



СПАСАТЕЛЬ ТАТАРСТАНА

Информационный вестник ГУ МЧС России по РТ

май
2019

Выходит 1 раз в месяц

Уже 65 лет второй отряд стоит на охране нефтяных и промышленных объектов от огня

30 апреля 2019 года второй отряд федеральной противопожарной службы отмечал две юбилейные даты – 65 лет со дня образования отряда и 370 лет пожарной охраны России.

В далеком 1954 году, в связи с активным развитием нефтяной промышленности в Республике Татарстан, для ведения профилактической работы и тушения пожаров на молодых промыслах была создана профессиональная пожарная команда.

С тех пор огнеборцами второго отряда пожарной охраны в боевом содружестве с нефтяниками ликвидировано немало крупных и сложных пожаров. За эти годы сплоченный коллектив отряда не раз на деле доказал свой профессионализм и проявил лучшие качества в борьбе с разрушительной силой огня. Об эффективности их нелёгкого труда, лучше всяких слов, говорят результаты, и главный из них – отсутствие крупных пожаров за последние годы. Не щадя себя, огнеборцы приумножали благосостояние нашего края.

За прошедшие годы у нашего отряда неоднократно менялось наименование, но неизменными оставались заложенные в первые годы образования крепкие традиции коллектива. Сотрудники всегда отличались работоспособностью, высоким профессионализмом, преданностью делу, высоким чувством долга и ответственности.

Сегодня второй отряд Федеральной противопожарной службы – сложный механизм, готовый в любой момент включиться в работу по тушению пожаров, спасению людей и имущества. В состав отряда входят 14 пожарно-спасательных частей и 6 отдельных постов. Личный состав отряда, это 1370 человек, прошедших специальное обучение и готовых выполнять задачи по предназначению. На вооружении подразделений отряда находится современная техника, которая позволяет успешно ликвидировать чрезвычайные ситуации и пожары на охраняемых объектах. Для занятий с личным составом в каждом подразделении оборудованы учебные башни, полосы с препятствиями, теплодымокамеры, имеется современный учебно-тренировочный манеж и спортивные залы.

Наше подразделение является одним из самых крупных в Республике Татарстан и обеспечивает противопожарную защиту объектов, играющих основную роль в процветании и экономическом развитии всего региона.



В день Пожарной охраны, поблагодарить за добросовестный труд прибыл глава Альметьевского муниципального района Айрат Ринатович Хайруллин. Он отметил вклад пожарных второго отряда, которые тушат пожары не только на нефтяных объектах, но и приходят на помощь городам и населенным пунктам всего Юго-Востока Татарстана.

Для праздничного поздравления на сцену вышел заместитель начальника Главного управления МЧС России по Республике Татарстан полковник внутренней службы Сергеев Сергей Валентинович. – «За 370 лет истории пожарного дела – сказал он, – в профессиональной пожарной охране России сложились славные боевые традиции: любовь к профессии, проявление отваги, самоотверженности и взаимопомощи, в основе которых лежат черты характера настоящих героев».

Много было сказано добрых слов и пожеланий. Но важным на этом торжестве была атмосфера сплоченности и светлой радости, радости встречи с коллегами, ветеранами и просто благодарными горожанами.

В торжественной обстановке за добросовестное отношение к выполнению трудовых обязанностей многие сотрудники второго отряда были награждены почетными грамотами и

благодарственными письмами.

Лучше предотвратить чрезвычайное происшествие, чем устранять его последствия. Это правило уже проверено годами. Требуется не просто сберечь материально-технические ценности. Главное – позаботиться о безопасности людей, работающих на предприятии. На свете много разных профессий, и каждая по-своему нужна и важна. Пожарный — это не просто профессия, это умение вовремя прийти на помощь, сострадать, чувствовать боль и сопереживать людям, оказавшимся в беде. Профессия очень рискованная, потому что при выезде на сигнал бедствия сотрудник рискует своим здоровьем, а порой и жизнью. И хотелось бы пожелать, чтобы звуки пожарных сирен чаще звучали на учениях, а не разрывались на тревогах.

Здоровья вам, огнеборцы, и сухих рукавов.





Профилактика пожаров в весенне-летний пожароопасный период

С наступлением теплых дней ежегодно в республике учащаются случаи пожаров, основной причиной которых продолжает оставаться неосторожное обращение с огнем, в том числе при сжигании сухой травы и мусора.

С целью предотвращения пала сухой травы, природных пожаров, сжигания мусора в неустановленных местах сотрудники МЧС проводят профилактическую работу.

Так, сегодня инспектор межрайонного отдела надзорной деятельности по Аксубаевскому и Нурлатскому муниципальным районам Шайхутдинов Тагир совместно с заместителем начальника 102 ПСЧ «11 ОФПС по РТ» Зиангировым З. напомнили о мерах пожарной безопасности жителям д.Васильевка, с.Старая Киреметь, п.г.т.Аксубаево, с.Старое Тимошкино, с.Новое Тимошкино, с.Старое Ильдеряково, д.Кисы Аксубаевского муниципального района.

Каждому проинструктированному были вручены экспресс-информации и памятки, которые также были размещены на информационных стендах. В ходе проводимого мероприятия было охвачено 79 человек.

Напомним, что использование открытого огня должно осуществляться в специально



оборудованных местах при выполнении следующих требований:

а) место использования открытого огня должно быть выполнено в виде котлована (ямы, рва) не менее чем 0,3 метра глубиной и не более 1 метра в диаметре или площадки с прочно установленной на ней металлической емкостью (например: бочка, бак, мангал) или емкостью, выполненной из иных негорючих материалов, исключающих возможность распространения пламени и выпадения сгораемых материалов за пределы очага горения, объемом не более 1 куб. метра;

б) место использования открытого огня должно располагаться на расстоянии не менее 50 метров от ближайшего объекта (здания, сооружения, постройки, открытого склада, скирды), 100 метров - от хвойного леса или отдельно растущих хвойных

деревьев и молодняка и 30 метров - от лиственного леса или отдельно растущих групп лиственных деревьев;

в) территория вокруг места использования открытого огня должна быть очищена в радиусе 10 метров от сухостойных деревьев, сухой травы, валежника, порубочных остатков, других горючих материалов и отделена противопожарной минерализованной полосой шириной не менее 0,4 метра;

г) лицо, использующее открытый огонь, должно быть обеспечено первичными средствами пожаротушения

для локализации и ликвидации горения, а также мобильным средством связи для вызова подразделения пожарной охраны.

Использование открытого огня запрещается:

при установлении на соответствующей территории особого противопожарного режима;

под кронами деревьев хвойных пород; при скорости ветра, превышающей значение 10 метров в секунду.

В процессе использования открытого огня запрещается оставлять место очага горения без присмотра до полного прекращения горения (тления).

Противопожарная викторина «Огонь ошибок не прощает»

Привитие детям навыков пожаробезопасного поведения играет не последнюю роль в формировании у них основ безопасности жизнедеятельности. Особенно хорошо усваиваются знания, полученные в ходе проводимых творческих мероприятий. В подростковом клубе «Заря» г.

Альметьевска состоялось профилактическое мероприятие «Огонь ошибок не прощает». Организаторами мероприятия стали педагоги клуба, а в качестве жюри были приглашены профессионалы - ВРИО начальника отдела надзорной деятельности и профилактической работы по Альметьевскому муниципальному району Равиль Хусаинов, начальник поисково-спасательного поста г.Альметьевск Фасхутдин Сыраев, фельдшер спасательного поста г.Альметьевск Мария Силина, первый заместитель председателя Альметьевского отделения ТРО «ВДПО» Гулиза Хасанова.

Целью мероприятия - обучение подростков основам пожарной безопасности, воспитание чувства ответственности за личную безопасность и безопасность окружающих.

В проводимой викторине приняли участие дети из городских подростковых клубов «Юность», «Электрон», «Родничок», «Темп», «Планета», «Ракета», «Метеор».

Приветственная речь и напутственные слова главного государственного инспектора

Альметьевского района по пожарному надзору Равиль Хусаинов подбодрили волнующихся участников викторины.

На первом этапе оценивалось «домашнее задание» - заранее подготовленные сценки, песни, стихи на противопожарную тематику. Каждый участник блеснул своими талантами.

Второй этап был посвящен вопросам, правильность и полноту ответов на которые оценивали жюри.

Третьим этапом был конкурс капитанов, в котором главы команд соревновались в быстроте одевания формы пожарных.

Все этапы оценивались по 5-балльной шкале и по результатам победителем определена команда клуба «Ракета», второе место присуждено клубу «Электрон», третье - клубу «Планета». Всем участникам были вручены грамоты, канцелярские товары с символикой МЧС и сухпаёк от спасателей.

ВРИО начальника отдела надзорной деятельности и профилактической работы по Альметьевскому муниципальному району Равиль Хусаинов высоко оценил противопожарные знания ребят и пожелал им и в дальнейшем строго соблюдать требования пожарной безопасности.



Рафис Хабибуллин поздравил с Днем Победы героя четырех войн!

Поздравления в честь 74-й годовщины Дня Победы в Великой Отечественной войне принимал накануне от начальника Главного управления МЧС России по Республике Татарстан генерал-лейтенанта внутренней службы Рафиса Хабибуллина 100-летний ветеран Великой Отечественной войны и пожарной охраны Фарах Хайрутдинович Хайрутдинов.

Герой четырех войн, прослуживший в военной разведке, начинал воевать с Халхин-Гола, дошел до Берлина и вновь вернулся на Дальний Восток, чтобы нанести поражение японским милитаристам. Глава татарстанского главка МЧС России вручил юбиляру ценные подарки и праздничные сувениры – солдатскую фляжку, наполненную «фронтовыми 100-граммами» и армейские кружки. Рафис Хабибуллин пожелал прославленному ветерану крепкого здоровья и благополучия. «То, что мы сейчас живы, то, что живем в благополучии и в достатке – это заслуга Ваша, Фарах Хайрутдинович, и миллионов других солдат и офицеров, тружеников тыла, благодаря которым была одержана Великая Победа в этой битве не на жизнь, а на смерть, с фашизмом», - сказал в своем поздравительном тосте Рафис Хабибуллин. Вместе с руководством главного управления прославленного ветерана поздравил также руководитель 5 отряда Федеральной противопожарной службы по Республике Татарстан (договорной), полковник внутренней службы Юрий Спиридонов. Чествование прошло в теплой обстановке. В числе прочих подарков начальник ГУ МЧС РФ по РТ вручил Фараху Хайрутдинову книгу о первом Президенте РТ Минтимере Шаймиеве из цикла «Жизнь замечательных людей» с поздравлениями от Минтимера Шаймиева.

Фарах Хайрутдинович Хайрутдинов родился 29 декабря 1918 года в деревне Сарайлы, Сармановского района. В родной деревне окончил 8 классов и поехал в Казань, чтобы поступить в ремесленное училище.

В 1939 году работал начальником цеха на заводе Синтетического каучука, в этом же году пятерых человек с завода отправили в Армию, в их числе был и Фарах Хайрутдинович. В 1939 году он принимал участие в советско-японской войне в районе Халхин-Гола, где служил под командованием будущего маршала Победы Георгия Константиновича Жукова.

Вооруженный конфликт проходил в апреле-сентябре на территории Монголии, недалеко от границы с Маньчжурией. 22-летний Фарах воевал отважно, за что получил первую свою награду - медаль «За боевые заслуги». А еще за отлично выполненное задание он получил из рук генерала Жукова швейцарские часы. - Перед нами стояла задача сделать 50-километровый марш-бросок, добыть нужную информацию и вовремя доставить ее в штаб, - рассказывает Фарах Хайрутдинович. - Мы вдвоем вышли из расположения в 6



утра и в 9 вечера уже вернулись. Задание было выполнено! А часы - вот они, до сих пор ходят и ни разу не были в ремонте. Затем была финская война, опасная служба в полковой разведке. Жизнь буквально на острие ножа - разведка всегда шла впереди всех войск, добывала нужную информацию.

В 1941 году началась Великая Отечественная Война. После курсов подготовки был направлен на Тихоокеанский флот. В 1942 году по указанию Г.К.Жукова Фараха Хайрутдиновича перебросили в Москву и определили в 10 дивизию десантных войск. Фарах Хайрутдинович был в это время сержантом. Затем его взяли в армейскую разведку, где он служил под руководством таких генералов как: К.К. Рокоссовский, А.М. Василевский, И.Ф. Ватутин, Н.А. Щелков. Будучи лейтенантом военной разведки под руководством генерала Г.Б. Сафиуллина в 38 дивизии он принимал участие в боевых действиях на Курской дуге, в гг. Орёл, Белгород, Сталинград, в Белоруссии, на Украине, в Прибалтике, освобождал Польшу, Германию. После взятия Берлина, его первым эшелонам отправили в Японию. В 1945 году принимал участие в войне между Советским Союзом и Японией.

Мне посчастливилось воевать под командованием нашего легендарного маршала Георгия Жукова, - вспоминает Фарах Хайрутдинович. - Тогда он был еще генералом, а после, когда наша страна одолела врага, народ назвал его маршалом Победы. После Халхин-Гола мы встретились с ним в Москве в 1942 году, я попал в его личное распоряжение, в армейскую разведку. Все оставшиеся военные годы наши пути не расходились: Сталинград, Курск, Белоруссия, Украина, Литва, Эстония, Польша и Германия. День Победы в составе армейской разведки 1-го Белорусского фронта я встретил в Берлине, поверженный Рейхстаг видел, и надпись свою оставил. Особенно врезались в память ветерана жестокие бои за Сталинград - самое трудное и кровопролитное время - с 17 июля по 19 ноября 1942 года. Здесь наш герой получил

ранение в ногу, и врачи грозились ампутировать ее.

- Были порваны сухожилия, и хирурги настаивали на ампутации, - вспоминает Фарах Хайрутдинович. - Я был категорически против и ногу отстоял. После другой хирург, земляк из Казани, похвалил за настойчивость. Подлечили, через три месяца я уже был в строю. Тем, кому ногу отрезали, не суждено было долго жить. К концу Великой Отечественной войны грудь командира разведгруппы Фараха Хайрутдинова украшали два ордена Славы, ордена Отечественной войны I и II степени, орден Красной Звезды, медали «За оборону Сталинграда», «За взятие Берлина». Орден Красной Звезды наш герой получил в Сталинграде за операцию по захвату разведчиков фельдмаршала Паулюса, пытавшихся прорваться из кольца с важным донесением.

В третьей войне Фарах Хайрутдинович участвовал с первого дня и до полной победы - завершил её в Японии. - Как только отгремели победные салюты, нас отправили первым эшелонам в Харбин, - продолжает ветеран. - Эта война была короткая, но яростная. Японские солдаты - фанатики. Пленных они не брали - изрубали на куски. Колодцы с питьевой водой засыпали отравой. Они не сдавались сами - погибали на месте боя. Трудности были в том, что в Харбине места гористые, транспорт не ходил. Нам приходилось передвигаться пешком в не приспособленной для гористых мест обуви. Но, несмотря на это, в течение месяца война была завершена.

В 1946 году Фарах Хайрутдинович демобилизуется в звании майора в г. Казань. В 1947 году возвращается на завод Синтетического Каучука на должность аппаратчика. В 1947 году женился на своей единственной любви - Амине. Вместе с Аминой Фатыховной они прожили более 70 лет и совсем недавно отметили свою благодатную свадьбу. Кстати, родились они в один день, и в конце декабря отпраздновали два юбилея: Фарах



Хайрутдинович – 100-летний, Амина Фатыховна – 95-летний. На двоих им почти 200 лет.

А в 1951 году начал службу в 13 пожарной части при заводе Синтетического каучука в должности командира отделения в звании старший сержант.

«Пожары случались, конечно, Спасали людей, получали от них благодарности. Работали. Условия нам создавали хорошие. Была надежная техника, люди самоотверженно сражались с огнем. Хорошие ребята были. Была нормальная жизнь, встречались семьями, отмечали праздники. Сегодня, увы, многих уже нет на этом свете», – поделился воспоминаниями Фарах Хайрутдинович.

В 1970 году ушел на пенсию, но еще до 1995 года продолжал работать. У 100-летнего юбиляра большая и дружная семья –



две дочери, сын, четыре внука и восемь правнуков.

Заслуги Хайрутдинова Фараха Хайрутдиновича перед Отечеством высоко оценены. Имеет награды:

Орден Отечественной войны 1 и 2 степени;
Орден Славы 2 и 3 степени;
Орден Красной звезды;
Медаль «За боевые заслуги»;
Медаль «За Победу над Японией»;
Медаль «За победу над Германией в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг.»; Медаль «За Оборону Сталинграда»;
Медаль «За взятие Берлина» и еще более 40 медалей за заслуги.

Сегодня во время Парада в Казани в честь 74-й годовщины Великой Победы советского народа в Великой Отечественной войне Фарах Хайрутдинович был в числе ветеранов, наблюдавших за грандиозным действием из ложи почетных гостей.

Пожарные Казанского пожарно-спасательного гарнизона присоединились к акции «Георгиевская ленточка»

Сегодня в такой солнечный весенний день, в канун праздника, в городском парке Победы пожарные ПСЧ-48 ОФПС-7 по РТ раздавали казанцам Георгиевские ленточки. Все желающие с удовольствием получали из рук пожарных этот двухцветный символ победы, чтобы уже завтра с этими ленточками на груди стать зрителями парада Победы или принять участие в акции «Бессмертный полк».

Эта всероссийская акция предназначена для того, чтобы напомнить людям, что мы живем в мирное время и нужно за это быть благодарными всем тем, кто отвоювал для нас мир.

В 2019 году акция стартовала 24 апреля в разных городах страны. Георгиевская ленточка состоит из 2 цветов: оранжевый означает пламя, а черный — дым. Эту ленту невозможно не узнать, так как в истории это символ победы, величия.

Георгиевская ленточка не является украшением или каким-либо аксессуаром. Ее не надо прикреплять на рюкзаки, сумки, размещать ниже пояса. Носится она по единому правилу: слева на груди, у сердца.



На пьедестале - трехкратные победители республиканских соревнований «Школа безопасности»

Завершились юбилейные республиканские соревнования «Школа безопасности». Стартовали они 14 мая в поселке Крутушка Высокогорского муниципального района. На финальный этап съехались 11 команд из городов и муниципальных районов республики, в общей сложности более 80 школьников.

Все участники показали свои навыки и умения в ориентировании на местности, в туристской подготовке, оказании первой медицинской помощи, поисково-спасательных работах и в кулинарном мастерстве. Для нелегких испытаний важна была моральная и физическая подготовка.

Все собравшиеся здесь ребята – победители, еще у нас есть призеры 15 республиканских соревнований «Школа безопасности» - подводя итоги состязаний, отметил заместитель начальника Главного управления МЧС России по РТ полковник Андрей Орлов. – За время соревнований нам всем пришлось побывать в разных климатических условиях, это и жара, гроза с ливнем и холод. Но, не смотря на погоду, вы показали отличную подготовку и навыки, отточили свои действия и почерпнули новые знания.

За три соревновательных дня ребята прошли короткую дистанцию - «Полоса препятствий»,



дистанцию - «Поисково-спасательные работы», длинную дистанцию - «Маршрут выживания», пожарно-тактическую полосу и конкурсную программу.

Сегодня там, где проходило открытие соревнований, выстроились лучшие из лучших команд республики, чтобы получить заслуженные награды и призы. Были отмечены команды-призеры этапов и тройка лучших девочек и мальчиков в личном зачете.

В общекомандном зачете по итогам четырех соревновательных дней третье место завоевала команда СОШ № 101 города Казани, второе место

у команды «Бригантина» из Зеленодольского муниципального района. И третий год подряд пьедестал почета возглавила команда СОШ № 13 Бугульминского муниципального района.

- Победа досталась нам уже третий раз. В этом году были этапы, которых мы не ожидали, но благодаря нашему опыту и подготовке мы смогли вырвать победу. Было сложно на «маршруте выживания», мы потерялись, было мокро, кругом лужи, но команда молодцы собрались и смогли выбраться на маршрут и мы справились, - поделились впечатлениями от победы участники средней общеобразовательной школы № 13 Бугульминского района. - Спасибо за помощь нашим тренерам и директору школы, которые готовили нас, объясняли, поддерживали. У нас лучший капитан команды. Наш успех в сплоченности и усердной подготовке.

Ребятам из Бугульминского района предстоит защищать честь Татарстана на региональном этапе соревнований «Школа безопасности». Пожелаем им успеха и победы, ведь все для этого у них есть!

Детские лагеря Татарстана проходят экзамен на пожарную безопасность

Сегодня с инспекторской проверкой сотрудники Государственного пожарного надзора Главного управления МЧС России по Республике Татарстан посетили детский оздоровительный лагерь имени Ю.А. Гагарина, находящийся в лесной зоне озера Лебяжье Кировского муниципального района города Казани.

Проверку начали с территории лагеря. Инспекторы ГПН проверили наличие пожарного гидранта и указателя. Затем осмотрели пожарный пост с имеющейся в нём мотопомпой, привели её в действие, чтобы проверить готовность системы. Рядом расположен подземный пожарный водоём – хранилище воды. Для тушения пожара здесь заготовлено 300 кубических метров воды. Здесь нареканий со стороны проверяющих не возникло. Однако около спальных корпусов были обнаружены пожарные краны без пожарных рукавов и неоснащенные противопожарные щиты. На данное нарушение указали директору лагеря.

Надо отметить, что до открытия первой смены в лагере осталось еще две недели, и неуклюжесть противопожарным снаряжением и оборудованием связана с проведением завершающих работ по текущему ремонту.

- Как только все работы по текущему ремонту будут доделаны, также будут соблюдены все пожарные нормы, - объяснил инспектору Госпожнадзора директор городского центра «Ял» Кирилл Борисов. – Если сейчас мы красим здание, то соответственно после покраски повесим новые стелы, указатели к пожарному водоёму и все остальное укомплектуем по своим местам.

В корпусах после зимнего периода проверена и отлажена система автоматической пожарной сигнализации, действие которой и продемонстрировали сегодня сотрудники лагеря. Сигнал от включенной сигнализации автоматически поступает по системе АПК



«Стрелец-мониторинг» сразу на пульт пожарной охраны. Такой системой были оснащены и два новых деревянных корпуса.

В рамках проверки сотрудники МЧС пообщались с охраной детского учреждения. Ведь именно от их грамотных действий и умений зависят жизни детей при возникновении пожара или других чрезвычайных ситуаций. Сотрудница охраны описала свои действия в момент срабатки сигнала тревоги и после обнаружения возгорания, а также продемонстрировала навыки работы с огнетушителем.

- С руководством детского оздоровительного лагеря им. Ю.А. Гагарина мы прошлишь по корпусам, увидели, что идёт подготовка и ремонт. Был выявлен ряд нарушений - помещения не в полном объёме оснащены первичными средствами пожаротушения, то есть огнетушителями. Также наружные пожарные краны не обеспечены пожарными рукавами и стволами, - рассказал о результатах осмотра старший инспектор ОНД и ПР города Казани по Кировскому району, капитан внутренней службы Руслан Галиуллин.

По словам директора городского центра «Ял» Кирилла Борисова, с пожарной безопасностью в детских лагерях строго, каждый сотрудник, как и

положено, до начала заезда пройдет инструктаж и занятия по отработке действий персонала и детей при возникновении пожара и других ЧС.

- Совместно с отделом надзорной деятельности Кировского района мы проводим перед каждой сменой обучение сотрудников. С детишками проводим учения и плановые мероприятия, чтобы каждый член лагеря, каждый ребенок, и каждый сотрудник знал, что делать в случае чрезвычайных ситуаций.

По итогам проверки в детском оздоровительном лагере им. Ю.А. Гагарина будет выписано предписание. У администрации детского учреждения будет несколько дней, чтобы выполнить предписания и устранить нарушения. Только после того, как инспекторы в очередной раз посетят место отдыха детей и убедятся, что в плане пожарной безопасности нареканий нет, только тогда лагерь сможет принять на отдых ребят.

В этом году на учет инспекторов Государственного пожарного надзора Главного управления МЧС России по Республике Татарстан взяты 116 стационарных детских оздоровительных лагерей Республики Татарстан.

По состоянию на 22 мая проверки проведены в 72 стационарных детских оздоровительных лагерях. По всем объектам, имеющим нарушения требований пожарной безопасности, выданы соответствующие предписания со сроками исполнения до начала заезда первых смен. По истечению установленных сроков будут проведены внеплановые проверки и приняты решения по дальнейшей эксплуатации объектов.

Проверки всех стационарных детских оздоровительных лагерей планируется завершить до 30 мая.



Хелибактериальный гастрит. Как вылечиться?



Мудрость о здоровье

Давным-давно на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету. Стали решать: каким должен быть человек? И боги изрекли:

«Человек должен быть сильным».

«Человек должен быть здоровым».

«Человек должен быть умным».

Один из богов сказал так: «Если все это будет у человека, он буден подобен нам» И они решили спрятать главное, что есть у человека - его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Один предлагал спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. И самый мудрый сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека».

Так и живет с давних времен человек, пытаясь найти свое здоровье.

Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов!

Бактерии хеликобактер пилори обнаруживаются в желудочно-кишечном тракте не только у пациентов с хеликобактерным гастритом, язвой и раком желудка и двенадцатиперстной кишки, но и у здоровых людей. К примеру: они встречаются у 50-70 процентов россиян.

Инфицирование этим микробом происходит фекально-оральным путем (выделяется с калом, попадает в рот с



Учимся
быть
здоровыми!

грязных рук) при несоблюдении санитарно-гигиенических правил, а также при тесных бытовых контактах с зараженными людьми.

Доказано, что, хеликобактер является причиной хеликобактерного гастрита, а через него и атрофического гастрита и язвенной болезни желудка, которые незначительно повышают риск развития рака желудка.

Здоровое питание предотвращает гастрит. Риск заболеть этой болезнью повышается при нерегулярном питании и еде всухомятку, чрезмерном потреблении соленой, жареной, копченой, маринованной, острой пищи. Следует исключить несвежую и пережаренную пищу, продукты, содержащие нитриты. Необходимо отказаться от алкоголя и курения. Также нужно избегать эмоциональных и физических перегрузок и недосыпания.

Что такое синдром диспепсии?

Первые признаки бактериального гастрита – это появление боли в подложечной области живота. Они чаще всего являются не одиночным расстройством, а входят в синдром диспепсии, то есть нарушения пищеварения.

Первое, что следует сделать, если у вас началась диспепсия - нормализовать режим питания. А значит, кушать 4 раза в день, небольшими порциями. Отказаться от слишком горячей, холодной, жирной, копченой, соленой, маринованной пищи.

Каши, свежие молочные продукты, вареное нежирное мясо и рыба, овощи, фрукты и зелень - вот что должно быть на столе. Если при соблюдении правильного питания, диспепсия не проходит, нужно обязательно обратиться к гастроэнтерологу.

Главное обследование, которое назначит врач - это ФГДС.

Главная цель терапии – уничтожить (далеко не всегда это удается сделать полностью) вредоносные бактерии. Нужно постараться исключить

побочные эффекты. В случае их возникновения препарат можно сменить. Очень важно, чтобы лечение, продолжающееся на протяжении 7-14 дней, дало положительные результаты.

Можно ли вылечить навсегда?

Современные методы лечения способны помочь полностью избавиться от бактерии Хеликобактер пилори. Для этого гастроэнтерологами разработана четырехфазная система терапии, которая подразумевает влияние на штамм посредством антибактериальных препаратов.

Важным показателем является исчезновение болевого синдрома. Исчезнуть должен диспептический синдром (неприятные ощущения в верхней части живота). Ну и самое важное значение имеет полное исчезновение возбудителя заболевания.

К эффективным средствам, которые помогают вылечиться, относят:

оливковое масло. Используется для заправки холодных блюд или употребляется по 1 чайной ложке 2 раза в сутки.

Возьмите в равных пропорциях (1 ч. л.), мед, сливочное масло, порошок какао, облепиховое масло и яйцо. Принимать лекарственную смесь нужно до еды по 1 ч. л.

Яичный белок взбейте с 1 ст. л. сахарной пудры и растительным маслом. Пить коктейль нужно натощак, после этого приступать к трапезе можно только через 2 часа. Напиток лучше хранить в холодильнике.

Кроме того, как вспомогательные средства, в лечении используют:

- настойку прополиса;
- семечки льна;
- сироп из шиповника.

Роза Сагитовна Каратай, заведующая отделением лазерной медицины Республиканского центра реабилитации МЧС Республики Татарстан им. Ш.С. Каратая, заслуженный врач Республики Татарстан, отличник здравоохранения, врач высшей категории.



Добровольцы Сабинского района стали лучшими на республиканских соревнованиях среди ДПО Татарстана

Сегодня в поселке Лесхоз Сабинского района собрались добровольцы-пожарные со всей республики на десятые соревнования по боевому развертыванию в рамках заключительного этапа республиканского смотра-конкурса «Лучшее подразделение добровольной пожарной охраны Республики Татарстан». В этом году за право называться лучшей командой ДПО в Татарстане боролись 44 команды – победители муниципальных соревнований, это более трёхсот пожарных добровольцев. Главный приз состязаний традиционный – пожарный автомобиль.

Сегодня пожарные добровольцы Татарстана – это уже не просто помощники Федеральной противопожарной службы и противопожарной службы Республики Татарстан, это – уже сформировавшийся самостоятельный вид пожарной охраны, который имеет свою структуру, своё общественное объединение и развитую сеть подразделений. Достаточно сказать, что 663 добровольные пожарные команды прикрывают 1690 населенных пунктов республики (это 54,18% от общего количества населённых пунктов) с населением свыше 430 тыс. человек.

Практически каждый третий пожар в Татарстане тушится с участием добровольцев. Только в 2018 году добровольцы 645 раз привлекались к тушению пожаров, из них потушили самостоятельно 33, спасли 9 человек и материальных средств на общую сумму 965 млн. рублей.

Торжественно открыли соревнования начальник Главного управления МЧС России по Республике Татарстан Рафис Хабибуллин и Глава Сабинского муниципального района Раис Минниханов.

Рафис Хабибуллин поприветствовал участников соревнований и отметил их неоценимый вклад в дело борьбы с пожарами.

– Только в этом году 52 пожара добровольцы потушили самостоятельно, ими спасены два человека. Сегодня мы отметили этих добровольцев медалями и благодарственными письмами, – озвучил результаты работы добровольцев Рафис Хабибуллин. – На первый взгляд, это небольшие цифры. А сколько за этими спасёнными людьми стоят родственники и близких людей, для которых была бы трагедией их потеря. Поэтому Правительство республики и лично наш Президент Рустам Минниханов постоянно поддерживают добровольцев. Мы буквально на днях передаем в пожарные добровольные подразделения еще 15 пожарных машин. Это разные муниципальные районы, где для добровольцев есть все условия – это тёплые гаражи и другие комфортные условия для несения службы.

Также начальник Главного управления МЧС России по Республике Татарстан рассказал, что почти 1700 населенных пунктов в республике прикрывают от огня и подразделениями федеральной



противопожарной службы, и добровольцами.

За достойные успехи и личный вклад в обеспечение вопросов пожарной безопасности, защиты населения и территории Республики Татарстан от чрезвычайных ситуаций Глава Сабинского муниципального района Раис Минниханов был награжден медалью МЧС России «За пропаганду спасательного дела».

До начала состязаний пожарных-добровольцев для ребят из Сабинской школы, которые пришли поприветствовать добровольцев, провели сабантуй с традиционными татарскими национальными состязаниями.

В состав команд ДПК входят 6 человек – по трое на каждом из двух этапов. На старт одновременно выходят по 2 команды. На первом этапе отрабатывается имитация работы по вскрытию автомобиля, попавшего в ДТП. Прямо со старта три добровольца сначала надевают «боевку» – боевую одежду пожарного и снаряжение, после чего берут аварийно-спасательный инструмент и медицинскую укладку и бегут к месту проведения этапа. Участники по всем правилам техники безопасности перекусывают стальную арматуру при помощи аварийно-спасательного инструмента. Затем спешат на оказание первой помощи пострадавшему – наложить шейный корсет и шину на ногу. В завершении первого этапа – транспортировка пострадавшего на носилках до определённого места.

На втором этапе «Обработка навыков тушения условного пожара» первых трёх участников сменяют остальные члены команды. По сигналу судьи водитель включает насос, присоединяет магистральную линию к напорному патрубку, заполняет полость насоса водой из цистерны, подает воду. В это время добровольцы надевают боевую одежду, разворачивают пожарный рукав, добегают до исходного рубежа и как можно быстрее поражают водяной струёй мишень. Команда, затратившая минимальное количество

времени на выполнение заданий, набирает максимальное количество баллов.

Надо сказать, что среди участников были не только новички, но и уже бывалые добровольцы, которые передавали свой опыт молодым. Ведь на таких мероприятиях пожарные добровольцы не только оттачивают свое профессиональное мастерство, но и делятся определенным опытом в борьбе с огнем.

– На республиканских соревнованиях мы впервые, это наш дебют, – поделился впечатлениями доброволец из ДПК «Луч» Чистопольского муниципального района Рамис Мингазов. – Мы защищаем от огня поселок Луч, где проживают 1600 жителей. Наша ДПК существует с 1979 года, работали всегда, даже в годы перестройки. Работаю охранником на заводе, посменный график и дает мне возможность быть добровольцем.

– На таких соревнованиях мы оттачиваем свои навыки, которые нам пригодятся в реальной работе, – рассказал о цели участия член ДПК «Татнефтепродукт» Кукморского муниципального района Самат Курманов.

В результате упорной борьбы победу одержали добровольцы ДПК «Мингер» из Сабинского района. Второе место завоевали пожарные добровольцы ДПО «Бетки» из Тукаевского района, а третье место досталось добровольцам ДПК «Раифский монастырь» из Зеленодольского района. Всем призерам вручены подарки, грамоты и денежные премии от ВДПО.

– Готовились к соревнованиям мы вместе, упорно тренировались, были нацелены только на победу, – поделился своей формулой успеха член ДПК «Мингер» Фанис Якупов. – Очень понравились сами соревнования и организация их. Всем спасибо за атмосферу и интересную борьбу. Самым трудным было на этапе оказание первой помощи пострадавшему. На соревнованиях нужно не только аккуратно и грамотно наложить шину и зафиксировать шею пострадавшему, но при этом делать все на скорость. В таких условиях можно ошибиться, но нам удалось пройти без штрафных баллов.

