

## В Лесном начались диспансеризация и профилактические медицинские осмотры населения

С апреля 2013 года в Лесном во исполнение приказа Министерства здравоохранения РФ начались диспансеризация и профилактические медосмотры населения.

Проведение их направлено на раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности. Кроме того, диспансеризация направлена на выявление и коррекцию основных факторов риска развития указанных заболеваний.

Диспансеризация проводится 1 раз в 3 года, профилактический медосмотр – 1 раз в 2 года. В год прохождения диспансеризации профилактический медицинский осмотр не проводится.

**Диспансеризации подлежат** лица, которым в 2013 году исполняется: 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39, 42, 45, 48, 51, 54, 57, 60, 63, 66, 69, 72, 75, 78, 81, 84, 87, 90, 93, 96, 99 лет.

**Профилактические медосмотры должны пройти** лица, которым в 2013 году исполняется: 18, 19, 20, 22, 23, 25, 26, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40, 41, 43, 44, 46, 47, 49, 50, 52, 53, 55, 56, 58, 59, 61, 62, 64, 65, 67, 68, 70, 71, 73, 74, 76, 77, 79, 80, 82, 83, 85, 86, 88, 89, 91, 92 года.

**Где проходят диспансеризацию и медосмотры?**

Граждане проходят диспансеризацию и профилактический медицинский осмотр в медицинской организации, в которой они получают первичную медико-санитарную помощь: в поликлинике для взрослых; для работников комбината ЭХП – в поликлинике комбината.

Ваш участковый врач или участковая медицинская сестра подробно расска-

жут вам, где, когда и как можно пройти диспансеризацию, согласуют с вами ориентировочную дату (период) прохождения диспансеризации или профилактического медосмотра.

**Как их пройти работающему человеку?**

Согласно статье 24 Федерального закона РФ от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» работодатели обязаны обеспечивать условия для прохождения работниками медицинских осмотров и диспансеризации, а также беспрепятственно отпускать работников для их прохождения.

Если вы в текущем или предшествующем году проходили медицинские исследования, возьмите документы, подтверждающие это, и покажите их медицинским работникам перед началом прохождения диспансеризации.

Регулярное прохождение диспансеризации позволит вам в значительной степени уменьшить вероятность развития наиболее опасных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и смертности населения нашей страны или выявить их на ранней стадии разви-

# Мероприятия по предупреждению и выявлению заболеваний



тия, когда их лечение наиболее эффективно.

За справками обращаться по телефонам:

- Поликлиника для взрослых:
  - регистратура – 3-68-23;
  - зав. оргметодкабинетом Тамара Павловна Медведская – 3-10-31;
  - зав. кабинетом профилактики Ольга Вячеславовна Мурашова – 3-14-58;
  - старшая медицинская сестра Татьяна Михайловна Сарнацкая – 3-11-32.
- Поликлиника комбината:
  - зав. терапевтическим отделением Ирина Владимировна Божко – 5-00-20;
  - старшая медицинская сестра Марина Владиславовна Бакуненко – 3-85-73.

**О. МУРАШОВА, заведующая кабинетом профилактики ЦМСЧ № 91.**

## О выплате пенсий в праздничные дни

Доставка пенсии за праздничные дни будет производиться в следующем порядке.

Предприятия федеральной почтовой связи осуществляют доставку пенсий и других выплат за 1 мая – 2 числа, за 9 мая – 7, 8 числа, в остальные дни – в соответствии с графиком выплаты.

Соб. инф.

## О работе ЦМСЧ № 91 в праздники

В период майских праздников – со 2 по 12 мая – учреждения здравоохранения Лесного будут работать по следующему графику:

9 мая – праздничный день;  
2, 4, 5, 10, 12 мая – выходные дни.  
3-го и 11-го мая амбулаторно-поликлиническая служба (городская, заводская, детская и стоматологическая поликлиники) будут работать по графику субботы.

Отделение скорой и неотложной медицинской помощи функционирует в обычном режиме, телефоны: 03, 3-74-54.

Инф. пресс-службы ЦМСЧ № 91.

## Для творческих людей

Уважаемые горожане! С 22 по 24 мая этого года в Лесном пройдет выставка-конкурс работ художественного и декоративно-прикладного творчества инвалидов.

Организуют мероприятие общественные объединения инвалидов, администрация, отдел культуры, МБУ «МВК», Управление социальной политики по г. Лесному.

Номинации: живопись, графика, вышивка, гобелен, батик, вязание, макраме, оригами, квиллинг, лепка и керамика, бисероплетение, оригинальные изделия из природных и подручных материалов.

Участниками творческого состязания могут быть инвалиды старше 18 лет.

Принимаются работы, выполненные в период с 2011 по 2013 год. Приглашаем принять участие всех желающих.

Заявки направлять в УСП по г. Лесному по адресу: г. Лесной, ул. К. Маркса, д. 8, каб. № 4 (здание администрации ГО «Город Лесной») до 15 мая. Контактные телефоны: 6-87-17, 6-87-19.

Л. МЕЛЬНИКОВА, начальник УСП по г. Лесному.

## Участвуйте в выставке цветов!

9 мая в «Юности» по традиции откроется городская выставка цветов и домашних растений «Весенний салют».

Она посвящена Дню Победы. Но 2013-й объявлен Годом экологии, поэтому организаторы мероприятия предложили горожанам стать участниками конкурса поделок и макетов на тему «Охрана природы – охрана Родины». Справки по тел. 6-82-20.

Соб. инф.

## Помощь уральским бизнесменам

Свердловский областной фонд поддержки малого предпринимательства объявил о предоставлении субсидий на возмещение части расходов на уплату процентов по кредитам.

В рамках программы господдержки предпринимательства в 2013 году субсидии предоставляются бизнесменам, привлекающим в российских кредитных организациях кредиты на строительство для собственных нужд производственных зданий, строений, сооружений, а также кредиты на приобретение оборудования для создания и (или) развития и (или) модернизации производства товаров (работ, услуг). Кредит должен быть привлечен в российской кредитной организации не ранее 01.01.2008 года и составлять более 3 млн. руб. Предельный размер поддержки по всем поданным заявкам не может превышать 10 млн руб.

Согласно положению, предпринимателям возмещается часть затрат – не более 2/3 ставки рефинансирования ЦБ РФ на дату заключения кредитного договора.

Положение о предоставлении субсидии доступно на сайте Свердловского областного фонда поддержки малого предпринимательства [www.sofp.ru](http://www.sofp.ru).

С сайта администрации Лесного.

## О выездном центре занятости

Уважаемые граждане! В мае 2013 года в п. Таежный будет работать выездной центр занятости при ГКУ «Лесной центр занятости».

Место приема граждан: ДК «Родник», фойе.

Дата приема: 6 мая, 20 мая.

Часы приема: с 10.00 до 11.00.

Для получения государственной услуги по подбору подходящей работы гражданин предоставляет:

\* паспорт гражданина Российской Федерации или документ, его заменяющий;

\* индивидуальную программу реабилитации инвалида, выданную в установленном порядке и содержащую заключение о рекомендуемом характере и условиях труда.

Для регистрации в качестве безработного гражданин предоставляет:

\* паспорт гражданина Российской Федерации или документ, его заменяющий;

\* трудовую книжку или документ, ее заменяющий;

\* документ, удостоверяющий профессиональную квалификацию;

\* справку о среднем заработке за последние 3 месяца по последнему месту работы (с учетом районного коэффициента);

\* индивидуальную программу реабилитации инвалида, выданную в установленном порядке и содержащую заключение о рекомендуемом характере и условиях труда.

В. МЕЛЬНИК, директор ГКУ «Лесной ЦЗ».

# Интернет-зависимость – «ЧУМА XXI ВЕКА»

## Новая проблема человечества

Интернет, появившись в России в 90-х гг. XX века, стал одним из наиболее динамично развивающихся явлений современного общества.

С ростом его аудитории (она составляет уже около 600 млн. человек) Интернет становится средством глобальной коммуникации, объединяющей мировые информационные ресурсы в единую систему.

Она дает возможность получения постоянно обновляющейся нужной информации, общения, знакомства с новыми людьми, обеспечивая самое необходимое человеку для удовлетворения умственных и социальных потребностей, фактически – обязательный элемент нашей сегодняшней жизни. Однако информационная революция несет с собой не только новые возможности, но и новые проблемы. В связи с интернетизацией российского общества стала актуальной проблема патологического использования Интернета – интернет-зависимости. В самом общем виде интернет-зависимость определяется как «нехимическая зави-



ся не в состоянии полноценно функционировать в реальном мире. Поведенчески это проявляется в том, что люди настолько предпочитают жизнь в Интернете, что фактически начинают отказываться от своей «реальной» жизни, проводя до 18 часов в день в виртуальной реальности.

Можно выделить три стадии развития интернет-зависимости:

1. Стадия легкой увлеченности. Человек получает удовольствие в Интернете, этому сопутствуют положительные эмоции. Он стремится повторить действия, доставляющие удовольствие, удовлетворяющие его потребности;

2. Стадия увлеченности. Деятельность в Интернете принимает систематический характер;

3. Стадия зависимости. Если человек не имеет постоянного доступа

к Интернету, он начинает чувствовать неудовлетворенность, испытывает отрицательные эмоции, впадает в депрессию.

Выделяют следующие симптомы, характерные для интернет-зависимых:

**Психологические симптомы:** хорошее самочувствие или эйфория за компьютером; невозможность остановиться; увеличение количества времени, проведенного за компьютером; пренебрежение семьей и друзьями; ощущение пустоты, раздражение, возникающее при любой деятельности, не связанной с компьютером; скрывание от членов семьи правды о своей деятельности; проблемы с работой и учебой;

**Физические симптомы:** синдром карпального канала (туннельное поражение нервных стволов руки, связанное с длительным перенапряжением мышц); сухость в глазах; головные боли, мигрени; боли в спине; нерегулярное питание, пропуск приемов пищи; пренебрежение личной гигиеной; расстройства сна, изменение режима сна.

Согласно проведенным исследованиям, опасными предвестниками интернет-зависимости являются: навязчивое стремление постоянно проверять электронную почту; ожидание следующего онлайн-сеанса; увеличение времени, проводимого в сети; увеличение количества денег, расходуемых на Интернет.

Если возникли вопросы или желание обсудить данную проблему, обращайтесь в ГБУ СОИ СО «СРЦН города Лесного» по адресу: ул. Орджоникидзе, 16а, или по телефону 3-68-47.

Ольга АБРАМОВА, социальный педагог ГБУ СОИ СО «СРЦН города Лесного».

