



## ТРИ СЛАГАЕМЫХ УСПЕХА:

ОТЗЫВЧИВОСТЬ, ОТВЕТСТВЕННОСТЬ, ПРОФЕССИОНАЛИЗМ

стр. 1-5

ЗНАКОВАЯ СОБЫТИЕ



## ПАЦИЕНТ СКАЗАЛ ПРО НАС: «ВЫ — ЛУЧШИЕ!»

Хорошая новость пришла в июле. Государственная клиническая больница № 64 или, как теперь мы привыкаем говорить, больница имени В. В. Виноградова, вошла в ТОП-10 по независимой оценке качества оказания медицинских услуг. И еще один престижный рейтинг, в котором оказалась ГКБ имени В. В. Виноградова — ТОП-10 по числу положительных отзывов пациентов в акции «Спасибо, доктор!».

Если говорить понятным всем языком, ТОП-10 — это десятка лучших, и нам отрадно, что наша больница, а это и наш роддом № 4, который стал неотъемлемой частью больницы, вошли в эту замечательную когорту отличников здравоохранения, которая составлена благодаря независимой оценке, данной нам москвичами. Ведь принять участие в определении качества нашей работы может, соглас-

но Федеральному закону, любой желающий: на сайтах всех больниц Москвы предлагается заполнить электронную анкету, оценив деятельность каждой из них.

Особую радость вызывает и наше попадание в десятку лучших больниц, которая составлена на основе благодарных отзывов наших пациентов и их близких, что поступили на сайт проекта «Спасибо, доктор!» или распространились в социальных сетях. Акция «Спасибо, доктор!» является общественной инициативой жителей столицы, которая стартовала в мае 2015 года с сообщения одного из пациентов московской больницы в социальной сети. Свою благодарность он обозначил хэштегом — своеобразной пометкой #спасибодоктор. С тех пор в средствах массовой информации и блогосфере опубликованы сотни уникальных и типичных историй пациентов, которым помогли, которых вылечили, которым дали надежду и уверенность в завтрашнем дне доктора московских больниц.

Добрые слова исцеленных нами москвичей показывают, что положительная оценка работы ГКБ имени В. В. Виноградова по-настоящему независимая и объективная, и я поздравляю весь коллектив нашей больницы и роддома с этими замечательными достижениями. Ведь успех Виноградовской больницы складывается из слаженной работы каждого сотрудника во всех подразделениях и отделениях клиники. Успех достигнут благодаря образцовому

порядку в лечебном учреждении, профессиональному и, что не менее важно, душевному сотрудничеству команды единомышленников. А в том, что наша больница представляет собой именно команду единомышленников, доказывают признанные пациентами высокие результаты нашей работы, в противном случае, мы бы их просто не смогли достичь.

Газета «Шар здоровья» из номера в номер рассказывает о замечательных врачах нашей больницы. Пришло время сказать и о членах нашей управленческой команды, благодаря которым Виноградовская больница растет и развивается, работает слаженно, четко, без сбоев. Их работа не на виду у пациентов больницы, но именно они управляют частями сложнейшего организма, каким является наша клиника. Знакомьтесь с членами управленческой команды Виноградовской больницы — заместителем главного врача по хирургии Богданом Борисовичем Орловым, заместителем главного врача по амбулаторно-поликлинической работе Зоей Леонидовной Гончаревской, руководителем административно-хозяйственной службы Виктором Ивановичем Жуковым. В ГКБ № 64 они ответственны за работу важнейших подразделений.

Без хирургических отделений, без оперативной лечебной деятельности больница невозможна, от тяжелейшего травматического поражения до банального аппендицита — это наша забота, и Виноградовская больница,

вслед за безупречным «Склифом», находится в четверке клиник, куда скорые везут «травму». Потомственный хирург, кандидат медицинских наук Богдан Борисович Орлов координирует всю работу сложнейшего конгломерата хирургических отделений.

Поликлиника и амбулатория — сюда не иссякает ежедневный поток пациентов с жалобами на нездоровье, с обоснованными или кажущимися симптомами заболеваний, где надо каждого принять и понять, разобраться в признаках болезни, поставить правильный диагноз, направить к специалисту или на обследование. Этот тяжелый груз обязанностей на заместителя главного врача по амбулаторно-поликлинической работе, кандидате медицинских наук Зое Леонидовне Гончаревской.

А чтобы Виноградовская больница работала как отлаженный, совершенный механизм, в котором и медицинский персонал, и больные ни в чем не видели и не чувствовали изъянов, этому посвящены все усилия руководителя административно-хозяйственной службы Виктора Ивановича Жукова.

На этих людях держится наша клиника, и именно они во многом поспособствовали тому, что мы вошли в десятку лучших — и по отзывам, и по оценкам наших пациентов.

**Ольга ШАРАПОВА,**

заслуженный врач Российской Федерации,  
депутат Московской городской Думы



# «Памяти павших, во имя живых!»

Заместитель главного врача 64-й городской клинической больницы, что в Москве на улице Вавилова, Виктор Иванович Жуков чисто по-журналистски стал интересен мне сразу, как я увидел дверь его кабинета. К тому времени я уже имел представление о больнице, где работает Жуков — многочисленном комплексе зданий с самой современной медицинской техникой, способной успешно трудиться лишь в строго регламентированных световых, температурных, воздушных, влажностных, шумовых режимах — и всё это требует постоянного безукоризненного контроля и ухода. Понятен каждому смертельный риск положения, если, скажем, в отделении реанимации и интенсивной терапии, или в хирургическом отделении, или.., да какое отделение ни возьми, они все здесь жизненно важные, случится сбой в подаче электроэнергии или произойдёт сбой в подаче очищенного воздуха...

К тому моменту, когда я взялся за ручку двери кабинета В.И. Жукова, я уже повидал в этой прекрасной больнице немало кабинетов, прошёл больничными коридорами, отдавая должное мастерству строителей и вкусу дизайнеров от подбора мебели и выбора цветовой гаммы в окрасе стен. Так чем же меня могла удивить дверь в кабинет В.И. Жукова, руководителя административно-хозяйственной службы, ведающего всем гигантским хозяйством огромной больницы?

Когда на входе в административный корпус, я спросил у дежурного, где кабинет Жукова, и тот, руководствуясь здравым принципом «легче проводить, чем объяснить», пошёл меня провожать, но повёл почему-то не на второй «правящий» этаж, а вниз, в подвал, и это было так неожиданно, что я предпочёл уточнить к тому ли Жукову он меня ведёт. «Да-да, — отвечал провожатый, — вот его кабинет». Табличка на дверях в глубине подвала не оставляла сомнений.

Были ещё причины удивиться. Знал, что Жуков — полковник, «академик» — заканчивал Санкт-Петербургскую академию тыла и транспорта. Ещё я знал, что должность Виктор Иванович занимал высокую — заместитель начальника управления кадров Сухопутных войск — самого мощного и многочисленного вида Вооружённых Сил России. Ведал я и то, что по уходу в запас предлагали Виктору Ивановичу возглавить богатейший вино-водочный холдинг со всеми вытекающими отсюда благами. Отказался. А вот в больницу пошёл, как говорится, поменял дворец на подземелье. Для нашего корыстного времени это что-то совсем вон из ряда выходящее. Разве не интересно понять такого человека.

Коренаст Виктор Иванович, бугрист в мышцах, этого даже костюм скрыть не может. Лицо широкое, смотрит просто, открыто. В рукопожатии крепок, но бережлив, в том смысле, пожмёт он руку в волошку, от души, на обратном пути в процедурную придётся заходить. Сила в нём природная, в наследство доставшаяся. Дед его по материнской линии Даниил Ефимович, чтоб завалившийся воз с сеном наново не пе-

рекладывать, в одиночку на дорогу обратно поставил. Да и отца Бог силой не обидел. Про отца Ивана Васильевича особый разговор. Было Ивану Васильевичу и навсегда осталось всего тридцать шесть годков. Он бригадировал в леспрохозе, за справедливость его, готовность плечо своё под комелёк, где труднее, подставить, а не к вершинке пристроиться, уважали Ивана Васильевича в посёлке. Отец командовал погрузкой кругляка на баржу, когда оборвался трос и гигантские кряжи обрушились на него. Мужики, что раскатали брёвна, увидев отца, глазам не поверили, кто-то даже всхлипнул от счастья, без сознания бригадир, но живой. Одна лесина и та человека насмерть плющит, а здесь целый лесоповал, но дышит Иван Васильевич. Отец и вертолёт дождался, и перелёт перенёс, и только уже во время операции силы его оставили. Не смогли внутреннее кровотечение остановить. Весь посёлок пришёл с отцом проститься. Деревенское кладбище тесноватым оказалось для таких похорон.

В десять лет, одиннадцатый пошёл, остался Виктор за мужика в доме с матерью и младшей сестрёнкой Валентиной. Вода, дрова, огород, скотина — во всём матери помощник, а где и сам коренник — одной Любовь Даниловне с хозяйством не управиться, а без хозяйства в посёлке не прожить, мама техничкой в школе работала, хлопот много, денег мало, без огорода, да без кур с поросёнком концы с концами не свести. Пока Виктор в посёлке учился, в восьмилетку ходил, прощя было по дому управляться. Всем хорош родной вятский посёлок Чус, что в Верхнекамском районе, да только мал для средней школы, доучиваться пришлось в селе Лойно. Жил в интернате, но при малейшей возможности сразу домой, матери помогать. По-везёт, на попутке доберётся, а нет, отмахает одиннадцать километров на своих двоих. Может отсюда зародилась у него любовь к машине и первая полученная им шоферская специальность, определившая судьбу. Так-то собирался по отцовским стопам пойти, в лесу работать, уже и вызов из лесотехнического ин-



**ЖУКОВ  
Виктор  
Иванович**  
Руководитель  
административно-  
хозяйственной  
службы.

ститута получил, да только военком распорядился иначе: «Послужи сначала, парень, как отец, долг Родине отдай». Служил в Туркестанском округе инструктором-водителем, а как отслужил, поступил в Самаркандское высшее военное автомобильное командное училище.

В военной биографии-географии полковника Виктора Ивановича Жукова нет ни одного «тёплого», прощя говоря, «блатного» местечка службы, Германии какой или Одесской округи. Как смеётся Виктор Иванович, вспоминая армейское присловье «Есть в Союзе три дыры — Термез, Кушка и Мары»: «Везде послужил!». Тёпленьких мест в его послужном списке нет, зато сполна «горячих точек»: Афганистан, Приднестровье, Чечня, Южная Осетия и даже Чернобыль достался после взрыва там атомной станции.

А что кабинет в подвале, так его подчиненные тоже не на солнышке трудятся. Ему так привычнее — быть ближе к тем, кем командует, кем руководит. И понимаешь, что это не поза, не показуха, не пыль в глаза, когда узнаешь, что одиннадцать лет уже полковником они с женой Надеждой Григорьевной и с двумя детьми — Дмитрием и Светланой, после всех «горячих точек», после Богом забытых Термеза, Кушки и Мары, жили в общежитии, а до того в коммуналке на пять семей, а до того... Сам Виктор Иванович ничего особенного в том не видит: «Мы ведь присягали служить, а не блага до-

бывать». Память о друзьях, на поле боя голову сложивших, заставляет строже к себе относиться, требовать с себя больше, коль судьба даровала тебе право на жизнь. Когда ты вот так рядом в бою, руку, кажется, протяни и дотронешься, как они с другом старшим лейтенантом Сергеем Межуевым, командиром роты в Баграме, когда тебя лишь отшвыривает взрывная волна душманской гранаты, а друга разрывает на куски. И как после этого жизнь мерить благами. Вот и служи дальше, но как бы уже за двоих. Так и служил. Досрочно — подполковник, досрочно — полковник, ордена, медали.

Три войны было у деда его — Даниила Ефимовича — гражданская, финская, Великая Отечественная, старый солдат тогда подумать не мог, что у его внука-полковника пойдёт свой счёт войнам.

...Меня всё подмывало спросить Виктора Ивановича, ну, ладно, то воинская, боевая служба, дело святое, даже в память о погибших друзьях-товарищах печься о своём благополучии вроде как не в офицерской чести, и низкий поклон жене Надежде Григорьевне, с которой вместе всю жизнь, со школы, за понимание и терпение, но почему потом-то, как ушёл в отставку, не компенсировать заслуженно всё пережитое сытой должностью генерального директора водочного концерна. Но так и не спросил о том Виктора Ивановича. Сам нашёл ответ в его же кабинете, где развёрнуто полотнище алого стяга Российского союза ветеранов Афганистана. «Памяти павших, во имя живых» — начертано на знамени. Производство алкоголя как-то не вписывается в этот лозунг, а вот работа в больнице — в самый раз. Здесь ведь действительно служба во имя жизни.

**Пётр ТРОФИМОВ**  
(Спец. корр. «Шар здоровья»)



**«Шар здоровья»:** Богдан Борисович, медицина — та профессия, где случайных людей не бывает, или, скажем так, не должно быть — уж слишком высока здесь планка ответственности.

**Б.Б. Орлов:** Я врач в третьем поколении. У меня в семье все врачи. Отец Борис Антонович в свои семьдесят семь лет продолжает служить травматологом. Долгие годы возглавлял больницу в Ногинском районе. Мама Светлана Федоровна тоже ещё работает. Она врач-фтизиатр в Балашихинском диспансере. Бабушка Клавдия Михайловна — прямой исток моей профессии, всю жизнь проработала хирургом и главным врачом в Караганде. Да и другие родственники, которых у меня, к счастью, немало — все врачи! Думаю, что штат небольшой больницы мы могли бы укомплектовать.

**«Шар здоровья»:** Но всё-таки почему именно хирург?

**Б.Б. Орлов:** Для меня хирург — это настоящая мужская медицинская профессия. Само слово «хирург», если я не ошибаюсь, греческого происхождения, но точно знаю, что в переводе оно дословно означает «работа рук». Врачами искони были те, кого мы сегодня именуем терапевтами. Хирург в отличие от терапевта, который должен обладать даром выслушать, понять больного, распознать и изгнать хворь снадобьями-лекарствами, должен уметь исцелять руками. Истинно мужская профессия, поскольку позволяет реализовать потенциал хирургического ремесла. Своего рода мануальные навыки, которые, будучи отшлифованными, с годами переходят в хирургическое мастерство. Настоящего хирурга можно воспитать и обучить не менее, чем лет за десять.

**«Шар здоровья»:** А когда, где и у кого вы набирались мастерства?

**Б.Б. Орлов:** Будучи студентом Второго медицинского института занимался в хирургическом кружке на кафедре хирургии, которую в прошлом возглавлял основоположник отечественной сердечно-сосудистой хирургии великий Александр Николаевич Бакулев, а в мою бытность — ученик и преемник Бакулева академик Виктор Сергеевич Савельев. Три года я волонтером ходил дежурить в операционные, где работали наши профессора. Благодаря этому попал в ординатуру, потом три года аспирантуры, защитился и стал ассистентом кафедры хирургии. Затем работа в известной Первой градской больнице, где восемь лет возглавлял хирургическое отделение. Теперь вот работаю заместителем главного врача по хирургии в больнице имени Виноградова, куда меня пригласила Ольга Викторовна Шарапова.

**«Шар здоровья»:** Получается хороший синтез теории, практики и управленческой работы.

**Б.Б. Орлов:** Да, кафедра дала мне замечательные знания, там был заложен изначально и развивался сплав двух специализаций — общей и сосудистой хирургии. Сегодня, пожалуй, таких специалистов уже и не готовят. А тогда я, как аспирант, занимался общей хирургией и одновременно сосудистой хирургией. До сих пор остаюсь доцентом кафедры факультетской хирургии РГМУ,



## «Умение брать ответственность на себя — неотъемлемая черта хирурга»

приходят студенты, читаю им лекции.

**«Шар здоровья»:** Что удалось уже сделать здесь, в Виноградовской больнице?

**Б.Б. Орлов:** Считаю, что мне здесь удалось сделать очень важное и перспективное — объединить кафедру и клинику, чтобы создать оптимальную структуру сосудистой хирургической помощи. Раньше здесь было отделение общей хирургии и отделение ангиографии с базировавшимися на них кафедрами. Сейчас мы открыли здесь еще и сосудистое отделение — оперируем аорту, сонную артерию, варикозную болезнь. Нам удалось привлечь к работе в больнице ведущих сотрудников кафедры, таких как опытный сосудистый хирург Анатолий Олегович Вирганский. Так создался, я считаю, очень сильный квартет: три современных, по последнему слову техники оборудованных отделения клиники — общей хирургии, сосудистой хирургии и ангиографии — и кафедра с ее мощным научным потенциалом. Это позволяет больного, госпитализированного, к примеру, с диагнозом «инфаркт миокарда», который не подтвердился, зато установлен разрыв аорты, не транспортировать в другую больницу, что чревато тяжёлым исходом, да и не всякий тяжёлый больной транспортабелен, а просто перевести его за считанные минуты в отделение сосудистой хирургии и там быстро прооперировать.

**«Шар здоровья»:** И на этом, как можно понять, Вы не собираетесь

останавливаться. Что же дальше?

**Б.Б. Орлов:** А дальше главный врач больницы Ольга Викторовна Шарапова выдвинула идею организовать работу в нашей больнице отделения нейрохирургии, чтобы оно действовало в связке с отделениями нейрореврологии и неврологической реабилитации. Таким образом будет создан замкнутый цикл неврологической помощи. И тяжелого пациента с неврологическим поражением не понадобится перевозить в специализированную клинику, станет возможным, не теряя драгоценного времени, оказать оперативную помощь на месте, передав больного из неврологического отделения в нейрохирургию, а далее в нейро-реабилитацию. Так шаг за шагом больница Виноградова продолжает развиваться как крупный медицинский центр, где любой самый тяжёлый больной сможет получить любую высоко квалифицированную экстренную помощь в полном объеме — хирургическую, неврологическую, кардиологическую. И если сегодня многие больницы предпочитают работать с плановыми больными, с их текущими хроническими заболеваниями, то мы способны на большее. Наша больница в группе лидеров среди клиник по оказанию медицинской помощи экстренным больным в Москве.

**«Шар здоровья»:** То есть вы развиваетесь в одном направлении с институтом имени Склифосовского?

**Б.Б. Орлов:** Институт имени Склифосовского — огромный мно-



**ОРЛОВ  
Богдан  
Борисович**  
заместитель главного  
врача по хирургии.

гопрофильный центр на всю Москву. Наша больница — крупнейшая в Юго-Западном административном округе столицы и в Новой Москве — забирает на себя значительную часть таких пациентов в этих кругах.

**«Шар здоровья»:** Вы говорите об открытии новых отделений больницы, но на каких площадках это делается, если не видно, чтоб здесь строились новые корпуса.

**Б.Б. Орлов:** В результате грамотно проведенной «оптимизации» клиники сократили отделения с дублирующими функциями и на их месте создали новые отделения. Число пролеченных больных у нас не сократилось, а увеличилось, как и количество выполненных операций. И это сделано не только за счет сокращения «койко-дней», а, прежде всего, за счет проведения малотравматических операций, оборудование для которых мы постоянно обновляем. При этом увеличилось число реально востребованных койко-мест, то же отделение реанимации теперь располагается не на одном, а на двух этажах.

**«Шар здоровья»:** Богдан Борисович, если бы Вы так неожиданно, искренне, свежо не сказали о профессии хирурга, мы бы не решились задать Вам очень личный вопрос, который у многих в голове, особенно у тех, кто собирается стать врачом, но который не решаются задавать. Что вы пережили, когда впервые потеряли пациента на операционном столе?

**Б.Б. Орлов:** Для хирурга нет разницы — пережить смерть пациента впервые или не впервые. Это одинаково тяжело. Случаи эти крайне редки, и, как правило, они не зависят от мастерства хирурга, а случаются в результате слишком тяжелой травмы, из-за повреждений, несовместимых с жизнью. Но при любых ситуациях главная ответственность в операционной лежит на хирурге — и ему недопустимо проявлять эмоции, и уж тем более демонстрировать упадок духа. И хотя внутри тебя бури и цунами, душу рвёт боль неужели этого нельзя было избежать, ты все равно сохраняешь выдержку, хотя каждая смерть на операционном столе для хирурга — дополнительный рубец на сердце.

**«Шар здоровья»:** Есть еще проблема профессионального риска, когда хирург стоит перед выбором: есть очень минимальный шанс спасти больного, но велик риск, что умрёт под скальпелем, он и так не жилец, но хирург к его смерти отношения уже иметь не будет... А шанс — доля процента...

**Б.Б. Орлов:** Умение взять ответственность на себя — неотъемлемая черта хирурга. Хирург действует по правилу, оставленному нам в завет нашими учителями: все сомнения — в пользу активных действий по спасению пациента, все сомнения — в пользу операции.



# «Многодетные семьи — основа завтрашнего дня страны, залог ее процветания»

**«Шар здоровья»:** Зоя Леонидовна, читатели нашей газеты знают Вас по прошлым интервью, как опытного, с многолетним стажем врача акушера-гинеколога, как заместителя главного врача 64-й городской клинической больницы, отныне Виноградовской больницы. А ведь Вы успешно сочетаете свою профессиональную работу с хлопотными заботами муниципального депутата. Не в обиду Вам будет сказано, что многие москвичи относятся к муниципальным депутатам, как бы помягче сказать, несерьёзно, что ли, дескать, что может сделать муниципальный депутат, когда насущные вопросы населения порой не может решить и Государственная Дума.

**З.Л. Гончаревская:** Однако это не так. Государственная Дума вершит дела всей страны, Московская городская Дума решает проблемы огромного мегаполиса, а муниципальный депутат — это ваш личный, ваш собственный ходатай по самым житейским просьбам. Он ближе всех к избравшему его народу. Он призван и обязан выполнять указы людей очень небольшого района, и потому его должно хватить на ВСЕ людские просьбы и беды. Муниципальный депутат по сути заступник и защитник рядового гражданина перед лицом огромной чиновничьей машины, которую неизбежно являет собой районная и окружная власть города. Исхожу из опыта совместной работы со своими коллегами-депутатами муниципального собрания, да у большинства из них вся жизнь, как правило, связана с заботой о людях. Ведь та же профессия врача, учителя, военного по необходимости делает человека в полном, неискаженном смысле этого слова — слугой народа. Сам выбор подобной профессии, сделанный смолodu, свидетельствует о том, что перед нами не конъюнктурщик, не ловец длинных рублей, не флюгер, держащий нос по ветру. У людей такого склада забота о людях, за которых они несут ответственность, вошла в кровь, в обычай, в привычку, они просто не могут по сути своей отзывчивой натуры, не способны отказать в просьбе, пренебречь чужой бедой, закрыть глаза на совершающееся беззаконие, от которого страдают подопечные. Большинство наших муниципальных депутатов зрелые люди с богатым жизненным опытом, на себе испытавшие груз перемен последних десятилетий. Такой от обращения к нему не отмахнется, такой не отпихнет просителя,



потому что по себе знает и лично прочувствовал горький вкус невзгод, сам бился о стену чиновничьего равнодушия, на собственном опыте научился преодолевать произвол зарвавшихся администраторов. Я думаю, так сложилось, потому что люди научились уже выбирать не только сердцем, не только умом, но и самым что ни на есть житейским разумом, понимая, что именно только такой депутат — честный, принципиальный, отзывчивый — может быть для гражданина надежной опорой в утверждении и продвижении его жизненных интересов.

**«Шар здоровья»:** Зоя Леонидовна, Вы уже пять лет совмещаете свою работу в больнице с обязанностями муниципального депутата. Можно ли считать вашу депутатскую деятельность продолжением медицинского служения, или это все-таки совершенно иная работа?

**З.Л. Гончаревская:** Конечно, будучи врачом с многолетним стажем, я и депутатскую работу рассматриваю как призвание помогать людям, обращающимся к тебе за помощью. Но суть депутатской деятельности иная — она в том, чтобы каждодневно выполнять указы избирателей по улучшению их повседневной, можно сказать, личной жизни. В муниципальное собрание люди обращаются, казалось бы, за мелкими проблемами — отремонтировать детскую площадку или подъезд, благоустроить двор, открыть магазин в шаговой доступности, сохранить

спортивную площадку от покушений застройщиков, установить светофор и пешеходный переход возле школы, разместить автобусную остановку в удобном для жителей месте. Но из этих, на первый взгляд, мелочей составляются удобства нашей с вами жизни, когда быт в городе налажен, все красиво обустроено, когда наши ежедневные походы из дома на работу и обратно не требуют излишнего напряжения и потери времени, когда наши дети в безопасности играют и ходят в школу. Вот чем мы, муниципальные депутаты, занимались и занимаемся все эти годы, и постоянно расширяем круг этих забот. Скажем, недавно мы приняли решение приглашать на заседания муниципального собрания директоров школ, с ними советоваться и предлагать помощь в организации досуга детей, их спортивной подготовки, праздников с подарками для детей из малоимущих семей. А заодно с оказанием подобной помощи мы, муниципальные депутаты, можем осуществлять контроль за питанием школьников, увидеть изнутри климат образовательного учреждения, проводить, так сказать, родительский надзор, для которого не у всякого нашего избирателя-родителя найдется свободное время. И, в частности, именно мы задаем директору школы неудобный вопрос, почему в его школе все большее количество кружков и секций становятся платными. А в этом году сделали финансовые вложения для проведения в школах района



**ГОНЧАРЕВСКАЯ Зоя Леонидовна**  
Заместитель главного врача по амбулаторно-поликлинической работе, кандидат медицинских наук, врач акушер-гинеколог высшей квалификационной категории.

## БИОГРАФИЧЕСКАЯ СПРАВКА

Окончила Курский медицинский институт по специальности «Лечебное дело» и ординатуру по специальности «Акушерство и гинекология». В 1998 году защитила кандидатскую диссертацию. Акушер-гинеколог женской консультации № 1 г. Москвы, главный специалист (акушер-гинеколог) Управления здравоохранения ЮЗАО г. Москвы. С 2001 года — главный врач женской консультации № 1 г. Москвы. С 2012 года — заместитель главного врача ГКБ имени В.В. Виноградова.

уроков безопасности.

**«Шар здоровья»:** Зоя Леонидовна, есть ли в вашей депутатской деятельности приоритеты, или, проще говоря, каковы ваши любимые депутатские заботы, которые вы считаете самыми нужными и важными?

**З.Л. Гончаревская:** Моя медицинская специальность — врач акушер-гинеколог, и много лет жизни я отдала работе в женской консультации и родильном доме, с 1991 года и по настоящее время являюсь главным акушером-гинекологом Юго-Западного округа столицы. Поэтому естественно, что всю свою душу я отдаю прежде всего проблемам многодетных и молодых семей, которым во все времена, и нынешнее не является исключением, было не просто растить и воспитывать детей, что называется «поднимать их на ноги». Но ведь именно многодетные семьи, если смотреть на них с государственной точки зрения, — это основа завтрашнего дня нашей страны, залог ее процветания. А материнство и отцовство в таких семьях — самый настоящий подвиг, совершенно не оцененный современным обществом. Так, на одном из собраний жителей выступила многодетная мать с предложениями по организации бесплатных кружков для детей из многодетных семей. И когда она ушла с собрания, ей вслед понесли такие речи: «Эти многодетные вечно себе все выпрашивают, сидят на шее у общества. Я, к примеру, не могла себе позволить



родить даже двоих-троих, потому что рассчитываю только на себя». Я не выдержала и вступила с этой избирательницей в дебаты: «Многодетные семьи растят наших будущих кормильцев. Ведь когда мы с вами состаримся и не сможем рассчитывать на себя, вот эти дети, ставшие взрослыми, будут создавать блага для обеспечения и вашей старости. И от того, какими они вырастут, — умными, добрыми, или обиженными на страну и государство за свое трудное детство, — зависит благополучие России». Именно ради этой идеи я делаю все, чтобы многодетные семьи, обращающиеся ко мне, как к депутату и врачу, за помощью, не знали ни в чем отказа. Ведь это так важно убедить многодетных родителей, что их сегодняшняя очень трудная жизнь, полная забот и тревог за детей, их здоровье, образование, и даже за пропитание, что эта их жизнь есть главный вклад современного общества в завтрашнюю жизнь государства. И мы изыскиваем возможности, как совместными усилиями помогать многодетным. В нашем районе «Академический», по решению депутатского собрания, мы отмечаем День семьи, любви и верности. В этот день организуем выездные экскурсии для многодетных семей и семей, проживших вместе в браке более 30 лет. Наши уважаемые семьи побывали в прошлом году в Муроме, в этом году — в Мелихово и Давидовой Пустыне. В праздничные дни проводим в районе концерты и конкурсы, объединяющие семьи друг с другом, что позволяет им не чувствовать себя одинокими на островке, окруженном непониманием общества.

**«Шар здоровья»:** А как вы в своей депутатской работе учитываете интересы неполных и малоимущих семей, ведь и им приходится тяжело на волне инфляции и кризиса?

**З.Л. Гончаревская:** Еще когда я работала главным врачом Женской консультации № 1, с 2000 по 2011 год, мы завели в нашем учреждении специальные полки, куда женщины, чьи дети выросли из одежек, могли приносить и складывать вещи, игрушки, пеленки, одеяла, которые могут пригодиться нуждающимся будущим мамам. Там же оставляли свои номера телефонов те женщины, которые могли оказать материальную помощь или подарить коляску или кроватку. Так исстари растили детей «всем миром», недаром говорится в народной мудрости «Бог дал роток, даст и кусок». Вот этот обычай следует сохранять. Сбор народной помощи нуждающимся одновременно решает две проблемы. Первая та, что мы оказываем действенную поддержку детям и взрослым из таких семей, чтобы они не падали духом, чтобы понимали, что общество их не бросило на произвол судьбы. Но вторая важная проблема — это слом общего предубеждения к менее успешным в сегодняшний момент людям, — к тем, кто попал в беду, потерял кормильца, кого бросил отец или оставила мать. Воспитывать в обществе сочувствие и солидарность к тому, кто попал в беду, — я считаю своей задачей как муниципального депутата, у которого для решения этой задачи есть



По вопросам своей деятельности депутат на территории соответствующего муниципального образования пользуется правом приема в первоочередном порядке должностными лицами территориальных органов исполнительной власти города Москвы, органов местного самоуправления, руководителями организаций независимо от их организационно-правовой формы, руководителями органов управления общественных объединений.

Депутат имеет право на получение от органов государственной власти города Москвы, органов местного самоуправления, находящихся на территории соответствующего муниципального образования, организаций независимо от их организационно-правовой формы, общественных объединений, соответствующих должностных лиц и руководителей информации по вопросам, связанным с его депутатской деятельностью... Органы государственной власти города Москвы, органы местного самоуправления, организации независимо от их организационно-правовой формы, общественные объединения, их должностные лица и руководители, к которым депутат обратился по вопросам депутатской деятельности, обязаны дать депутату ответ на его обращение или предоставить запрашиваемые им документы или сведения в 15-дневный срок со дня получения обращения, если оно не требует дополнительного изучения или проверки. В случае необходимости проведения в связи с обращением депутата дополнительной проверки или дополнительного изучения каких-либо вопросов окончательный ответ представляется депутату не позднее 30 дней со дня получения письменного обращения депутата.

(Закон города Москвы № 9 от 25 февраля 2004 года «О статусе депутата муниципального Собрания внутригородского муниципального образования в городе Москве»)

множество рычагов — информационных, административных, общественных.

**«Шар здоровья»:** Личный вопрос. Зоя Леонидовна, если позволите, у вас, как у врача и депутата, есть люди, обязанные вам своей жизнью?

**З.Л. Гончаревская:** Когда в 1991 году я работала врачом женской консультации, ко мне на прием женщина привела дочку — девочку шестнадцати лет — на аборт. Конечно, можно было бы просто выписать направление, все основания для этого были, отца ребенка забирали в армию, девочка несовершеннолетняя. Но я решила поговорить с мамой этой девочки: «А почему вы не хотите, чтобы ваша дочь рожала? Ведь у вас одна-единственная дочь. Помогите ей с воспитанием ребенка, и она рано или поздно устроит свою жизнь». Я и девочку спросила: «Он тебя любит? Ты хочешь рожать?». Девочка ответила: «Да». И, представьте, они прислушались к моим словам. Прошли годы, и однажды, уже будучи депутатом, я встретила эту женщину в нашем районе, узнали друг друга, поздоровались, и она так тепло, душевно, искренне мне говорит: «Спасибо Вам сердечно! Вы мне такую заботливого внука подарили!». Оказывается, девочка наша вышла замуж, родила еще двоих мальчишек. Но этот, старшенький, спасенный, самый любимый и заботливый бабушкин внук. А вот подумай: если бы я не убедила тогда эту женщину, то жизнь целой семьи могла повернуться по-другому и вряд ли бы сложилась счастливо. Таких историй у меня в бытность врачом и главврачом Женской консультации много, и когда женщина приходила рожать третьего ребенка, врачи в роддоме шутили: «Это, верно, Зоя Леонидовна вас уговорила». И вправду, частенько

отговаривала делать аборт, убеждала сохранить жизнь малышу. И очень переживала, когда этого сделать не удавалось. Мое глубокое убеждение, что государство должно сделать все, чтобы женщины рожали не только второго, но третьего-четвертого ребенка, и так далее. Вот где, на мой взгляд, и как врача, и как депутата, должна быть стратегическая линия внутренней политики государства, которое в будущем будет набирать силу, крепнуть, богатеть благодаря именно здоровому, умному, образованному и многочисленному народу, который сегодня появляется на свет с нашей помощью. Вот почему мы на уровне муниципальных собраний обсуждаем сегодня работу женских консультаций, где должна существовать квалифицированная психологическая помощь женщине, сомневающейся, оставлять ли ей ребенка. Здесь жизненно необходимы грамотные медицинские психологи, умеющие рассудить проблемы материнства. К сожалению, таких специалистов очень мало, и все они уходят в коммерцию, а их знания и квалификация необходимы именно здесь. Так что у меня, как у врача и муниципального депутата, есть еще одна приоритетная задача.

**«Шар здоровья»:** Зоя Леонидовна, какие еще проблемы жителей Москвы решаются с участием муниципального депутата?

**З.Л. Гончаревская:** Конечно же, это ремонт и благоустройство городской территории. Депутат вправе контролировать расходование средств, отпускаемых на это городом, мы также проверяем целевое использование денег городскими службами, особенно по обращениям наших избирателей. В этом году было множество обращений по установке мусорных баков во дворах. Так

жители спасаются от нашествия чужих машин, сохраняя пространство для детей и стариков. Но здесь мы решаем эти вопросы очень осторожно, проверяя, сохранен ли при огораживании территории паритет с соседними домами, выезжаем на место, считаем, сколько машин вмещается, и не будут ли ущемлены права соседей. Очень много вопросов о передаче жилых помещений в нежилой фонд. Мы, муниципальные депутаты, всегда ставим при этом одно условие — обязательное благоустройство придомовой территории. Еще одна горячая точка, на которую реагируют муниципальные депутаты в роли спасателей — коммунальные квартиры и общежития, где не ладят соседи и ситуация грозит завершиться кризисом. Наше дело также призвать к порядку службы жилищно-коммунального хозяйства, если они не выполняют своих обязательств перед жильцами. Ну, и конечно, городские праздники — новогодние и рождественские — тоже наш долг, ведь обществу необходимы заряд хорошего настроения и надежда на светлое будущее. В течение двух лет мы проводим бесплатные новогодние елки для детей района. Очень волновались, откликнутся ли жители на наши приглашения, зря боялись, народу пришло очень много, люди почувствовали себя соседями, познакомились живущие рядом семьи, подружились дети.

**«Шар здоровья»:** Зоя Леонидовна, Вы с 2013 года работаете заместителем главного врача ГКБ № 64 по амбулаторно-поликлинической работе. Обращаются ли к вам Ваши избиратели, как к депутату, по медицинским проблемам?

**З.Л. Гончаревская:** Да, конечно. И моя профессия очень способствует мне оказывать помощь по просьбам жителей района «Академический» в области здравоохранения. Если обращаются с жалобами — кого-то плохо прооперировали, кому-то отказали в обследовании, кому-то не дали группу инвалидности — я могу оценить суть вопроса и исправить ситуацию. Если же есть необходимость госпитализировать пришедшего ко мне человека, изыскиваю возможность госпитализировать его в нашу, 64-ую больницу, кстати, совсем недавно удостоенную имени нашего знаменитого коллеги-хирурга В.В. Виноградова. Беременные женщины всегда находят помощь и поддержку в стенах Роддома № 4, который входит в состав ГКБ № 64 и пользуется заслуженным уважением жителей столицы.

**«Шар здоровья»:** Зоя Леонидовна, при такой двойной нагрузке — заместителя главного врача и муниципального депутата — неужели ни разу не пожалели, что взвалили на себя тяжелейший груз депутатских забот?

**З.Л. Гончаревская:** Во-первых, выбирая депутатскую стезю, я изначально понимала, что это отнюдь не почетная должность, а трудная обязанность, но она даёт реальную возможность помогать людям, по сути это продолжение и расширение моего потенциала, как врача. Во-вторых, чтобы что-то реально изменить в обществе к лучшему, надо не бояться брать на себя бремя ответственности.



По просьбе инвалида ему может быть бесплатно предоставлен сопровождающий — социальный или сервисный работник. Во всех магазинах, аптеках и других социальных объектах устанавливаются пандусы. Внесены изменения и в правила льготной оплаты жилищно-коммунальных услуг. Половина необходимой для такой оплаты суммы выдается из федерального бюджета. Такая льгота положена только тем инвалидам, чье жилье находится в ведении жилищного фонда (он может быть государственным или муниципальным). Право на льготу, уменьшающую плату за жилищно-коммунальные услуги имеет только сам инвалид. На членов его семьи эта привилегия не распространяется. Они обязаны вносить оплату за соответствующие услуги в полном объеме. Инвалидам первой и второй групп обязаны вернуть половину средств, затраченных ими на капитальный ремонт. Право на такую компенсацию получили также родители детей, имеющих инвалидность. Родителям, воспитывающим ребенка с инвалидностью, увеличены и налоговые вычеты. Их сумма равна двенадцати тысячам рублей. Льгота распространяется еще и на родителей инвалида первой или второй группы, получающего высшее образование в любом из учебных заведений. Соответствующая информация во второй части статьи 218 Налогового Кодекса. Все вопросы по выдаче необходимых средств реабилитации и назначению пенсий с этого года можно решить в Пенсионном Фонде, куда передан реестр лиц с инвалидностью.

После определения Правительством России перечня товаров и услуг, которые необходимы для реабилитации ребенка, имеющего инвалидность, на их покупку можно использовать материнский капитал.

Размер самой пенсии по инвалидности в этом году составляет: 3 группа — 4215,90 руб.; 2 группа инвалидности (с детства) — 9919,73 руб. 2 группа инвалидности — 4959,85 руб. 1 группа инвалидности (с детства) — 11903,51 руб. Кроме того, отказавшись от льгот, инвалид может получать ежемесячную компенсацию. Ее размер для 3 группы инвалидности — 2022,94 руб., для 2 группы инвалидности — 2527,06 руб.; для 1 группы инвалидности — 3538,53 руб.; для детей-инвалидов — 2527,06 руб.; для ветеранов Великой Отечественной войны — 3790,57 руб.; для ликвидаторов аварии на ЧАЭС — 2527,94 руб. Кроме этого, люди с инвалидностью могут рассчитывать на многочисленные льготы, затрагивающие самые разные сферы: здравоохранение, образование, транспорт, сферу труда и пр. Инвалиды 1 группы обла-



## Льготы инвалидам

*Инвалиды справедливо считаются одной из наиболее уязвимых групп граждан и нуждаются в особой правовой защите. Не так давно Российская Федерация ратифицировала специальную Конвенцию, посвященную правам граждан, физические возможности которых ограничены. Согласно статье 15 Федерального закона № 181 с 1 января 2017 года люди с инвалидностью должны иметь беспрепятственный доступ к транспорту и любому объекту социальной и инженерной инфраструктуры.*

дают правом бесплатного проезда на любом общественном транспорте, кроме маршруток и такси; правом бесплатного проезда к месту лечения (это касается и сопровождающих их лиц); им гарантированы бесплатное предоставление лекарств, выписанных лечащими врачами; бесплатное предоставление медицинской техники (по показанию врачей) и перевязочных материалов; бесплатная путевка в санаторий на отдых и лечение (раз в год, но только первые три года с момента получения группы инвалидности); бесплатные протезы конечностей; бесплатная ортопедическая обувь; бесплатное зубное протезирование; внеочередное поступление в средние и высшие учебные заведения (при сдаче вступительных экзаменов); увеличенная стипендия — для студентов (ее размер устанавливается руководством учебного заведения); укороченная рабочая неделя (35 часов) — для работающих инвалидов I группы.

Для инвалидов 2 группы установлен бесплатный проезд на любом общественном транспорте, кроме маршруток и такси; бесплатный

проезд на общественном транспорте к месту лечения (не касается сопровождающих их лиц); предоставление лекарств, выписанных лечащими врачами; предоставление медицинской техники (по показанию врачей) и перевязочных материалов; протезы конечностей; ортопедическую обувь; зубное протезирование. Кроме того, люди со второй группой инвалидности могут рассчитывать на внеочередное поступление в средние и высшие учебные заведения (при сдаче вступительных экзаменов); увеличенную стипендию — для студентов (ее размер устанавливается руководством учебного заведения); укороченную рабочую неделю (35 часов) — для работающих инвалидов II группы.

Гражданам с третьей группой инвалидности предоставляется скидка в 50% на стоимость проезда на любом общественном транспорте в период с 1 октября по 15 мая; а также скидка в 50% на одну поездку в оставшееся время календарного года; скидка на приобретенные ортопедической обуви; скидка в 50% на лекарства и медтехнику (только для работающих или признанных безработными инвалидов).

Инвалиды всех групп вправе пользоваться специальной льготой, которую им предоставляют российские страховые компании. Речь идет о скидке в 50% при покупке полиса ОСАГО. Для этого они должны лично пользоваться автомо-



**Иван Борисович МИРОНОВ**  
адвокат

билем, на который приобретается страховка.

По состоянию на 2017 год, на федеральном уровне инвалидам всех трёх групп предоставляется 50% скидка на оплату коммунальных услуг при условии, что жильё принадлежит муниципальному (государственному) жилому фонду; 50% скидка на оплату счёта за капитальный ремонт (только инвалидам I и II групп, а также родителям, воспитывающим ребёнка-инвалида).

Какие льготы имеют инвалиды по части налоговых платежей? Налог на имущество. От него полностью освобождены инвалиды I и II групп, если свою недвижимость они получили по наследству. Земельный налог. Для инвалидов I и II групп, детей-инвалидов, инвалидов Великой Отечественной войны, которые владеют земельными участками, оформленными до 2004 года, предусмотрен следующий вычет: налоговая база для расчёта налога (стоимость земли) уменьшается на 10 тысяч рублей. Транспортные льготы инвалидам включают в себя 50% скидку на налог при покупке автомобиля посредством органов соцзащиты (мощностью до 100 л.с.), а также полное освобождение от уплаты налога в случае владения автомобилем, специально переоборудованным для его использования человеком с ограниченными возможностями. Льготы инвалидам в 2017 году в виде налоговых вычетов представлены следующим списком: 500 рублей ежемесячно вычитается из налоговой базы по НДФЛ для инвалидов I и II групп, а также детей-инвалидов; 3000 рублей составляет ежемесячный налоговый вычет для родителя (опекуна, попечителя, супруга, супруги, усыновителя) несовершеннолетнего ребёнка (гражданина), являющегося инвалидом; а также ребёнка-инвалида возрастом до 24 лет, являющегося учащимся (аспирантом, интерном, студентом); 3000 рублей составляет ежемесячный налоговый вычет для инвалидов, являющихся ликвидаторами аварии на ЧАЭС, пострадавшими на ПО «Маяк» (авария произошла в 1957 году) или бывшими военнослужащими, получившими инвалидность по ранению.

Изложенный перечень компенсаций, льгот и привилегий нельзя считать исчерпывающим. Наиболее подробное перечисление всех положенных инвалиду льгот можно найти в действующей редакции Федерального Закона № 181 и соответствующих статьях Налогового Кодекса Российской Федерации. Если возникают различные связанные с выплатами вопросы, то за консультацией лучше всего обращаться в региональное отделение Пенсионного Фонда России и органы социальной защиты.



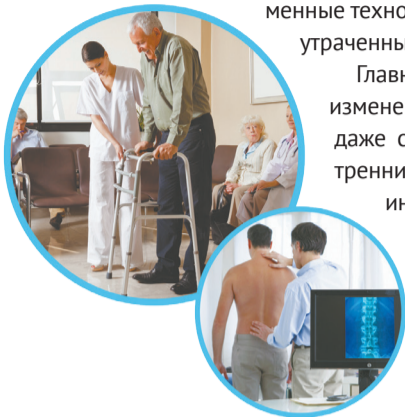
Московская Коллегия адвокатов  
**«МИРОНОВ, КУДРЯВЦЕВ И ПАРТНЁРЫ»**  
Все виды юридической помощи  
г. Москва, ул. Барклайя, д. 6, стр. 5 сайт: <http://kamkp.ru>  
**+7 (495) 203-54-45** e-mail: [info@kamkp.ru](mailto:info@kamkp.ru)





# НЕЙРОРЕАБИЛИТАЦИЯ

Если у Вас случился инсульт, это вовсе не означает, что нормальная и комфортная жизнь закончилась. Накопленный нашими врачами опыт преодоления последствий инсульта, современные технологии и новейшие препараты позволяют восстановить утраченные функции и позволят дальше наслаждаться жизнью.



Главное, начать реабилитацию как можно раньше, пока изменения не стали необратимыми. Не нужно забывать, что даже слабый инсульт вызывает серьезные нарушения внутренних органов. В нашей больнице реабилитация после инсульта начинается с первых дней госпитализации, и именно она является первым, самым важным шагом на пути к полному выздоровлению.

Под наблюдением высокопрофессиональных врачей и опытного медицинского персонала наши пациенты заново обретают те навыки, которые были утрачены в результате повреждения головного мозга.

## РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ ТЕРАПИЯ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ:



- 1) Комплексную медикаментозную терапию с использованием современных препаратов нейротропиков, профилактику вторичных осложнений – пролежней, тромбозов.
- 2) Восстановление двигательной системы с использованием современной техники и аппаратуры.
- 3) Занятия под наблюдением профессиональных, опытных инструкторов по ЛФК, массажистов, логопедов.



# КЛИНИКА ЛЕЧЕНИЯ БОЛИ

Более 35 лет в нашей больнице применяется новый метод лечения боли – внутрикостные блокады

Боль является ощущением, хорошо знакомым каждому человеку. Практически нет людей, которые бы многократно в течение своей жизни не пережили чувство боли. Совершенно не случайно само слово «боль» коренным образом связано с такими понятиями, как больная, больница, а отклонение от нормального, здорового состояния обозначается как «болезнь». Боль и болезнь связаны в наших представлениях очень тесно!



## ВНУТРИКОСТНЫЕ БЛОКАДЫ ПРИМЕНЯЮТСЯ ПРИ ЛЕЧЕНИИ СЛЕДУЮЩИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ:

- боли в спине и пояснице при поражении межпозвоночных дисков;
- болевой синдром после операций на межпозвоночных дисках;
- лицевые и головные боли;
- вертеброгенные кардиалгии и тазовые боли;
- артрозы крупных и мелких суставов;
- фантомные боли и комплексный регионарный болевой синдром;
- диабетическая болевая полинейропатия;
- болевой синдром и спастичность при рассеянном склерозе и после инсульта;
- эритромелалгия и асептический спондилит и др.

Суть метода основана на принципиально новом понимании роли костной ткани в формировании боли. Внутрикостная блокада нормализует внутрикостное давление и снимает раздражение внутрикостных рецепторов, что приводит к уменьшению или полному исчезновению боли и других симптомов болезни на длительное время – до нескольких лет.



# ХИРУРГИЯ



В больнице проводится оперативное лечение:

- болезней желчного пузыря и поджелудочной железы;
- доброкачественных новообразований желудка, кишечника (полипы);
- заболеваний кишечника;
- грыжевых образований различной локализации;
- пластические операции.

В отделении гнойной хирургии проводится диагностика и лечение заболеваний:

- артерий и вен нижних конечностей;
- костной системы (остеомиелиты различной этиологии);
- колопроктологии (патология параректальной клетчатки, геморрой, анальная трещина, дермоидные кисты);
- воспалительных заболеваний кожи и подкожной клетчатки;
- диабетической стопы;
- длительно незаживающих, хронических ран.

Хирургия – одно из основных клинических направлений нашей больницы. Отдельный хирургический комплекс состоящий из множества специализированных отделений, в круглосуточном режиме принимает пациентов для оказания как экстренной, так и плановой медицинской помощи. Не менее ста оперативных вмешательств в неделю проводится в клинике.

В настоящее время большинство операций проводится эндоскопическим доступом, т.к. это наиболее щадящий вид оперативного пособия, который выполняется через небольшие проколы, а послеоперационный период протекает с минимальными осложнениями и не требует длительного нахождения в стационаре.



**МЕДСТРАХ**

Оформление полисов ОМС производится сотрудниками страховой компании круглосуточно по многоканальному телефону «горячей линии» 8 (495) 777-23-23, по Интернету на Email: [info@medstrakh.ru](mailto:info@medstrakh.ru) или в головном офисе страховой компании по адресу: г. Москва, ул. Верхняя Красносельская, д. 20, стр. 1.



УЧИЛСЯ СЛЕДИТЬ

# Коварства

## «ТИХОЙ ОХОТЫ»

Лес — сказочно богатая кладовая грибов и ягод, кладовая без заповорев, всегда и для всех с распахнутыми настежь дверями, вот только пользоваться этой кладовой надо умело и крайне осторожно, помнить, что здесь на каждом шагу может таиться смертельная опасность, даже когда вы выходите на «тихую охоту» — за грибами. Далеко не все грибники хорошо разбираются в своих «трофеях», что нередко приводит к отравлению — к самым тяжёлым пищевым интоксикациям со смертельным исходом. Из трёх тысяч существующих шляпочных грибов только 400 съедобны.

Злейшие враги человека — бледная поганка и её «родственницы». Они — смертельно ядовитые: даже четвертинка шляпки может стать причиной смерти. Яд бледной поганки (аманитин) не разрушается ни под действием температуры, ни при сушке. Все 100 разновидностей волоконниц — ядовиты. Ещё больше, чем в мухоморе, яда мускарина содержит говорушка беловатая. Смертельно ядовитые паутинник плюшевый и красивейший опасны ещё тем, что признаки отравления появляются лишь через 2-3 недели. Кроме названных самые тяжёлые отравления вызывают сатанинский, партерный, ложные опята, свинушка, вонючий гриб. Отравиться можно даже груздями, строчками, сморчками, волнушками при неправильной их обработке.

Признаки отравления грибами обычно появляются через час-два после еды. А бывает через 6-7 часов (бледная поганка) и даже до 2-3 не-

дель (паутинник и лепиота). Наступают тошнота, понос, рвота, боли в животе. Дополнительные симптомы в отличие от вида грибов: боль в мышцах, судороги, дыхательная и сердечно-сосудистая недостаточность, желтуха, почечная недостаточность, повышенное слюноотделение, слезотечение, усиленное потоотделение, сужение зрачка, выраженная судорога бронхов и одышка, замедление сердцебиений и снижение давления, нарушение сознания (галлюцинации, бред). Для отравления пантерным мухомором характерны, наоборот: сухость слизистых и кожи, учащение пульса, расширение зрачка.

Детский организм более чувствительный к действию токсинов, поэтому симптомы при отравлении грибами появляются быстрее и протекают тяжелее.

При появлении первых признаков отравления без промедления вызывайте «скорую помощь». До приезда



врача необходимо промыть желудок, используя для этого не менее 1,5 л воды. Спровоцировать рвоту путём нажатия ложкой на корень языка. При отсутствии поноса дать столовую ложку вазелинового или касторового масла. Принять любой из сорбентов («Активированный уголь», «Полисорб МП» и другие). Обеспечить обильное питье: минеральная вода без газа, чёрный крепкий чай. Лечь в кровать. К ногам положить тёплую грелку.

### ПОСЛЕДСТВИЯ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ ГРИБАМИ САМЫЕ СЕРЬЁЗНЫЕ.

1. При отравлении бледной поганкой смерть наступает в 40-90 процентах случаев.
2. При отравлении мухомором и говорушками при запоздалой помощи — смертность до 50 процентов.
3. При тяжёлых отравлениях разрушаются и перестают функционировать печень и почки, что требует пересадки этих органов или приводит к смерти.

Основная причина отравлений грибами — незнание их отличительных признаков, пренебрежение правилами профилактики и беспечность. Грибные яды, поражая все системы органов, могут привести к смерти за 2-3 суток. Неумение в оказании первой помощи при отравлении, промедление лишь на один-два дня с обращением к врачу — часто являются причиной смерти пострадавшего. Организм самостоятельно не в состоянии нейтрализовать грибные яды. Только своевременное полноценное лечение даёт шанс на спасение пациента.

### ЧТОБЫ НЕ ОТРАВИТЬСЯ ГРИБАМИ НУЖНО СТРОГО СОБЛЮДАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА:

1. Брать только известные грибы. При малейшем сомнении гриб надо выбрасывать, не допуская совместного его пребывания с уже собранной партией.
2. Нельзя собирать старые, червивые грибы.
3. Не пробовать их сырыми на вкус.
4. Внимательно осматривать каждый гриб, обращая внимание на цвет шляпки, губки, наличие и цвет пластинок, на ножку и наличие кольца на ней.
5. Собирать нужно в корзину, а не в пакет.
6. Нельзя собирать у дорог и предприятий, в радиационной зоне.
7. Долго не хранить, готовить сразу же.
8. Любые грибы перед приготовлением обязательно отваривать и отвар выливать.
9. Не готовить в домашних условиях грибные консервы.
10. Не оставлять в лесу детей без присмотра.

#### Советы грибнику

- Легкая и удобная одежда и обувь
- Взять компас
- Идти за грибами лучше рано утром
- Для лучшего поиска обзавестись палочкой 90-100 см

#### Советы хозяйкам

- Хранить грибы не более 2-3 часов
- Необработанные грибы хранить только в холодильнике или погребе
- Не пробовать сырые грибы
- Не солить и не мариновать грибы в оцинкованной и алюминиевой посуде



#### Категории грибов по пищевой ценности

- 1 Белый гриб, груздь настоящий и рыжик
- 2 Желтый груздь, подгруздок белый, шампиньон, подосиновик, масленок поздний
- 3 Сморок, строчок, лисичка, моховик, подберезовик, опенок осенний, валуй, сыроежка, волнушка
- 4 Козляк, зеленка, рядовки, сыроежка охристая, подгруздок черный, груздь черный и перечный, краснушка



#### Как собирать

- Не брать незнакомые грибы
- Гриб следует не срезать, а выкручивать из земли
- Для сбора использовать ивовые корзины
- Класть гриб шляпкой вверх
- Не брать старые и переспелые грибы



#### Где собирать

Наибольшее скопление грибов в березовых рощах, смешанных, лиственных и хвойных лесах



#### Когда собирать

Со второй половины августа до конца сентября. В это время появляются боровики, рыжики, осиновики, березовики, моховики, грузди, рыжики, белые волнушки

Грибы нельзя собирать в городе или около шоссе, т.к. концентрация вредных веществ в таких грибах превышена

Грибы, собранные в местах, где наблюдалось длительное и сильное задымление от лесных пожаров, предварительно нужно несколько дней отмачивать в воде, чтобы все вредные вещества, которые грибы впитали в себя, ушли

Грибы из лесов, которые пострадали от пожара, можно употреблять в пищу, при условии, что леса ранее не были загрязнены химией или радиацией

Шар Здоровья

И.о. главного редактора:  
Л.В. Краснокутская

Свидетельство о регистрации СМИ:  
ПИ № ТУ50-61903 от 12.02.2014 г.

Электронная почта:  
info@medstrakh.ru

Отпечатано АО «Красная Звезда», 123007, г. Москва, Хорошевское шоссе, д. 38

#### Учредитель:

Общество с ограниченной ответственностью «Медицинская страховая компания «МЕДСТРАХ»

<http://www.roddom4.ru>

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Москве и Московской области.

Адрес редакции:  
107140 г. Москва, ул. Верхняя Красносельская, дом 20, стр. 1  
Тел.: +7 (497) 777-23-23

Выходит ежемесячно

Распространяется бесплатно в Юго-Западном административном округе г. Москвы

Тираж: 100 000 экз.  
Заказ: № 1842-2017  
Подписано в печать: 29.03.2017

<http://www.woman13.ru>

<http://www.gkb64.ru>