противозаконно. При направлении его на медико-социальную экспертизу работодатель должен предоставить список вакансий, куда он может трудоустроить этого человека. Врачи во время комиссии решают, на каком участке работать не противопоказано.

Елена СЕРГЕЕВА, Реж: — Моя бабушка 30 лет проработала в цехе, где уровень шума выше нормы. Сейчас у неё плохой слух. Она собиралась пройти обследование, чтобы установить профзаболевание. Но ей сказали, что заболевание могут не связать с условиями труда...

— Если уровень шума был высоким, значит, ваша бабушка ежегодно проходила медосмотры. Важно понять, возникали ли проблемы со слухом во время работы. Бабушке нужно обратиться к лор-врачу, чтобы он дал направление к профпатологу. Но нет гарантии, что сейчас, спустя время, профпатолог свяжет проблемы с условиями

труда, потому что с возрастом возникают сосудистые заболевания, которые отражаются на слухе. Профпатолог должен отследить данные медосмотров по годам и соотнести их с данными санитарно-гигиенической характеристики условий труда. Для связи заболевания с проффактором нужны как минимум три фактора: само заболевание, подтверждённое данными амбулаторной карты, соответствующий стаж работы на вредном производстве и данные о санитарно-гигиенических условиях труда по шуму.

Алёна СОРОКИНА, Екатеринбург: — У меня астма. Я — библиотекарь и думаю, что причина болезни — книжная пыль, хотя работаю тут недавно. Участковый врач может подтвердить это?

— Аллергическая патология развивается быстро при контакте с аллергенами. Поэтому, в данном случае, не требуется длительный стаж работы, чтобы установить профзаболевание. Вам нужно обратиться к пульмонологу по месту жительства. Он даст направление в городской центр профпатологии, который на-

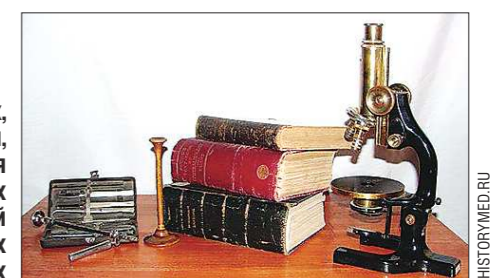
### КСТАТИ

Профзаболеваемость стабильно сокращается по всей стране: сегодня по статистике приходится 1,8 случая на десять тысяч работающих, а 5–10 лет назад доходило до 5,2 случая. Но специалисты связывают это лишь с изменением законодательства и подходов к оценке условий труда. Обычно работники со стажем, относящиеся к группе риска, проходят ежегодные медосмотры в лечебных учреждениях, а в центрах профпатологии обследуются раз в пять лет.

Игорь НОВИКОВ, Екатеринбург: — Могут ли быть профзаболевания у офисных работников?

— Не помню таких случаев. Условия труда в офисах несравнимы с условиями, в которых работают, скажем, металлурги. Но, теоретически, в любой профессии, где есть вредный производственный фактор, возможно развитие профзаболевания. Для офисных работников — это воздействие электромагнитного излучения от ПК.

В книгах, переданных в музей, рассказывается о биографиях уральских врачей и научных исследованиях



— На конференции мы узнали о том, что планируется создать Российский музей истории медицины при Министерстве здравоохранения РФ, — поделилась с «ОГ» заведующая сектором СОММ Алёна Артемьева. — Мы поддержали эту идею и передали в будущую экспозицию несколько книг, изданных с участием наших уральских специалистов. Они станут первыми экспонатами нового музея.

Алёна ХАЗИНУРОВА

## КАК ВЫБРАТЬ ВИТАМИНЫ

### Мужу — магний, жене — железо

Татьяна СОКОЛОВА

В России зарегистрировано более 500 торговых наименований витаминных и витаминно-минеральных комплексов. В аптеках они отпускаются без рецепта, поэтому выбираем мы их зачастую самостоятельно. О том, что стоит учитывать при покупке поливитаминов, рассказал Михаил Кивев, кандидат фармацевтических наук, старший преподаватель кафедры фармакологии Уральского государственного медицинского университета.

— Главная рекомендация — посоветоваться с лечащим

врачом, сдать анализы, чтобы представить, каких именно витаминов или минералов не хватает. Особенно серьёзно к этому вопросу стоит подойти при выборе поливитаминов для ребёнка, беременной женщины, пожилого или человека с хроническими заболеваниями, — пояснил Михаил Кивев. — Кроме того, необходимо учитывать пол: мужской или женский. Есть поливитамины для мужчин, где могут быть увеличены дозы антиоксидантов, витаминов группы В, магния, они приводят в норму многие процессы в мужском организме. А есть для женщин, например, с увеличенной дозой железа, которые способствуют

восстановлению гемоглобина.

Зачастую человеческому организму не хватает сразу нескольких витаминов и минералов, поэтому для профилактики специалисты советуют принимать именно комплексы. Но надо понимать, что многие витамины и минералы усиливают или, наоборот, уменьшают усвоение друг друга. Например, витамин D3 помогает усваивать кальций, а витамин А и С — железо, но цинк уменьшает усвоение меди. Многие производители сегодня это учитывают и создают либо многослойные таблетки, чтобы процесс высвобождения всех полезных веществ был постепенным, либо

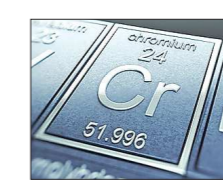
капсулы для отдельного приёма утром, днём и вечером с разными витаминами и микроэлементами в них.

— Необходимо знать следующее: на иммунитет положительно влияют лактобактерии, они восстанавливают кишечную микрофлору, экстракт эхинацеи уничтожает бактерии, вирусы, грибки, а также стимулирует иммунную систему, как и витамин С. Для улучшения состояния кожи — витамин Е и А. Но важно помнить, что витамин А в сочетании с веществами, получаемыми организмом при курении, может вызывать развитие онкологических заболеваний. Поэтому курящим его лучше исключить.

Для роста и укрепления ногтей полезны кальций, селен и цинк. Повышенное содержание кальция нередко содержится в витаминных комплексах для старшей возрастной категории для профилактики остеопороза. Вместе с ним могут быть включены в состав лютеин и ликопин для профилактики болезней сетчатки глаз. В поливитаминах для женщин после 45 лет часто содержится экстракт лустычника, цимицифуги, уменьшающие симптомы менопаузы, — рассказал Михаил.

Привыкание к поливитаминам не происходит, но после их месячного приёма специалисты советуют делать перерыв. Понять, что витамины

помогают, можно по различным признакам: уменьшается усталость, повышается устойчивость к физическим и умственным нагрузкам, улучшается состояние ногтей, волос, кожи. Если подобных изменений вы не заметили, возможно, необходимы в такой профилактике и не было. Но могут быть и отрицательные реакции организма на слишком большую дозу поступивших полезных веществ, к примеру, аллергия на витамин С. При появлении каких-либо симптомов ухудшения состояния необходимо прекратить приём витаминно-минерального комплекса и обратиться к врачу.



Хром оказывает влияние на обмен углеводов, способствует поддержанию нормального уровня сахара в крови и снижению веса

## Поликлиники Екатеринбурга будут работать до 15:00

Поликлиники столицы Среднего Урала в майские праздники перейдут на особый график работы.

Как сообщает пресс-служба мэрии Екатеринбурга, в прежнем режиме будут функционировать только стационары и бригады скорой помощи. Однако в первую очередь они будут обслуживать вызовы, поступившие с улиц города и из общественных мест. А за неотложной медицинской помощью в учреждении по месту жительства с 1 по 3 мая и с 7 по 9 мая горожане смогут обратиться только с 09:00 до 15:00 по местному времени.

Напомним, на этой неделе в России начнутся праздничные майские выходные: отдыхать будем с 30 апреля по 3 мая, а также с 7 по 9 мая включительно.

Наталья КУЗНЕЦОВА