7 АПРЕЛЯ—ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

НАША ЗДРАВНИЦА

Наш заводской
профилакторий
в густом красуется бору.
Обходимся без евпаторий
и в лютый холод,
и в жару.
Везде ковровые дорожки
и света теплые тона,
узоров мягкие наброски
и кабинетов тишина.
Улыбок вежливых
подарки,
набор лечебных процедур,
и пестрота нарядов
ярких,
задорный смех и каламбур.
Незыблем здесь и строг
порядок,
Не видно спешки, суеты.
Душа поет от нежных
взглядов
и от сиянья красоты.
Хандра подвластна
эскулапам.
Живи, красуйся,
человек!
Смелей шагай по жизни
трапу —
ты исцелен на целый век.

Василий НЕЧАЕВ.

ФИЗИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ЛЕЧЕНИЯ

Применение физических факторов с лечебной целью называется физиотерапией (от греческих слов «физис» — природа и «терапия» — лечение). Применяются естественные, природные факторы — климатолечение, гидротерапия, минеральные и радоновые воды и искусственные, то есть лечение с помощью специальных аппаратов.

Какова же роль физиотерапии, какое место принадлежит ей среди других медицинских дисциплин?

Сегодня физические методы лечения стали неотъемлемой частью комплексной терапии большинства заболеваний.

Увлекаясь медикаментами, люди часто забывают о других, не менее могучих средствах борьбы с болезнями, и в первую очередь — о целебных силах природы.

Богатая природа Сибири и развитая сеть санаториев-профилакториев, в которых могут получать лечение люди без отрыва от производства, играют большую роль в лечении различных заболеваний. Даже кратковременный отдых на лоне природы снимает усталость, восстанавливает работоспособность, предупреждает развитие ряда заболеваний. И все это — без применения лекарственных средств.

Лекарственные препараты играют большую роль в лечении различных заболеваний, но нередко вызывают побочные явления, аллергию организма. У многих больных существует непереносимость к лекарствам. Лечение же физическими факторами позволяет подобрать для данного больного разовую дозу непосредственно во время процедуры. Если появятся признаки передозировки во время процедуры, то можно уменьшить время воздействия или отменить процедуру.

Физиофакторы нашли применение в комплексном лечении, так как они нетоксичны, не вызывают болевых ощущений, обладают успокаивающим и противовоспалительным действием.

Это многообразие действий способствует повышению сопротивляемости болезням. Подобно лекарственным средствам, различные виды физических факторов назначаются в разные периоды болезни.

Эффект лечения зависит от того, как и когда принять процедуру. Наспех принятое лечение не дает желаемого результата. Перед процедурой больной должен обязательно минут 10—15 отдохнуть, после лечения не рекомендуется сразу же выходить на мороз, на ветер, надо тоже отдохнуть 15—20 минут.

В нашем городе в поликлинике работает три кабинета, где проводится физиолечение. Часы работы кабинетов позволяют принимать лечение людям, работающим в разные смены.

Ежедневно прием ведет врач-физиотерапевт, который назначает физиопроцедуры, наиболее показанные для больного при данном заболевании.

Выдающийся организатор советского здравоохранения З. П. Соловьев писал: «Основной курс, который будет взят лечебной медициной, — это курс на широкое использование физических методов лечения. Поставить человека как можно ближе к природе — этому громадному резерву лечебных средств — вот благородная задача, которую до сих пор не может ставить перед собой капиталистический мир».

Т. ПРОХОРЕНКО,
заведующая физиотерапевтическим отделением.

ТВ

6 АПРЕЛЯ.

8.00 «Время». 8.35 Утренняя гимнастика. 8.50 «Стратегия победы». Фильм 6-й. «Стальной плацдарм». 9.50 Всесоюзный телевизионный конкурс «Товарищ песня». Передача из Ташкента. 10.25 «Больше хороших товаров». 10.55 «Экспресс в Стамбул». Художественный телефильм. 4-я серия. 11.50 «Семейная традиция». Премьера документального телефильма. 12.15 «Мир растений». 13.05 «Круг чтения». 13.50 «Семья и школа». 14.20 Шестой Международный фестиваль телевизионных программ о народном творчестве «Радуга». «Искусство Ка Чу» (Вьетнам). 14.45 «Сегодня в мире». 15.00 «Однажды выбранный путь». Фильм 1-й. «В свои семнадцать лет». 16.00 Беседа политического обозревателя В. П. Бекетова. 16.30 Мультфильм. 16.55 «Очевидное— невероятное». 17.55 Беседа Ю. А. Жукова. 18.25 «Без семьи». Премьера художественного телефильма, 1 и 2-я серии. 21.00 «Время». 21.35 Народная артистка СССР Е. Гоголева читает стихи и прозу русских и советских авторов. 22.10 Концерт артистов оперетты.

7 АПРЕЛЯ.

8.00 «Время». 8.40 «На зарядку становись!». 8.55 К Дню геолога. Документальные фильмы. 9.40 14-й тираж «Спортлото». 9.50 «Будильник». 10.20 «Служу Советскому Союзу!». 11.20 «Здоровье». 12.05 «Утренняя почта». 12.35 «Сельский час». 13.35 «Музыкальный киоск». 14.05 «Народный артист СССР Р. Плятт читает рассказы А. П. Чехова». Фильм-концерт. 15.10 Мультфильм. 15.30 «Сегодня— День геолога». В передаче принимает участие министр геологии СССР Е. А. Козловский. 16.00 Концерт для геологов. 17.00 «Инициатива коллектива». Передача 2-я. 18.00 «Международная панорама». 18.45 «Привет с фронта». Художественный телефильм. 20.05 «Клуб путешественников». 21.00 «Время». 21.35 «Джазовая панорама». 22.10 «Изобразительное искусство». Обозрение.

Природа и человек

АПРЕЛЬ-ВОДОЛЕЙ

Едва вступил на свой пост апрель-водолей, как тут же ручьям волю дал. «Апрельские ручьи землю будят»,— сказывают в народе. Эту благодатную пору очень точно подметил А. С. Пушкин:

Гонимы вешними лучами,
С окрестных гор уже снега
Сбежали мутными ручьями
На потопленные луга.

Заиграли они, запели вдоль дорог, по логам и оврагам на все лады. Все ликует вокруг. Сбросив снега, зачернели, запарили опушки лесов и поляны. Они заливаются птичьими голосами, по ним шныряют красавцы-косачи, бьются на рыцарских турнирах.

Журавли-кликуны громким курлыканьем всю окрестность всколыхнули. И словно им в ответ, вода в реке, сил набравшись, взламывает лед. Отсюда и пошло образное народное выражение — «весна воды». Этот период примерно совпадает в наших краях с прилетом всем известной симпатичной трясогузки, которую кое-где даже именуют ледоломкой. Народная наблюдательность увековечила связь прилета трясогузки с ледоходом приметой-поговоркой: «Ледоломка прилетела — хвостиком лед разбила».

Лес еще полон снега, но там, где проталины обозначились, зеленью травка заблестела.

Под ласковым весенним ветерком в конце апреля, через один-два дня после начала сокодвижения у берез показываются изящные колокольчатые цветки сон-травы, или прострела, которые у нас обычно называют подснежниками. Что-то чисто сибирское — крепкое, здоровое, жизнелюбивое есть в этом вестнике долгожданной сибирской весны.. Не зря наши далекие предки — славяне Киевской Руси — называли этот месяц поэтично — «цветным». А в переводе с древнеримского языка на русский «апрель» означает — «согретый Солнцем». Тут, как говорится, комментариев не надо.

Но апрель и забавником еще нарекли. Пробуждая природу, он не прочь и с зимой побраничать. А та, лелея тайную мысль, готова побалагурить с ним. На вечерней зорьке бодрящим холодком пройдется вокруг и скорее норовит его, проказника, на ночной покой отправить. И тут же за дело принимается, стремясь хоть малость восстановить то, что апрель за день натворил: здесь льдом ручьи скует, там на оголенное поле иневое покрывало набросит и, вихрем пройдясь, снежком припудрит. А сугробы, что в оврагах, логах и в лесу уцелели, в латы из наста нарядит — авось перед Солнцем устоят!

Но проснется с наступлением утра апрель, ясным солнечным взглядом окинет землю, лукаво улыбнется и... от воздвигнутых преград ничего не остается. Недаром говорят: «Весна днем красна».

Еще громче, еще призывнее начинают звенеть ручьи, гулко шумят, сталкиваясь, льдины на реках, полных воды. И сугробы сдают, грузно оседая, дробя изрешеченную лучами солнца настовую броню.

... Мы уже около часа стоим на опушке соснового леса, близ Сосновки. Стоим и молчим, изредка обмениваясь восторженными взглядами. Буйная поступь весны заворожила нас, настроила на мысли об этом удивительном месяце контрастов, месяце капели и заморозков, дождей и снегопадов, большой воды и ледохода, гомона птиц и первых цветов, месяца сладких «слез» берез и первородных запахов земли...

— Да, так и чувствуешь мощное дыхание весны! — воскликнул мой товарищ. — Кажется, природа не просто просыпается, а заново рождается....

А. ТАРАСКО.

Эстонская ССР. В Таллине на выездном заседании Всесоюзного художественного совета по оценке работ с фестивальной символикой дипломы Советского подготовительного комитета XII Всемирного фестиваля молодежи и студентов присвоены лучшим изделиям предприятий различных отраслей промышленности республики.

На снимке: молодежные спортивные сумки с символикой фестиваля, выпускаемые кожевенно-галантерейным комбинатом «Линда», были удостоены дипломом Подготовительного комитета.

Фотохроника ТАСС.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

УНИКАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ

Даже в лютые морозы не замерзает огромная полынья в истоке Ангары — единственной реки, вытекающей из озера Байкал. Этот уникальный уголок природы, где зимуют водоплавающие птицы, объявлен охраняемой территорией.

Геологи полагают, что около двухсот тысяч лет назад на этом месте возвышался сложенный крепкими гранитами хребет, но своенравная «Дочь» Байкала разрушила его. Свидетельство тому — пограничное дно реки с поднимающейся над ее гладью скалой Шаман-Камень. Сюда подступают глубинные теплые воды озера, а поскольку скорость потока достигает трех-четырех метров в секунду, полынья не замерзает на большой площади. Минувшая суровая зима сократила ее размеры, однако количество пернатых не уменьшилось. Здесь живут многочисленные стаи гоголей, морянок, чернетей и других —более десяти тысяч птиц. Местные жители называют их одним словом — ангарки.

По мнению орнитологов, это название оправдано: на зимовку остается не случайная, а экологически особая группа водоплавающих, с давних времен приспособленная к суровым условиям жизни. Оставалось лишь загадкой, где ночуют птицы, каждый вечер покидающие исток и утром появляющиеся вновь. Согласно одной из гипотез, они улетают на горячие ключи и незамерзающие речки южного берега Байкала. Однако наблюдения специалистов подтвердили другое предположение: утки ночуют прямо на льду. Плотное оперение и жировые отложения дают возможность ангаркам переносить большие холода. Тем более, что на ночевку они располагаются посреди торосов, защищающих от ветра. «Греет» и сам Байкал, ведь температура воздуха в котловине озера на несколько градусов выше, чем на побережье.

Остается до конца не выясненным, куда птицы улетают летом. Ученые считают, что гнездятся они тоже на Байкале, только гораздо севернее, где много заповедных уголков. Принимаются меры и по охране мест зимовки. В истоке Ангары строго запрещены охота, рыбная ловля, добыча камня и гравия.. Предполагается оборудовать несколько смотровых площадок для туристов.

В. ХОДИЙ,
корр. ТАСС.

ДЛЯ ВАС, РЕБЯТА

«ЕГОРКА»

Эта смешная и трогательная история началась в тот день, когда пограничный катер подобрал в открытом море медвежонка. Вместе со спасательным обломком дерева его занес сюда бушевавший накануне ураган. Лесного пришельца переправили на большой корабль, где он сразу стал любимцем команды. Особенно привязался к нему кок Наливайко —сибиряк и сын лесника.

Сколько хлопот и радостных минут матросам доставил Егорка? То залезет в постель к сонному моряку, то перевернет всю коку Наливайко. Но будущее веселого медвежонка оставалось неясным. Для самостоятельной лесной жизни он был еще слишком мал, а обрекать своего друга на клетку в зоопарке моряки решительно не хотели. Конечно, хорошо было бы оставить Егорку на корабле, но ведь вот-вот должен вернуться из отпуска грозный боцман Топорщук... Что делать? Как поступят моряки с Егоркой?

«ГРАЖДАНЕ ВСЕЛЕННОЙ»

События этой веселой комедии для детей начинают разворачиваться с того момента, как Дима Голованов обнаружил в почтовом ящике загадочное послание в блестящем металлическом футляре. Внутри футляра находился лоскут материи, в котором сообщалось, что «дорогой друг, то есть Дима, приглашается на встречу с... инопланетянами». И, разумеется, это приглашение он должен был сохранить в строгой тайне. Но...

Приглашаем ребят посмотреть эти фильмы.

И. ПОНОМАРЕВА,
директор кинотеатра «Юность».

Редактор
В. А. ЛОГИНОВ.

ПРИГЛАШАЕМ НА ГОРОДСКУЮ ЯРМАРКУ!

13 апреля 1985 года с 10 утра в районе магазина «Спорт» проводится городская ярмарка. В ярмарке примут участие предприятия торговли и общественного питания городов Гурьевска, Салаира, Беловского района, предприятия бытового обслуживания.

Горторготдел.

Продается изба в Гурьевске по пер. Центральному, 4. Обращаться: ул. Луначарского, 14.

Срочно продается дом в Гурьевске ул. 40 лет ВЛКСМ, 65.

Коллектив прокатного цеха Гурметзавода имени М. К. Курако скорбит по поводу безвременной смерти бывшего работника цеха, ветерана труда

АСТАНИНА
Павла Григорьевича

и выражает глубокое соболезнование родным и близким покойного.

НАШ АДРЕС: 652680 г. Гурьевск, ул. Партизанская, 43. ТЕЛЕФОНЫ РЕДАКЦИИ: редактора — 22-26, зам. редактора, отдела промышленности — 23-42, ответственного секретаря — 21-93, отдела партийной жизни — 22-50, отдела культуры и писем трудящихся — 23-16, бухгалтерии — 28-65, старшего мастера типографии — 37-64.

Беловское полиграфобъединение управления издательств, полиграфии и книжной торговли Кемеровского облисполкома. Белово, ул. Чкалова, 18.

Объем — 1 печатный лист газеты «Правда». Офсетная печать. Тираж 10470 экземпляров. Зак. 1756.