

Здоровье

Сердечный ритм

Как возникают перебои в нашем «моторе» и можно ли от них избавиться

Мария САГАН
Фото автора

Ежегодно от сердечно-сосудистых заболеваний в мире умирают около 17,5 млн человек, и в первую очередь – от осложнений ишемической болезни сердца. По уровню смертности от ишемии наша страна занимает одно из лидирующих мест.

БОЛЕЗнь – ОТ НЕРВОВ И ПРОСТУД

Речь идет не только о злоупотреблении алкоголем и табаком, но и о постоянных стрессах. Бешеный ритм жизни, приверженность к быстрому питанию, работа в офисе и отсутствие физической нагрузки, работа сутками, хроническая усталость также могут спровоцировать начало стенокардии. А вот миокардиты сейчас все чаще возникают в результате простуды, перенесенной на ногах. Но так как болезни сердца порой довольно «отодвинуты» во времени от ангины, то сопоставить заболевания и найти причинно-следственные

связи бывает достаточно трудно. Одна из причин возникновения сердечно-сосудистых заболеваний – лишний холестерин. Холестериновые бляшки откладываются на сосудах не просто так. Этому способствует также образ жизни человека и лишний вес.

НА ЧТО ЖАЛУЕТЕСЬ?

Болезни сердца всегда проходят по определенному сценарию. Больные жалуются на боль или покалывание в сердце, неприятные ощущения

По данным статистики, в 2016 году в России умерло свыше 60 тысяч человек от осложнений сердечно-сосудистых заболеваний. Это в два-три раза больше по сравнению с тем, сколько людей гибнет в дорожно-транспортных происшествиях и от инфекционных заболеваний.

в груди, нарушение сердечного ритма, головные боли, тяжесть в левой половине тела, одышку. Но



не способны отличить приступ грудного остеохондроза, обострение гастрита или изменения в позвоночнике от истинной боли в сердце. В итоге главным помощником кардиолога становятся различные методы функциональной диагностики. От простой электрокардиографии (в том числе с нагрузками) до велоэргометрии и холтеровского мониторирования. Отличным методом диагностики является также УЗИ сердца или эхокардиография.

не за каждым таким приступом кроется настоящее сердечно-сосудистое заболевание. Нередко люди

не за каждым таким приступом кроется настоящее сердечно-сосудистое заболевание. Нередко люди, то многих осложнений можно избежать. И даже полностью излечиться, контролируя возникновение сердечных заболеваний в дальнейшем. Конечно, если пациент будет принимать лекарства курсом, а не до того дня, как ему стало легче.

По мнению кардиолога Тверской железнодорожной больницы Лилии Дроздовой, основная причина современных сердечных заболеваний напрямую связана с нашим образом жизни.

Но лучше все же не болеть. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний проста: больше двигаться и соблюдать диету. По словам Лилии Юрьевны, современному человеку необходимо проходить не меньше трех километров в день достаточно бодрым шагом, ну и обязательно – отдыхать. Не все же время нам работать!

В марте в железнодорожной больнице на станции Тверь действует специальное предложение на прием кардиолога с регистрацией ЭКГ.

Обращайтесь в Тверскую железнодорожную больницу.
И будьте здоровы!
Услуги предоставляются по адресу:
г. Тверь, ул. Арсения Степанова, д. 2а.
Запись по тел. (4822) 422-544.
Сайт: www.okbtver.ru



БЕГОМ ОТ ИШЕМИИ

Заболевания сердца не приговор, успокаивает своих пациентов Лилия Дроздова. Если болезнь была своевременно выявлена и выбрано правильное лечение,

ОБРАЗОВАНИЕ

Заготовки молот бьет

Школа реализует социальный проект для девятиклассников «Я б в рабочие пошел»

Анатолий БАБКИН
Фото Александра ПАНОВА

«Рынок труда», «профессиональные вакансии», «престижные и непрестижные профессии» – с такими понятиями знакомятся девятиклассники тверской школы № 15. Здесь реализуется социально значимый проект «Я б в рабочие пошел».

Школьный проект рассказывает девятиклассникам о возможностях различных профессий, помогает разобраться с личными предпочтениями и правильно оценить свои возможности. Так, девятиклассники прошли диагностику на выявление профессиональной склонности. Предприниматели с удовольствием показали свои мини-мастерские, парикмахерские, пекарни. В школе также прошел конкурс видеороликов «Горячая пятерка профессий XXI века» и появилась информационная и агитационная «Галерея рабочих профессий», которая поможет сделать осознанный выбор.

Способствуют выбору будущей профессии и деловые партнеры проекта – крупные региональ-

ные предприятия. Среди них завод «Центросвармаш», мультипродуктовый холдинг «Афанасий», ОАО «Тверской вагоностроительный завод». Недавно в целях профориентационной работы школу посетила студенческая агитбригада Тверского химико-технологического колледжа. Студенты рассказали о колледже и специальностях с помощью презентации, а также в стихотворениях, танце и песне.

Создать и модернизировать к 2020 году 25 миллионов высокотехнологичных рабочих мест – такую трудновыполнимую, но реализуемую задачу поставил Владимир Путин перед Правительством РФ. При этом Президент имел в виду не только создание рабочих мест заново, но и трансформацию уже имеющихся рабочих мест в высокопроизводительные и современные. Эти меры, по мнению Президента, должны привести к росту производительности труда и налоговых отчислений, а также повышению уровня жизни населения. Проект тверской школы № 15 способствует достижению поставленной цели.



Школьный проект способствует выбору рабочей профессии

Афиша

ЛЕГЕНДА



ЛЕОНИД ФЁДОРОВ.
10 марта, 19.00,
«BIG VEN»

Последние годы музыкант, композитор, фронтмен известной рок-группы «Аукцыон» Леонид Фёдоров только тем и занимается, что удивляет почтенную публику разного рода экспериментами, которые на ура воспринимаются и простыми слушателями, и критиками. В Твери он сыграет долгожданный сольный концерт.

РОК



«АНДЕМ». 10 марта,
20.00, «MUSIC BOX»

Это нетипичное для российской тяжелой музыки профессионализм и, конечно, уникальные голоса одних из самых востребованных металл-вокалистов России. Один из лучших имиджевых молодых российских музыкальных коллективов, использующих в своем творчестве ведущий женский вокал.

ТАНЦЫ



ФЛАМЕНКО-ШОУ.
11 марта, 19.00,
ДК «МЕТАЛИСТ»

Звезды испанского фламенко – Erik Steen (гитара), Gustavo Rey (вокал), Valter Kipbom (ударные), PIA «Del norte» (танцы) – представят свое зажигательное шоу «Музыка и танец! Страсть и огонь!». Фламенко – это искусство, основа которого – танец, сопровождаемый гитарным аккомпанементом, пением, речитативом.

КОНЦЕРТ



«7Б». 11 марта,
20.00, «MUSIC BOX»

Неоднократные участники фестиваля «Нашествие», лидеры «Хит-парада двух столиц» на радио «Максимум» и «Чартовой дюжины» на «Нашем радио», авторы хитов «Молодые ветра», «Неизвестный солдат», «Осень», «Некрещеная луна» и многих других, отметят традиционным концертом в Твери день рождения своей группы.

ПРЕМЬЕРА



«БОЛЬШАЯ МЕХОВАЯ ПАПА».
11 марта, 17.00, ТЮЗ

Для героев истории нет ничего важнее, чем быть рядом со своими родителями. Но иногда, даже находясь рядом со взрослыми, дети вынуждены бороться за их внимание и заботу. Ради этого они отправляются в опасное путешествие, жертвуют любимыми игрушками, плывут по холодной реке в Феюнову бухту.

КОНКУРС



МИСС ПОЛИТЕХА.
15 марта, 18.30,
ДК «ХИМВОЛОКНО»

В финале состязания за победу сразятся 10 неотразимых, интеллектуальных девушек Тверского государственного технического университета. Это конкурс «Мисс студенчество», поэтому в каждой конкурсантке должно сочетаться много качеств: ум, обаяние, элегантность, грация, креативность и непредсказуемость.