

НОВАЯ ЖИЗНЬ



Районная общественно-политическая газета

Газета основана
30 сентября 1931 года



№ 88 (10440) ПЯТНИЦА, 3 ноября 2023 года

Выходит по средам и пятницам



Уважаемые спасдеменцы!

День народного единства в России – государственный праздник. Дата эта была выбрана отнюдь не случайно. Несмотря на свою кажущуюся молодость, исторически День народного единства связан с далекими событиями начала 17 века, когда в 1612 году Москва была освобождена от польских интервентов.

Президент РФ В. Путин в 2005 году подписал указ об учреждении в России Дня народного единства. А сама идея отмечать праздник именно в этот день принадлежит Межрелигиозному совету России. Поэтому он является не только светским, но и межрелигиозным праздником, который отмечают все жители страны и представители разных религий и конфессий.

День народного единства в России становится все популярней. Ведь гордость за свою Родину, за ее прошлое и настоящее и вера в ее счастливое будущее – это то, что неизменно объединяет людей и делает их единым народом.

Мира и счастья вашим семьям, достатка дому, успеха и процветания нашей спас-деменской земле! С праздником!

В. А. БУЗАНОВ,
и. о. главы администрации МР «Спас-Деменский район».
В. Н. ФИТИСОВА,
глава МР «Спас-Деменский район».

Уважаемые жители Калужской области!

Примите мои поздравления с Днём народного единства! Этот праздник - символ сильного и сплоченного государства, преодолевшего немало испытаний. Единство людей самых разных религий и культур веками укрепляет могущество России.

В делах и свершениях наших предков, в истории нашей страны мы находим ту силу, которая помогает отвечать на вызовы времени. Сегодня наш многонациональный народ отстаивает свое право на самостоятельное развитие, на сохранение своих традиций и обычаев. Мы стремимся к тому, чтобы правда, справедливость, мир всегда торжествовали.

Крепкого вам здоровья и успехов во всех начинаниях.

В. В. ШАПША,
губернатор Калужской области.

Уважаемые жители Калужской области!

Примите искренние поздравления с Днем народного единства! Этот относительно молодой праздник уже прочно вошел в нашу жизнь, а с началом специальной военной операции приобрел особое значение. В очередной раз мы отчетливо поняли, что перед лицом внешних угроз единство многонационального народа России является ключевым условием поступательного развития и процветания государства.

Сегодня, как и несколько веков назад, мы боремся за свободу и независимость Отчизны. На передовой и в тылу - жители Калужского региона и всей страны вместе в это непростое время. Вклад каждого ценен и важен. Убежден, что благодаря сплоченности и взаимной поддержке мы обязательно победим!

От всей души желаю вам крепкого здоровья, счастья, благополучия, сил и энергии в деятельности на благо России!

Г. С. НОВОСЕЛЬЦЕВ,
Председатель
Законодательного Собрания
Калужской области.

События недели

Патриотами не рождаются

За заслуги перед районом и вклад в патриотическое воспитание молодежи награждены глава районной администрации и коллектив газеты «Новая жизнь».

В ходе рабочей поездки председатель комиссии проекта Единой России «Старшее поколение», председатель Калужской областной организации ветеранов полковник Анатолий Исаченко вручил главе администрации МР «Спас-Деменский район» Владимиру Бузанову медаль «Патриот земли родной». Звание присвоено за активное содействие и утверждение в обществе высоких нравственных ценностей, за особые заслуги в ветеранском движении и патриотическом воспитании молодежи.

Вручая заслуженную награду, Анатолий Исаченко поблагодарил главу за честный труд на благо Родины, за активную жизненную позицию и пожелал здоровья и долгих лет жизни.

В этот же день Благодарственное письмо от Калужской



областной общественной организации ветеранов за активное содействие и утверждение в обществе высоких нравственных ценностей, оказание помощи ветеранской организации рай-

она в патриотическом воспитании молодежи получил коллектив редакции газеты «Новая жизнь».

Екатерина НИКИШКИНА.
Фото автора.

Помочь в решении проблем - главная задача депутата

Депутат Законодательного Собрания Калужской области Андрей Литвинов провел очередной прием граждан. Встреча с жителями проходила в администрации МР «Спас-Деменский район».

Обсудить и совместно разобраться в проблемном вопросе, чтобы найти правильные пути решения, вместе с областным парламентарием пришли несколько человек. Тематика обращений самая разная: от частных вопросов до общественных. С каждым из обратившихся Андрей Альбертович вел обстоятельный разговор, объясняя, чем может помочь региональная власть или администрация района.

Так, жительница деревни Понизовье сетовала на нехватку в населенном пункте контейнерных площадок. Заместитель главы администрации МР «Спас-Деменский район» Виталий Илларионов, присутствовавший на приеме, заверил пенсионерку, что эта проблема должна разрешиться уже в следующем году благодаря участию поселения в программе иници-



ативного бюджетирования. В настоящее время разрабатывается проектно-сметная документация, куда будет включена установка еще трех контейнерных площадок.

Жительницу хутора Новоалександровский волновал вопрос регулярного отключения на ее улице электричества и скачки напряжения. Кроме этого, на приеме были рассмотрены жилищные вопросы, проблемы, связанные с освещением и благоустройством населенных пунктов района, а также обустройство хоккейной площадки.

Все вопросы, заданные на приеме, народный избранник взял под личный контроль. Затем парламентарий посетил пригородный родник, благоустроенный благодаря программе совместного бюджетирования. Андрей Альбертович дал высокую оценку увиденному и подчеркнул, что на протяжении веков природные источники были особо почитаемы. Именно любовь к природе объединила спасдеменцев-энтузиастов вокруг идеи по восстановлению и обустройству родника.

Екатерина ЛЕВКИНА.
Фото автора.

7 ноября - День рождения детского сада «Рябинка»

С юбилеем, детский сад!

Осенним ноябрьским утром 45 лет назад детский сад «Рябинка» открыл двери для своих первых воспитанников. Юбилей - это день воспоминаний и размышлений о достижениях, успехах и планах. За эти годы детский сад прошел путь становления и творческого успеха, в этом заслуга ежедневного труда коллектива. Воспоминаниями о ярких и значимых событиях в жизни «Рябинки» поделились заведующие, работающие в детском саду в разные годы.

Масштабное строительство

Александр Николаевну Беглякову назначили заведующей детским садом в мае 1971 года. Маленькое деревянное здание с печным отоплением располагалось на улице Советская, вмещало 90 детей в трех группах, кухню и прачечную. Под ее руководством было построено отдельное помещение для кухни и прачечной, но это не решило многих проблем - в детском саду текла крыша, да и в целом здание требовало ремонта. Документы на строительство детского сада были готовы, и Александра Николаевна стала действовать. С заведующей яслями Людмилой Ивановной Журавлевой они записались на прием к А. И. Демидовой, председателю облисполкома, попросили ускорить строительство. Вскоре оно началось.

6 ноября 1978 года в новом детском саду состоялся первый детский утренник. Шесть воспитателей - Л. И. Рыбникова, А. А. Бузылева, Н. Н. Коровашкина, Г. К. Абрамова, В. С. Шунченко, Л. В. Синицына с тремя группами отметили новоселье. Впереди было много работы по благоустройству и уборке территории. На плечи нянечек У. К. Финапетовой, А. Д. Некрасовой, З. Д. Федосовой и других легли эти заботы.

- *Расчистили территорию, вывезли мусор, посадили цветы, деревья и кустарники. Директор лесхоза О. А. Кузьмина разрешила выкопать в пригородном лесу саженцы любимых деревьев. Мы решили посадить больше рябин, - вспоминает Александра Николаевна.*

Детский сад, рассчитанный на 140 детей, вскоре вырос до шести групп, увеличился и штат воспитателей. Благодаря наставничеству и взаимопомощи нянечки учились, становились воспитателями.

Александра Николаевна в 1982 году сменила место работы. Она с теплотой говорит о «Рябинке»:

- *Я очень благодарна всем, кто со мной трудился. Меня не забывает и нынешний коллектив, поздравляют с праздниками. Проходя мимо «Рябинки», смотрю на свое детище и радуюсь...*

Далее на протяжении нескольких лет учреждением руководили М. Ф. Сыромьяк и Л. И. Жарова.

Продолжаем расширяться

В 1984 году на должность заведующей назначили Татьяну Ивановну Тимохову. Детский сад продолжил расширяться, в этот период существовало понятие подшефных организаций: предприятие МПРЭО сделало пристройку, куда переехали ясли, ремонтом сантехники занимался завод «Ангстрем».

Группы, рассчитанные на 25 человек, были заполнены полностью, детский сад работал и

На сегодняшний день в детском саду работают восемь групп дошкольного возраста (шесть - полного дня и две - кратковременного пребывания), дошкольное учреждение посещают 167 детей.

в субботу. Дети спали на раскладушках, это вызывало сложности, ежедневно их доставали, ставили и застилали, а после обеденного сна убирали. В это время ребят выводили на улицу или в актовый зал. Уже потом появились удобные кровати.

Татьяна Ивановна вспоминает: - *В коллективе работали опытные воспитатели, которые передавали свой опыт молодежи. Ко всем мероприятиям готовились сообща, украшали группы, выпускали стенгазеты. Также принимали участие в жизни района, ездили в совхоз на уборку картофеля и заготовку веток для животных.*

В 1995 году Татьяну Ивановну сменила Людмила Викторовна Иванюшкина.

Рябиновый рай

В 1998 году детский сад праздновал двадцатилетний юбилей. Людмила Викторовна поделилась воспоминаниями:

- *К торжеству готовились долго, среди почетных гостей - строители, ветераны - воспитатели и нянечки. На праздничном мероприятии звучали добрые слова и пожелания. Идею дать название детскому саду поддержали все работники. Долго думали, как назвать, чтобы память была и название объединяло все поколения. Всегда вспоминали, как детский сад достраивали, а воспитатели и нянечки сажали деревья, большей частью рябины. За 20 лет они такие большие выросли! Решили детскому саду дать название «Рябинка». Когда это объявили на юбилейном концерте, то поняли, что не ошиблись, в зале не было ни одного равнодушного лица. Сейчас идешь мимо детского сада, смотришь - рябиновый рай!*

В 1999 году на базе «Рябинки» организовали приют для детей, оставшихся без попечения родителей. На протяжении шести лет Людмила Викторовна руководила двумя учреждениями, в 2005 году их разделили.

Л. В. Иванюшкина стала директором социально-реабилитационного центра «Черемушки». На должность заведующей «Рябинкой» назначили Е. П. Савченкову.

Наши дни

На сегодняшний день в детском саду работают восемь групп дошкольного возраста (шесть - полного дня и две - кратковре-



А. Н. Беглякова.

менного пребывания), дошкольное учреждение посещают 167 детей. Опытные педагоги-воспитатели Т. П. Вязенкина, М. И. Владимировна, И. Н. Коробенкова, Д. Ю. Романова, Е. Н. Муравьева работают в «Рябинке» более 20 лет, передают опыт новому поколению воспитателей. Елена Петровна делится:

- *Распорядок дня, воспитательные и учебные мероприятия, как и во все годы существования «Рябинки», направлены на развитие детей. Воспитатели шагают в ногу со временем. Мы понимаем, что формы работы могут меняться, но ценности, на которых построены воспитательные процессы, остаются неизменными.*

В «Рябинке» чтут традиции: в памятные даты работники-ветераны принимают поздравления, в детском саду проводят праздничные концерты, радуются успехам выпускников. Сколько бы не прошло лет, но самыми дорогими и бесценными остаются воспоминания из нашего детства. Заслуга коллектива детского сада - сделать эти воспоминания яркими, добрыми и светлыми.

Спасибо за ваш труд!

Елена Петровна выразила слова благодарности коллективу детского сада за трудолюбие, терпение и личный вклад в работу. Пожелала всем здоровья, удачи, оптимизма, успехов в профессиональной деятельности и новых положительных эмоций. Смотреть вперед, верить только в хорошее!

В преддверии юбилея грамотой администрации МР «Спас-Деменский район» за плодотворный труд, успехи в работе награждены:

Марина Ивановна Владимировна, старший воспитатель;
Наталья Владимировна Беркутова, воспитатель;
Елена Николаевна Муравьева, воспитатель;
Ольга Алексеевна Коляникова, воспитатель;
Светлана Владимировна Тихомирова, инструктор по физической культуре;
Людмила Николаевна Савченкова, младший воспитатель;
Ирина Михайловна Кузенкова, повар.

Благодарностью Губернатора Калужской области за всестороннее развитие, воспитание, обучение, хорошие показатели в работе награждены:
Ирина Николаевна Коробенкова, воспитатель.

Грамотой Министерства образования и науки Калужской области награждена **Дина Юрьевна Романова**, учитель-логопед.
Вера ФИЛАТОВА.

Фото автора, из архива детского сада и личных архивов.



Детский сад «Рябинка» сегодня. Скульптура белых медведей была привезена из Калуги в 70-80 гг.



Строительство д/с «Рябинка».



Лучшие сотрудники «Рябинки» этого года.



Фото разных лет.



Из жизни школ

Встреча с участником СВО

В наше неспокойное время мы получаем много информации, в том числе о ходе СВО. Но услышать ее из первых уст от тех, кто ценой своей жизни отстаивает интересы России, защищает ее от новой злой угрозы - значит более точно узнать о происходящем.

У учеников школы №2 появилась возможность прямого диалога с участником СВО - нашим выпускником Вадимом Герасенковым. Боец приехал в отпуск из зоны боевых действий и зашел в родную школу, чтобы пообщаться с учащимися. На встречу пришли старшеклассники и педагоги.

Во время выступления участник СВО рассказал о важном значении спецоперации, о боевых ситуациях, о примерах мужества и героизма сослуживцев. Он подчеркнул, что бойцами движет любовь к родной стране и соотечественникам, желание защитить родных и близких людей. Вадим отметил, что солдаты на передовой не задумываются о цене своей жизни ради выполнения боевых задач и спасения сослуживцев, рассказал о необходимости служить в армии и добросовестном выполнении гражданского и воинского долга перед Отечеством.

Ребята задали гостю вопросы о быте в условиях спецоперации, вооружении наших солдат, ведении боевых действий. На них боец отвечал предельно честно и открыто. Поинтересовались, помогают ли письма школьников, отправленные участникам спецоперации. Вадим поблагодарил ребят и сказал, что детские открытки и письма они с волнением читают и бережно хранят и что моральная поддержка родных и всего общества очень важна для бойцов.

- Ваши письма трогают за сердце, в свободное время мы читаем их и перечитываем. Это укрепляет уверенность в том, что делаем правое дело. Огромное спасибо всем неравнодушным людям за то, что вы нас понимаете и помогаете, - поделился гость.

Встреча прошла в теплой, дружеской обстановке. Ребята пожелали ему крепкого здоровья, бла-



гополучной службы, вручили подарок, письма и открытки с пожеланиями. Вадим пожелал школьникам успехов в учебе.

Такие встречи способствуют воспитанию чувства гордости за свою страну. Россия всегда сла-

вилась героями, которые, не задумываясь, вставали на защиту Родины и ее интересов.

Таких ребят, как выпускник нашей школы, сейчас много на передовой, и каждый из них честно и отважно выполняет свой

долг, позволяя нам учиться и работать под мирным небом. И мы благодарны им за защиту нашей Родины!

Г. ТИМАШКОВА,
советник директора
по воспитанию.

Читательская конференция

В школе №1 состоялась читательская конференция «В моих книгах - все как в жизни», посвященная 70-летию со дня рождения детской писательницы Тамары Крюковой.

В мероприятии приняли участие школьники среднего звена (5-9 классы).

Книжная выставка, представленная на конференции, дала возможность ближе познакомиться с творчеством писательницы.

Ребята делились впечатлениями о прочитанных книгах:

- Представь, что ты очутился в начале 80-х годов прошлого века, да еще в школе, где учатся твои будущие родители! Забавно пообщаться со своим отцом, когда ему было столько лет, сколько тебе сейчас. Узнать его тайны и мечты. Побеседовать с мамой на языке, понятном подросткам, получить от нее полезные советы. Эту книгу «Повторение пройденного» прочитала и моя мама. Она была в восторге, как будто вернулась в школь-

ные годы. И вообще, это здорово - читать книги вместе со своими родителями, делиться впечатлениями, мыслями.

Аня Апанасевич, 5 класс:

- Приключенческая повесть «Хрустальный ключ» - из серии «Долина чудес». Главные герои Петька и Даша приехали на лето в деревню к бабушке. И узнают, что Ведьмино болото в старину было целебным, а сейчас оказалось заколдованным. Дети мечтают избавиться озеро от проклятия... И тут начинаются приключения: они встречаются с мифологическими персонажами и преодолевают различные опасности.

Женя Арефьева, 7а класс:

- Повесть «Гений поневоле» входит в цикл серии «Совре-

Девиз

Тамары КРЮКОВОЙ:

«Я пишу для детей, чтобы передать им доброту, любовь и улыбки, которыми меня щедро наградило мое детство. Я хочу, чтобы они полюбили этот мир так же, как люблю его!».

менность и фантастика». Артем Тарасов, герой повести, наигравшись в компьютерную игру, обнаруживает у себя необычайные математические способности...

Максим Бородин, 9 класс:

- Даже взрослому после таких эмоций хочется взять в руки книгу Т. Крюковой и окунуться в мир детских фантазий.

Театральный кружок представил инсценировку рассказа Т. Крюковой «Дежурство». Юные актеры настолько вжились в роли, играя своих сверстников, что казалось, это произошло с ними на самом деле.

В завершение встречи ученики посмотрели отрывок из художественного фильма «КостяНика», снятого по книге писательницы «Костя плюс Ника».

Вера ФИЛАТОВА.
Фото автора.



Увлекательная поездка

Спас-деменские педагоги стали участниками программы «Больше, чем путешествие».

После прохождения строгого конкурсного отбора по программе поощрения активной молодежи «Больше, чем путешествие» спец-проекта «Лидеры региона-2023» преподаватели школы №2 Алина Сычева, Екатерина Логинова и Марина Пилипова были поощрены бесплатной туристической поездкой в один из красивейших городов России - Тулу. Во время двухдневного тура молодые педагоги посетили знаковые места города-героя и его окрестностей: тульский Кремль, оружейный музей, музей обороны, музей-заповедник Куликово поле и многое другое.

Участники поездки остались под большим впечатлением от такого увлекательного путешествия.

Екатерина Логинова, учитель истории:

- До сих пор нахожусь под впечатлением от поездки. Я раньше уже бывала в Туле, но, как и многие туристы, не смогла охватить все основные достопримечательности этого замечательного города. А в этот раз мне представилась возможность поближе познакомиться с многогранным, уникальным и богатым своей историей регионом. Организаторы поездки продумали все до мелочей. Да и сама программа была настолько разнообразной, что дух захватывало. Меня поразили музей обороны, где масштабно показана героическая оборона города, вошедшая в историю Великой Отечественной войны как одна из ярких и знаменательных страниц. Интересна экскурсия по знаменитому громадному комплексу Куликово поле. Привезла из поездки не только яркие воспоминания и знания, но и новые знакомства с талантливыми участниками проекта с разных уголков нашей области.

Алина Сычева, социальный педагог:

- Это действительно было больше, чем путешествие. Море эмоций и впечатлений. Нам представилась возможность посетить старейшее сооружение города - тульский Кремль. Мощные стены этой каменной крепости до сих пор хранят память о прошлом, о героической истории города Тулы, всей страны. Поразила насыщенность и само оформление музеев, где исторические экспонаты органично сочетаются с инновационными технологиями. Сам город, его архитектура произвели на меня неизгладимое впечатление. Все здания в центре города отреставрированы, ухоженные большие проспекты с современным дизайном. Два дня пролетели незаметно. Хотелось бы еще раз побывать в Туле, где осталось много неизведанного.

Екатерина НИКИШКИНА.
Фото участников поездки.





Во имя жизни

Детская и подростковая гипертония

Гипертония, или артериальная гипертензия - это состояние, при котором артериальное давление стабильно превышает нормальные значения. Патология может развиваться самостоятельно или как симптом некоторых системных нарушений, например, заболеваний почек или сердца.

У детей гипертония встречается гораздо реже, чем у взрослых, однако им тоже рекомендуется профилактически измерять давление.

Патология может долгое время протекать в скрытой форме, а длительное бессимптомное течение без коррекции способно привести к нарушению работы жизненно важных органов или ухудшить прогноз по здоровью во взрослом возрасте.

Среди детских хронических заболеваний гипертония занимает третье место, уступая бронхиальной астме и ожирению. По разным оценкам патологией страдают от 1 до 18% детей, проходивших обследование. Детям старше 3 лет желательно измерять давление не реже 1 раза в год.

Показатели детской гипертонии рассчитываются в процентилях (центилях) на основании специальной таблицы, которая включает в себя среднестатистические данные в соответствии с возрастом и полом ребенка. Аномальным считается артериальное систолическое или диастолическое давление выше 95 процентиля.

Показатели давления зависят от многих факторов: позы, подвижности ребенка, его эмоционального состояния. При измерении давления дома важно соблюдать ряд правил, чтобы результаты были достоверными.

В целом правила измерения давления у детей и взрослых не различаются. Важно проводить процедуру в спокойном состоянии, а также верно надеть манжету тонометра.

Рекомендации по измерению:

- перед процедурой желательно отвлечь ребенка от активных игр: можно почитать с ним книгу, включить спокойный видеоролик или мультфильм;
- во время измерения ребенок должен сидеть в удобной позе. Стопы ровно стоят на полу, ноги нельзя поджимать или переключивать, спина и руки расслаблены;
- манжета крепится на руку на уровне сердца;
- одежда не должна образовывать складки или давить на руку;
- необходимо провести минимум два измерения подряд, а затем взять средние значения полученных цифр.

У детей применяют манжеты меньшего размера, чем у взрослых. Их подбирают в соответствии с возрастом. Результаты самостоятельных измерений - не основание для постановки диагноза "артериальная гипертензия". Однако если давление оказалось выше нормы, это повод обратиться к врачу и пройти обследование.

Гипертония может быть симптомом хронических заболеваний или самостоятельной патологией. Различают первичную и вторичную гипертонию.



Вторичная гипертония - это симптом, который возникает по мере развития других заболеваний (как правило, патологий сердца или почек). Наиболее часто она встречается у детей младше шести лет. До 74% случаев вторичной гипертонии у детей вызваны заболеваниями почек или сердечно-сосудистой системы.

Возможные причины вторичной гипертонии:

- заболевание почек;
- нарушение работы почечных артерий (реноваскулярная гипертония);
- врожденный порок сердца, который сопровождается сужением просвета аорты (коарктация аорты);
- нарушение работы сосудов;
- некоторые эндокринные заболевания (сахарный диабет 2-го типа, повышенная выработка гормонов щитовидной железы, избыточное производство гормона альдостерона корой надпочечников);
- генетические нарушения;
- некоторые виды рака (ренинома, нейробластома, надпочечниковая карцинома);
- неврологические заболевания (например, энцефалит - воспаление тканей головного мозга);
- избыток кальция;
- повышенный уровень холестерина;
- лечение некоторыми препаратами, например, сосудосуживающими средствами или преднизолоном;
- отравление ртутью или свинцом;
- отравление содой.

Первичная, или эссенциальная гипертония - это самостоятельное заболевание, иногда её даже называют "гипертоническая болезнь". Она развивается вне других патологий: системы и органы, в том числе сердце и почки, в этом случае работают без отклонений. Как правило, у детей до шести лет она не встречается.

Риск развития гипертонии в четыре раза выше у детей с избыточной массой тела.

Первичная гипертония нередко встречается у детей, чьи родители также страдали повышенным давлением.

Причины гипертонии у детей в зависимости от возраста

Для каждой возрастной группы можно выделить ряд наиболее частых причин гипертонии.

- Гипертония имеется у 1,28 млрд. взрослых людей в возрасте 30-79 лет во всем мире.
- 46% взрослых с гипертонией не подозревают о наличии у себя заболевания.
- Диагностикой и лечением охвачено менее половины (42%) взрослых пациентов с гипертонией.
- Примерно каждый пятый (21%) взрослый гипертоник контролирует заболевание.
- Гипертония - одна из ведущих причин смертности во всем мире.

У детей до 1 года гипертония развивается на фоне аномального строения и нарушения работы почек и сердца или незрелости лёгких.

В возрасте 1 года - 6 лет причиной гипертонии чаще служат патологии почек и онкологические заболевания.

У детей 7-12 лет наряду с почечными и сердечными патологиями добавляется эссенциальная гипертония.

У подростков эссенциальная гипертония - наиболее частая причина повышенного давления.

Артериальная гипертензия у подростков нередко возникает как ответ на употребление алкоголя, энергетических напитков, а также курение, в том числе электронных устройств, кальянов.

Нередко повышенное давление выявляется в предпубертальном и подростковом возрасте, причём у мальчиков чаще, чем у девочек. Это может быть связано с гормональными изменениями, в том числе повышенным уровнем тестостерона. Гипертония, выявленная в этот период, редко бывает вызвана патологиями сердца или почек.

Гипертония долгое время может протекать бессимптомно: часто патологию выявляют случайно во время профилактического обследования. Однако иногда её можно заподозрить по ряду косвенных симптомов.

Возможные симптомы гипертонии:

- головная боль;
- быстрая утомляемость при физической нагрузке;
- ухудшение или искажение зрения, например мушки перед глазами;
- шум и звон в ушах;
- частая смена настроения;
- нарушения сна;
- недомогание при физических нагрузках.

Для резкого повышения давления выше 150/95 мм рт. ст. (такое состояние называется гипертоническим кризом) характерны сильные головная боль, головокружение, бледность или покраснение лица, тошнота, рвота, нарушение зрения.

При подозрении на гипертонический криз нужно вызвать скорую помощь.

Гипертония опасна своими осложнениями: несмотря на длительное бессимптомное течение, патология приводит к постепенному разрушению жизненно важных органов и систем. Среди наиболее грозных осложнений - инвалидность (в том числе умственная) и критическая недостаточность сердца, почек или головного мозга.

Возможные осложнения гипертонии:

- гипертрофия миокарда - утолщение сердечной мышцы на фоне повышенной нагрузки;
- сердечная недостаточность - снижение работоспособности сердца, которое может спровоцировать отёк лёгких;
- почечная недостаточность - внезапное или постепенное нарушение функции почек;
- поражение сетчатки глаз, сопровождающееся снижением остроты зрения;
- судороги, кома;
- сосудистая недостаточность с риском кровоизлияния в мозг;
- полиорганная недостаточность - ухудшение работы или отказ сразу нескольких жизненно важных органов;
- гипертоническая энцефалопатия - поражение тканей головного мозга.

Профилактика гипертонии у детей и подростков

Профилактика гипертонии у детей и подростков заключается в том, чтобы поддерживать нормальную массу тела и обеспечивать здоровую физическую активность, а также регулярно профилактически измерять давление, чтобы не пропустить возможное начало заболевания.

Всем детям независимо от фактора риска давление измеряют при диспансеризации перед детским садом (три года), школой (шесть-семь лет) и далее с периодичностью раз в два-три года.

Дети в группе риска по гипертонии и сердечно-сосудистым заболеваниям должны проходить профилактический осмотр ежегодно.

Группа риска по гипертонии и заболеваниям сердца:

- наследственность: у одного или обоих родителей выявлены патологии сердечно-сосудистой системы или сахарный диабет;
- избыточная масса тела;
- патологии почек;
- сахарный диабет;
- недостаточная физическая активность: ребёнок не посещает спортивные секции и мало гуляет на улице.

Прогноз при гипертонии у детей и подростков

Без коррекции гипертония у детей и подростков может приводить к раннему развитию сердечно-сосудистых заболеваний во взрослом возрасте. Повышаются риски таких грозных осложнений, как инфаркт и инсульт.

Н. СКОБЛОВА,
главный внештатный специалист по медицинской профилактике Минздрава Калужской области.

Диспансеризация: забота о будущем сегодня

Регулярные профилактические осмотры и диспансеризация помогают сохранить здоровье.

На ранних стадиях многие заболевания протекают бессимптомно. Чем раньше выявляют начальные проявления болезни или риск их развития, тем успешнее будет лечение. Именно для этих целей и проводится диспансеризация. Она не только помогает своевременно выявлять болезни и их факторы риска, но и обеспечивает проведение необходимых лечебных и профилактических мероприятий и при необходимости длительное диспансерное наблюдение.

Медицинские обследования в рамках диспансеризации проводятся бесплатно в поликлинике по месту жительства. Для оценки собственного здоровья вам понадобятся только паспорт и полис ОМС.

Записаться на диспансеризацию можно в регистратуре поликлиники или на портале «Госуслуги».

Справочно: за 9 мес. 2023 года прошли диспансеризацию 192 535 жителей региона, из них углубленную диспансеризацию после перенесенной новой коронавирусной инфекции прошли 48 547 человек.

Результаты проведенной диспансеризации показали, что только 7% граждан являются практически здоровыми, с I группой здоровья, 22% имеют факторы риска развития хронических заболеваний, они отнесены ко II группе здоровья и 71%, отнесенные к III группе здоровья, - имеют хронические неинфекционные заболевания либо нуждаются в дообследовании.

В ходе проведенных профилактических мероприятий впервые выявлено более 2,5 тысячи заболеваний. По итогам проведенной диспансеризации 48 752 человека поставлены на диспансерный учет.

В случае возникновения вопросов, связанных с получением медицинской помощи по полису ОМС, в том числе по всем вопросам прохождения диспансеризации, вы всегда можете обратиться в контакт-центр ТФОМС Калужской области или страховой медицинской организации (звонок по России бесплатный):

- ТФОМС Калужской области: 8-800-450-11-81;
- Калужский филиал АО "Страховая компания "СОГАЗ-Мед": 8-800-100-07-02;
- филиал АО "МАКС-М" в г. Калуге: 8-800-505-33-03.

Позаботьтесь о своем здоровье! Пройдите диспансеризацию.

Территориальный фонд обязательного медицинского страхования Калужской области.

Поздравляем!

Сердечно поздравляю работников и ветеранов детского сада «Рябинка», который стал для них вторым домом, с 45-летием со дня его открытия.



Счастья вам и долгих лет жизни, неиссякаемой энергии, терпения, доброты и любви к детям.

А.Н. БЕГЛЯКОВА.

Расписание Богослужений в храме Преображения Господня г. Спас-Деменск на ноябрь 2023г.

3 ноября Пятница	17.00 Всенощное бдение. Празднование Казанской иконы Божией Матери.
4 ноября Суббота	08.30 Исповедь. Часы. 09.00 Божественная Литургия. Молебен. 17.00 Всенощное бдение.
Неделя 22-я по Пятидесятнице. Апостола Иакова, брата Господня по плоти.	
5 ноября Воскресенье	08.30 Исповедь. Часы. 09.00 Божественная Литургия.
Святого великомученика Дмитрия Солунского. Воспоминание великого и страшного землетрясения, бывшего в Царьграде.	
8 ноября Среда	08.30 Исповедь. Часы. 09.00 Божественная Литургия.
9 ноября Четверг	09.00 Молебен за Отечество с акафистом Казанской иконе Божией Матери.
11 ноября Суббота	10.00 Молебен. Панихида. 17.00 Всенощное бдение.
Неделя 23-я по Пятидесятнице. Озерянской иконы Божией Матери.	
12 ноября Воскресенье	08.30 Исповедь. Часы. 09.00 Божественная Литургия.
16 ноября Четверг	09.00 Молебен за Отечество с акафистом Казанской иконе Божией Матери.
18 ноября Суббота	10.00 Молебен. Панихида. 17.00 Всенощное бдение.
Неделя 24-я по Пятидесятнице. Святителя Павла, патриарха Константинопольского исповедника.	
19 ноября Воскресенье	08.30 Исповедь. Часы. 09.00 Божественная Литургия.
20 ноября Понедельник	17.00 Всенощное бдение.
Собор Архистратига Михаила и прочих Небесных Сил бесплотных. Престольный Праздник северного придела.	
21 ноября Вторник	08.30 Исповедь. Часы. 09.00 Божественная Литургия.
Сщмч. Августина, арх. Калужского и иже с ним за веру пострадавших.	
23 ноября Четверг	08.30 Исповедь. Часы. 09.00 Божественная Литургия..
25 ноября Суббота	10.00 Молебен. Панихида. 17.00 Всенощное бдение.
Неделя 25-я по Пятидесятнице. Свт. Иоанна Златоустого, архиеп. Константинопольского.	
26 ноября Воскресенье	08.30 Исповедь. Часы. 09.00 Божественная Литургия.
30 ноября Четверг	09.00 Молебен за Отечество с акафистом Казанской иконе Божией Матери.
2 декабря Суббота	10.00 Молебен. Панихида. 17.00 Всенощное бдение.
Неделя 26-я по Пятидесятнице. Предпразднество Введения во храм Пресвятой Богородицы.	
3 декабря Воскресенье	08.30 Исповедь. Часы. 09.00 Божественная Литургия. 17.00 Всенощное бдение.
Введение (Вход) во храм Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии.	
4 декабря Понедельник	08.30 Исповедь. Часы. 09.00 Божественная Литургия.

Вниманию работодателей!

Рекомендации Калужской областной трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений работодателям, осуществляющим деятельность на территории Калужской области, по установлению дополнительных социально- трудовых гарантий работникам, призванным на военную службу по мобилизации или заключившим контракт на прохождение военной службы либо контракт о добровольном содействии в выполнении задач, возложенных на Вооруженные Силы Российской Федерации в ходе специальной военной операции на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской и Херсонской областей (далее - работники- участники специальной военной операции)

В целях обеспечения сохранения уровня доходов работников - участников специальной военной операции и реализации дополнительных мер их поддержки Калужская областная трехсторонняя комиссия по регулированию социально- трудовых отношений рекомендует работодателям, осуществляющим деятельность на территории Калужской области:

- сохранять за работниками - участниками специальной военной операции, рабочие места;
- выплачивать ежемесячно материальную помощь работникам - участникам специальной военной операции, в размере среднемесячной заработной платы на период приостановления действия трудового договора;
- выделять квоты в размере 1% от среднесписочной численности работников для трудоустройства граждан, заключивших контракт с Министерством обороны Российской Федерации на прохождение военной службы в Вооруженных Силах Российской Федерации в целях участия в специальной военной операции через военные комиссариаты Калужской области или пункты отбора на военную службу по контракту Калужской области;
- включать в коллективные договоры организаций дополнительные социально-трудовые гарантии работникам - участникам специальной военной операции и членам их семей.

РЕКЛАМА ♦ ОБЪЯВЛЕНИЯ ♦ РЕКЛАМА

Внимание, работа!

ООО «Вера» приглашает на постоянную работу:
- машиниста автогрейдера, машиниста трактора, водителей категории «С» и дорожного рабочего.
Обращаться по тел. 8 (48456) 5-21-86, 8-910-523-76-58 или по адресу: г. Спас-Деменск, ул. Комарова, 40.

Вниманию населения!

15 ноября 2023 года в поликлинике участковой больницы Спас-Деменского района будет вести прием врач-дерматовенеролог из облкожвендиспансера.
По вопросам записи на прием обращаться к фельдшеру Тимашковой С.А.

ВНИМАНИЮ НАСЕЛЕНИЯ!

Продажа кур-несушек самых яйценоских пород от Псковской птицефабрики (10 мес., привиты, уже несутся), цена - 450 рублей.
Доставка, тел. 8-910-768-88-72.

ГАРАЖИ

7 размеров, от 39000 руб., с подъемными воротами. Установка за 3 часа, тел. 8-960-549-97-77.

ПРОДАЕТСЯ напольный одноконтурный газовый котел, недорого, тел. 8-920-871-33-19.

ПРОДАЮ дом с удобствами в центре, 1,5 млн руб., тел. 8-961-123-92-12.

XXX

ПРОДАЕТСЯ дом с участком, тел. 8-906-063-39-59.

XXX

ПРОДАЕТСЯ двухкомнатная квартира (44,5 кв.м) в центре, тел. 8-962-172-99-52.

XXX

ПРОДАЕТСЯ стельная телка (6 мес.), тел. 8-920-613-83-69.

XXX

КУПЛЮ старинную народную одежду - рубахи, паневы, фартуки, кичку (можно грязное или рваное), рушники и др., иконы деревянные и медные, тел. 8-910-947-87-50.

XXX

Кровля, заборы, фасады. Замер, доставка, монтаж, тел. 8-920-093-76-98, 8-919-030-74-84.

Подписка - 2024

Вниманию спасдеменцев!

Продолжается
подписка на районную газету
«Новая жизнь» на I полугодие 2024 года.

Цена:

на 6 месяцев - 570 руб.;
на 3 месяца - 285 руб.;
на 1 месяц - 95 руб.

Подписная цена в редакции
(без доставки):

на 6 месяцев - 240 руб.,
на 3 месяца - 120 руб.,
на 1 месяц - 40 руб.



Сделать подписку можно у почтальона,
в отделении связи или в редакции.

ОКНА ПВХ RENAU. КВЕ
Качество по низким ценам!
ДВЕРИ входные
и межкомнатные
(доставка, монтаж)
НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
* Без запаха.
* Чистый монтаж.
Okno-ludinovo.ru
тел.8-920-617-40-98,
8-980-511-09-05,
8-953-313-99-76.

АВТОВЫКУП
В ЛЮБОМ СОСТОЯНИИ.

Отечественные, иномарки,
битые, не на ходу.
Срочно. Дорого. Эвакуатор.



Помощь при подборе авто.
Тел. 8-920-873-05-17.

«Новая жизнь»

УЧРЕДИТЕЛИ: автономная некоммерческая организация «Редакция газеты «Новая жизнь» и администрация МР «Спас-Деменский район».

Газета зарегистрирована Управлением Роскомнадзора по Калужской области
Свидетельство ПИ № ТУ 40-0053

Индекс для подписки ПР284.

Цена свободная.

Главный редактор В.Н. ФИТИСОВА.

12+

Позиция редакции газеты может не совпадать с точкой зрения авторов публикуемых материалов. Письма, рукописи, фотографии и рисунки не рецензируются и не возвращаются.

Адрес редакции и издателя: 249610, Калужская обл., Спас-Деменский район, г. Спас-Деменск, ул. Советская, 104.
Телефоны: редактор - 2-15-30, отдел общественно-политических, социально-экономических проблем, бухгалтерия, сельскохозяйственный отдел - 2-17-58, отдел набора и верстки - 2-12-59.
E-mail: novaja@kaluga.ru

Набрано и сверстано в редакции газеты «Новая жизнь». Отпечатано в КРОФИСМК «Губерния», 248640, Калужская область, г. Калуга, пл. Старый Торг, 5. Тел. 57-40-70 oblizdat@kaluga.ru Индекс 51766. Объем 2 п. л. Тираж 1200. Заказ Подписано в печать 1.11.2023 г. по графику в 17.00, фактически в 15.00.

Материалы в такой рамке публикуются на коммерческой основе.
Ответственность за содержание рекламных текстов несет рекламодатель.