



Медицинский вестник

Студенческая газета

Апрель 2020
№8 (67)

Издается ежемесячно с октября 2012 года
сайт: medcollege-sl.edusite.ru

В НОМЕРЕ:

**ПРОЕКТ
#ЭВАКОГОСПИТАЛЬ96**
стр.1-3

**75-ЛЕТИЕ
ПОБЕДЫ В
ВЕЛИКОЙ
ОТЕЧЕСТВЕННОЙ
ВОЙНЕ:
АЛЛЕЯ ВОИНСКОЙ
СЛАВЫ**
стр.4

**COVID-19:
РЕКОМЕНДАЦИИ**
стр.5-6

**СОВЕТЫ
ПСИХОЛОГА
СТУДЕНТАМ**
стр.7

ПРОЕКТ «ЭВАКОГОСПИТАЛЬ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ»

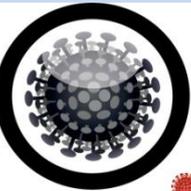


Продолжение на стр.2

КОРОНАВИРУС: РЕКОМЕНДАЦИИ

COVID-19

КОРОНАВИРУС



СИМПТОМЫ

- СЛАБОСТЬ
- ПОВЫШЕНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ
- ЗАТРУДНЁННОЕ ДЫХАНИЕ
- СУХОЙ КАШЕЛЬ
- ГОЛОВНАЯ БОЛЬ
- ТЯЖЕСТЬ В ГРУДНОЙ КЛЕТКЕ
- БОЛЬ В ГОРЛЕ



COVID-19

Вы вернулись из-за рубежа ваши действия

1. Самоизоляция
2. Сообщить на горячую линию 8-800-100-24-47 следующие данные: страна пребывания, даты пребывания, сведения о месте регистрации и месте фактического пребывания
3. В случае ухудшения самочувствия позвонить в поликлинику по месту жительства и вызвать врача на дом

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-355-49-43

Продолжение на стр.5

АСБЕСТОВСКО-СУХОЛОЖСКИЙ ФИЛИАЛ

**С традициями милосердия
В ВЕК ИННОВАЦИЙ**

#Эвакогоспиталь96

ПРОЕКТ «ЭВАКОГОСПИТАЛЬ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ»

ОТЧЕТ

о реализации гранта Президента
Российской Федерации на развитие
гражданского общества №19-2-014503
05 апреля 2020 года

1. В течение марта продолжена координационная работа Областного организационного комитета и территориальных организационных комитетов.

2. Проведено развертывание выездных и стационарных экспозиций в городах Асбест, Алапаевск, Сухой Лог, Ирбит, Ревда, Серов, Красноуфимск, Нижний Тагил, Каменск-Уральский, Новоуральск, ГО Верх-Нейвинский (ГЗО). Общий охват посетителей – 2260 человек.

3. Волонтерами отработаны 341/1636 человеко-часов.

4. Работа по проведению массовых мероприятий приостановлена в условиях особого противоэпидемического режима по противодействию распространения COVID19.

Источник:

https://vk.com/evakogospital?w=wall-190268550_82

О реализации проекта можно
получить информацию по ссылкам:

<https://www.facebook.com/evakogospital>

<https://vk.com/evakogospital>

<https://www.instagram.com/evakogospital>



В Сухоложском учебном корпусе Асбестовско-Сухоложского филиала ГБПОУ «СОМК» при поддержке Фонда Президентских грантов продолжает реализовываться проект «Эвакогоспиталь Великой Отечественной», нацеленный на сохранение исторической памяти и увековечивание героического подвига медицинских работников Урала в годы Великой Отечественной войны.

*Начинаем серию очерков
по истории Эвакогоспиталей и
медицинских работников
на территории Сухоложья...*

Во время Великой Отечественной войны на территории Сухоложья были размещены три эвакогоспиталя, один из них: №2549 (головной).

Эвакуационный госпиталь №2549 (головной) был сформирован УрВО МЭП–91 20.07.1941 года в поселке Сухой Лог.

Дислокация: п.Сухой Лог до 23.09.1943 года.

Расформирован: Приказ ВО 03.07.1946г. по донесению ЛКУк за № 020335.

Начальник госпиталя №2549 майор
Ващенко Иван Данилович;
заместитель – Назарова Надежда
Георгиевна, врач;
заместитель по политической части
Гобов Андрей Иванович.

Госпиталь (головной) имел 4 отделения
на 700 мест:

Отделение №1, хирургическое отделение



Отделение №2, «Сталинская», в настоящее время школа №7



Отделение №3, контора шмотного завода



- здание заводоуправления ОАО «СОЗ»,
(огнеупорный завод). Сзади здания
находилась железнодорожная ветка, по
которой приходили составы с ранеными
во время войны.

Отделение №4, контора шмотного завода



Из материалов поискового отряда «Память» г.Сухого Лога

«Первый санитарный эшелон прибыл на станцию Кунара во второй половине июля 1941 года с ранеными ленинградского фронта. Разгрузка эшелона затянулась за полночь. Весть о прибытии в Сухой Лог первых раненых быстро облетела весь город. Сотни женщин подростков бежали встречать их. Плакали, спрашивали о своих мужьях, отцах и братьях. Медицинский персонал во всех отделениях госпиталя был сформирован из состава сухоложской больницы».

Источник:

<http://www.okorneva.ru/polevoy-dnevnik/vizitka-poiskovogo-otryada-pamyat-g-suhogo-loga/>

75-летие ПОБЕДЫ В ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЕ

АЛЛЕЯ ВОИНСКОЙ СЛАВЫ

ул.Юлиуса Фучика, Сухой Лог, Свердловская область



<https://may9.ru>

В городе Сухой Лог в память о подвиге народа в годы Великой Отечественной войны существует Аллея воинской Славы.

В 2012 году администрация ГО Сухой Лог приняла решение обустроить аллею на улице Фучика.

Главный сухоложский памятник воинам-героям - 7-метровая стела был открыт в честь 22-ой годовщины Победы в Великой Отечественной войне - 9 мая 1967 года. Авторы проекта - скульпторы В.Анисимов и Т.Ануфриева, архитектор - Ю.Флягин.

Из воспоминаний главного архитектора города в 1965-1981 гг. Лидии Салаватовой: «...авторский коллектив озвучил концепцию памятника: стела - это стилизованное изображение сложенного знамени Победы. Отсюда и выбор облицовочного материала для ее изготовления - мраморная крошка с окрашенным в темно-красный цвет цементом».



Победа в Великой Отечественной войне – героический подвиг народа.

День Победы - главный праздник страны.

Вечная память павшим в боях!

Монумент был сооружен на средства трудящихся Сухого Лога. На обелиске Воинской Славы надписи: «Светлой памяти воинов-сухоложцев, отдавших свою жизнь за нашу Родину в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.» и «Ты стала вновь могучей и свободной, Страна моя! Но живые всегда в сокровищнице памяти народной Войной испепеленные года».

Площадь возле обелиска Славы в настоящее время - центральное место проведения митингов в честь Дня Победы в городе Сухой Лог.

Помимо стелы здесь располагаются мемориальная плита «Работникам Сухоложского торго, погибшим за Родину в годы Великой Отечественной войны 1941-1945 гг.», памятные плиты 93-й стрелковой бригаде, 167-й Сумско-Киевской стрелковой дивизии, 10-му Добровольческому танковому корпусу, участникам локальных конфликтов, а также абстрактная композиция «Павшим без вести в Великой Отечественной войне».



Источники:

<https://nashural.ru/mesta/sverdlovskaya-oblast/pamyatniki-wow-suhoylog/>
<http://www.okorneva.ru/polevoy-dnevnik/vizitka-poiskovogo-otryada-pamyat-g-suhogo-loga/>

Предметный кружок «Байт»

КОРОНОВИРУС COVID-19

COVID-19

ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

ЗАЩИТИ СЕБЯ

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



Закрывайте рот и нос при чихании и кашле



Антисептиками и мылом с водой обрабатывайте руки и поверхности



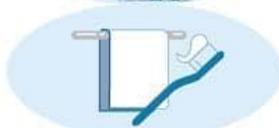
Щеки, рот и нос закрывайте медицинской маской



Избегайте людных мест и контактов с больными людьми



Только врач может поставить диагноз – вызовите врача, если заболели



Используйте индивидуальные средства личной гигиены

COVID-19

ОБ ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПАХ КАРАНТИНА В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



Для того чтобы COVID-19 не распространялся дальше, гражданам, у которых был контакт с больными или тем, кто вернулся из путешествия или был в командировке, необходимо сообщить о своем возвращении в штаб по борьбе с коронавирусной инфекцией вашего региона и соблюдать карантин у себя дома 14 дней.

ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ?



- Не выходить из дома весь период карантина, даже для того что бы получить посылку, купить продукты или выбросить мусор;
- по возможности находится в отдельной комнате;
- пользоваться отдельной посудой, индивидуальными средствами гигиены, бельем и полотенцами;
- приобретать продукты и необходимые товары домашнего обихода дистанционно онлайн или с помощью волонтеров;
- исключить контакты с членами своей семьи или другими лицами;
- использовать средства индивидуальной защиты и дезинфицирующие средства (маска, спиртовые салфетки).

ПОЧЕМУ ИМЕННО 14 ДНЕЙ?

Две недели карантина по продолжительности соответствуют инкубационному периоду коронавирусной инфекции – времени, когда болезнь может проявить первые симптомы.

ЧТО ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ КАРАНТИНА?



- мыть руки водой с мылом или обрабатывать кожными антисептиками – перед приемом пищи, перед контактом со слизистыми оболочками глаз, рта, носа, после посещения туалета;
- регулярно проветривать помещение и проводить влажную уборку с применением средств бытовой химии с моющим или моюще-дезинфицирующим эффектом.

ЧТО ДЕЛАТЬ С МУСОРОМ?

Бытовой мусор нужно упаковать в двойные прочные мусорные пакеты, плотно закрыть и выставить за пределы квартиры. Утилизировать этот мусор можно попросить друзей, знакомых или волонтеров.

КАК ПОДДЕРЖИВАТЬ СВЯЗЬ С ДРУЗЬЯМИ И РОДНЫМИ?



Вы можете общаться со своими друзьями и родственниками с помощью видео и аудио связи, по интернету, главное не выходить из дома до тех пор, пока не закончится карантин.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОЯВИЛИСЬ ПЕРВЫЕ СИМПТОМЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

Если вы заметили у себя первые симптомы COVID-19 необходимо сразу же сообщить об этом в поликлинику.

КТО НАБЛЮДАЕТ ЗА ТЕМИ, КТО НАХОДИТСЯ НА КАРАНТИНЕ? У НИХ БЕРУТ АНАЛИЗЫ НА КОРОНАВИРУС?



Для контроля за нахождением на карантине могут использоваться электронные и технические средства контроля. За всеми, кто находится на карантине, ведут медицинское наблюдение на дому и обязательно ежедневно измеряют температуру. На 10 сутки карантина, врачи производят отбор материала для исследования на COVID-19 (мазок из носа или ротоглотки).

КАК ПОЛУЧИТЬ БОЛЬНИЧНЫЙ НА ПЕРИОД КАРАНТИНА?

Пока вы находитесь в режиме карантина дома, вам открывают лист нетрудоспособности на две недели. Чтобы получить больничный не нужно приходить в поликлинику, его можно оформить дистанционно на сайте Фонда социального страхования (ФСС).

ЧТО БУДЕТ С ТЕМИ, КТО НЕ СОБЛЮДАЛ ИЛИ НАРУШИЛ КАРАНТИН?

При нарушении режима карантина, человек помещается в инфекционный стационар.

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО КАРАНТИН ЗАКОНЧИЛСЯ?



Карантин на дому завершается после 14 дней изоляции, если отсутствуют признаки заболевания, а также на основании отрицательного результата лабораторных исследований материала, взятого на 10 день карантина.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

КОРОНОВИРУС COVID-19

РЕАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ: ВОЛОНТЕРЫ ГОРОДСКОГО ШТАБА СУХОГО ЛОГА

В связи с распространением коронавирусной инфекции пожилым людям, которые сейчас находятся дома в самоизоляции, как никогда требуется помощь волонтеров. Ждёте? – Поможем! С таким девизом волонтеры городского округа взяли за порученное дело.

В формате 24/7 добровольцы совместно с социальными службами ГО Сухой Лог обрабатывают заявки от граждан, обратившихся на горячую линию [#МЫВМЕСТЕ](#)

Волонтеры Асбестовско-Сухоложского филиала ГБПОУ "СОМК" ежедневно выезжают по заявкам из разных районов города, иногда приходится обойти не один магазин, чтобы собрать продуктовую корзину.



С каждым днем отмечается рост заявок по льготному обеспечению лекарственными средствами. На одну такую заявку уходит до полутора часов времени. А заказов у волонтеров в день как минимум - шесть. Полноценный рабочий день. Но такой график не пугает волонтеров, для волонтеров важен каждый звонок.



ПРОДУКТОВАЯ КОРЗИНА ОТ ЗАВОДА

Пенсионеры «ФОРЭСа» не остались без внимания: завод организовал адресную доставку необходимых продуктов, были сформированы порядка 500 продовольственных наборов. Также пожилым людям вручили памятку с телефонами горячих линий и полезными советами. Акцию промышленников поддержала городская администрация и депутат Государственной Думы РФ Максим Иванов.

На помощь сотрудникам предприятия пришли волонтеры, для которых доставка продуктов и лекарственных препаратов в дома сухоложцев стала уже делом привычным. Пожилым это действительно нужно – и не столько подарки, сколько забота и внимание. Встречают радушно, пытаются пригласить в гости, напоить чаем. Но у волонтеров строгие инструкции: дистанция полтора метра, защитные маски, перчатки и минимум общения.



Пожилые и маломобильные граждане могут оставить заявку на оказание помощи с покупкой и доставкой продуктов, медикаментов и товаров первой необходимости по телефонам:

4-33-61 ГАУ «КЦСОН Сухоложского
3-42-65 района»
4-39-00 Единая диспетчерская служба
4-44-66

СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА



СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА СТУДЕНТАМ



Как самоорганизовать себя в период дистанционного обучения



и сохранить психологическое здоровье?

Переход на онлайн-формат обучение для многих является стрессом и требует самоконтроля. Поэтому важно помочь себе психологически перестроиться, чтобы пережить этот период и быть успешным. 📌

ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ?

1. Организуйте правильно себе рабочее место, чтобы оно было комфортным и настраивало на рабочий процесс.
2. Максимально сосредоточьтесь на учебе, выключите все отвлекающие устройства. Если вокруг крутится огромное количество раздражителей, как бы вы ни старались, сосредоточиться не получится, а ведь это невероятно важно.
3. Планируйте свой день, не разрешайте себе отлынивать, ни в коем случае не позволяйте себе лениться. Составьте себе расписание и следуйте ему. Для этого заведите себе ежедневник.
4. Работая дистанционно, не забывайте о перерывах между занятиями. Не рекомендуется работать за компьютером более 4 часов подряд.

Прислушивайтесь к своему организму, делайте паузы. Быстро отдохнуть помогают упражнения релаксации, они легко ищутся через поисковик. А снять мышечное напряжение поможет зарядка.

5. Свободное время используйте для своего саморазвития, творчества, слушайте музыку, рисуйте, используйте раскраски. Ведь творчество - это прекрасный способ подзарядиться позитивными эмоциями или выплеснуть негативные.

6. Не забывайте про помощь и поддержку своим близким, особенно пожилого возраста в этот нелегкий для всех период.

7. Очень важно соблюдать режим дня, вовремя ложиться спать, сон не менее 8 часов.

8. Если вы испытываете тревогу, не держите в себе негативные мысли, поделитесь со своими близкими, друзьями. Это не только поможет справиться со стрессом, но и найти конструктивное решение в проблемной ситуации.

Надеюсь, что рекомендации помогут вам преодолеть все трудности дистанционного обучения и использовать этот непростой период с пользой для самосовершенствования! Всем душевного равновесия и здоровья! 😊

Если вам нужна психологическая поддержка - можете обратиться на индивидуальную онлайн-консультацию.

Для записи на онлайн-консультацию пишите в личные сообщения [@janna_didenko](https://www.instagram.com/janna_didenko)

*Диденко Жанна Анатольевна,
педагог-психолог*

Напиши свою новость!

Хотите поучаствовать в выпуске газеты?! Тогда присылайте свои сообщения, статьи о событиях, новости на электронную почту kl_sokolova@mail.ru

Руководитель
пресс-центра:
Соколова К.Л.

Над выпуском работали:
Чистополов Данил, Гордеева Кристина, Фатиева Яна,
Диденко Ж.А., педагог-психолог