

ТАЛДАУ ХАБАРШЫСЫ

Талдықорған



Республиканская информационно - медицинская газета

№ 18-19 (380-381)

17 мая 2018 года

E-mail: darigeralm@mail.ru

Газета выходит с 20 октября 2010 года



Здоровье и знания - Ваше процветание!



"ЧУЖИЕ" - ЕСТЬ ЛИ ОНИ НА ЗЕМЛЕ?

Люди, которые утверждают, что были похищены пришельцами, рассказывают, что на борту космических кораблей, называемых НЛО...

Стр. 2



БАЛАЛАРДЫҢ ОҚУ ЖҮКТЕМЕСІНЕ ҚОЙЫЛАТЫН...

Президент Н. Назарбаев Қазақстан халқына жыл сайынғы Жолдауында Қазақстандағы оқушылардың жүктемесі ТМД елдерінің ішінде ең...

4-бетте



ЧТО ТАКОЕ ГОБМП И ЗАЧЕМ НУЖНА ЕГО ОПТИМИЗАЦИЯ?

В Казахстане каждый гражданин может получать бесплатную медицинскую помощь - это и есть гарантированный объем бесплатной медицинской...

Стр. 5

ВИЗИТ ПРЕЗИДЕНТА В АЛМАТИНСКУЮ ОБЛАСТЬ



Стр. 3



НИЗКИЙ ВАМ ПОКЛОН, МЕДСЕСТРЫ!

Среди всех работников больницы, медсестра - это именно тот человек, который в самую трудную минуту поддержит и поможет. Для безрукого...

Стр. 8



КҮРЕҢБЕЛ ӨҢІРІНДЕГІ ҚАЖЫРЛЫ ЕҢБЕК

Ресми мәліметтерге жүгінсек, бүгінде Кербұлақ ауданында 50 мыңға жуық халық, соның ішінде 35 мыңнан астамы ересектер, 25 мыңнан астамы әйелдер...

9-бетте



ҚАЖЫРЛЫ ЕҢБЕК ИЕЛЕРІ

Ел денсаулығын қорғауда қажырлы еңбек етіп жатқан Қаратал ауданының медиктері "Денсаулық" мемлекеттік бағдарламасы аясында бірыңғай міндетті...

9-бетте

НИЗКИЙ ВАМ ПОКЛОН, МЕДСЕСТРЫ!

ЕЖЕГОДНО 12 МАЯ ПРАЗДНУЕТСЯ МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ МЕДИЦИНСКОЙ СЕСТРЫ



Среди всех работников больницы, медсестра - это именно тот человек, который в самую трудную минуту подержит и поможет. Для безрукого она руки, для безногого ноги, для слепого глаза, для глухого уши, для немого уста, для матери помощница, а для новорожденного дитя первая няня.

Сегодня сестры милосердия, как их называли в былые времена, отмечают свой профессиональный праздник - Международный День медицинской сестры 12 мая.

Это прекрасный повод поздравить и выразить свою благодарность умницам и красавицам в белых халатах, которые выполняют указания врачей, и помогают своим пациентам справиться с болью, как в душе, так и в теле. В Талгарской ЦРБ было проведено торжественное собрание, посвященное профессии медицинской сестры, где были отмечены лучшие.

Мероприятие проходило:

Место проведения: Мажилис зал Талгарская ЦРБ

Ддта проведения: 11 мая 2018 г

Время проведения: 8.00.

Режиссер постановщик Карамшук М.А.

Ведущая: Карамшук М.А.

Мероприятие началось с просмотра видеоролика "История и истоки праздника" Поздравление администрации Талагской ЦРБ - Кульсеитов Н.Г., Жакупова Г.К., Телеспая С.М., Матжанова Н.Н., Вайзиди Н.Е.

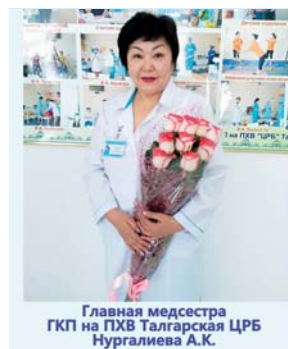
Следующим этапом было награждение лучших медсестер, праздничный концерт,

дискотека, фуршет.

*Низкий вам поклон, медсестры,
За бесценный, важный труд.
Счастья вам, в карьере роста,
И зарплаты пусть растут.*

*Веселитесь, отдыхайте,
Будьте бодрыми всегда.
И уж сами не хворайте,
Не хандрите никогда!*

Председатель профкома ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ Карамшук М.А.



Главная медсестра
ГКП на ПХВ Талгарская ЦРБ
Нурғалиева А.К.



12 мая
День медицинской сестры



"РАННЯЯ" ГИПЕРТОНИЯ: ПРИЧИНЫ И ПРОФИЛАКТИКА В МОЛОДОМ ВОЗРАСТЕ

Постоянные физические и эмоциональные нагрузки, вредные привычки и неправильное питание - основные причины гипертонии в молодом возрасте.

Как правило, гипертония у молодых (в 20-30 лет) легко поддается лечению, так как находится на начальной стадии. Скачки верхнего и нижнего артериального давления свидетельствуют о дисбалансе работы внутренних систем организма. Это может быть как предвестником инфарктов и инсультов, так и заболеваний почек (пиелонефрит), печени (гепатиты, цирроз), эндокринной системы (сахарный диабет). Гипертония в молодом возрасте не всегда является первопричиной, чаще она выступает симптомом другого заболевания. Определить, что вызвало скачки сосудистого давления у людей в возрасте от 20 до 35 лет, поможет терапевт или кардиолог. На приеме врач назначит полное обследование для диагностики физиологического состояния пациента, во время беседы соберет необходимые данные о течении болезни. Гипертония у молодых людей может быть как самостоятельным заболеванием сердечно-сосудистой системы, так и симптомом патологического процесса, протекающего в организме. Чтобы определить первопричину скачков давления, врач назначает список лабораторных проб. Спровоцировать повышенное давление в молодом возрасте могут врожденные аномалии, опухоли в почках, надпочечниках. Приступы аллергии, непосильные физические нагрузки, стресс - причины повышенного давления в молодом возрасте эпизодического характера. После сбора анамнестических данных из беседы с пациентом и лабораторных исследований, врач определяет индивидуальный терапев-



тический маршрут. Он зависит от продолжительности и сложности течения болезни, наличия хронических заболеваний, переносимости лекарственных препаратов, режима сна и питания пациента.

По степени и продолжительности проявления гипертонии в молодом возрасте делят на 2 вида:

- физиологическая гипертония, которая носит эпизодический характер, исчезает после устранения неблагоприятного фактора (стресс, чрезмерные физические или умственные нагрузки);
- патологическая гипертония системного проявления, которая возникает без очевидных причин.

Профилактика артериальной гипертонии во время физической активности:

- удобная легкая одежда, исключающая перегрев тела;
- вентилируемое помещение с постоянным притоком све-

жего воздуха, что предотвратит кислородное голодание;

- восполняемый уровень влаги во время тренировки, лучше использовать воду или заменить на столовую минеральную;
- регулярно измерять давление и пульс перед тренировкой и после ее окончания, использовать измерители во время кардиотренировок.

Это нужно для исключения хронической гипертонии (может передаваться по наследству), поражения внутренних органов (печень, почки, эндокринная система), диабета беременных. Эмоциональное напряжение, анатомические особенности, ведение пассивного образа жизни, употребление пищевых добавок в больших количествах - не менее распространенные, вызывающие повышенное давление в молодом возрасте. Положительные результаты возможны после комплексной терапии, включающей физические нагрузки, сбалансированное диетическое питание, лекарственные препараты.

Высокое давление в 20 лет все чаще встречается среди молодого населения, что является следствием пассивного образа жизни, продолжительных занятий перед монитором, бесконтрольного приема БАД, несоблюдения режима дня. Отсутствие своевременного лечения и купирования гипертонического криза приводит к некрозу миокарда, кровоизлиянию в мозг, стенокардии, аритмии, дисфункции почек и органов зрения. Если диагностирована в 30 лет гипертония и более молодом возрасте, избежать осложнений поможет незамедлительное обращение к специалистам, которые подберут правильное лечение.

Г.С. Калиякберова, педагог-валеолог кабинета ЗОЖ ГКП на ПХВ Ескельдинский ЦРБ

АКЦИЯ ПО РАЗЪЯСНЕНИЮ ОСМС И АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИИ



Система обязательного социального медицинского страхования - это государственная система социальной защиты интересов в сфере охраны здоровья.

Обязательное социальное мед.соц.страхование (ОСМС) гарантирует всем застрахованным гражданам Казахстана независимо от пола, возраста, социального статуса, места проживания и доходов равный доступ к медицинской и лекарственной помощи за счет средств Фонда социального медицинского страхования.

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ ОСМС

1. Достижение общественной солидарности путем укрепления собственного здоровья и разделения бремени охраны здоровья населения
2. Обеспечение финансовой устойчивости системы за счет создания устойчивости системы к внешним факторам и росту затрат, а также прозрачности и справедливости системы
3. Повышение эффективности системы через обеспечение высокой компетенции и конкурентоспособности системы, достижение конечных результатов доступности, полноты и качества услуг

СОЛИДАРНОСТЬ

Каждый застрахованный имеет право на медпомощь оплачиваемую ОСМС вне зависимости от суммы уплаченных взносов

05.05.2018 года заместителем директора по МоН ГКП на ПХВ "Ескельдинский ЦРБ" Мамыровой Г.М, совместно с сотрудниками ЦРБ психологом Сигидой М.А., педагогом-валеологом кабинета ЗОЖ Калиякберовой Г.С., медицинской сестрой на территории центрального рынка была проведена разъяснительная работа с населением Ескельдинского района. Были проведены следующие виды мероприятий:

1. Ответили на все интересующие вопросы об обязательном социальном медицинском страховании и разъяснительные беседы по прикреплению!
2. Были обсуждены цели и основные принципы по вне-



дрению "ОСМС".

3. Профилактика и причины возникновения АГ.
4. Измерение артериального давления.
5. Измерение уровня сахара в крови и холестерина.
6. Измерение массы тела.
7. Раздача информационно-разъяснительных материалов.

Всего было охвачено - 205 человек населения и 5 медработников.

Педагог-валеолог кабинета ЗОЖ Калиякберовой Г.С., психолог Сигида М.А.