

«БУКЕТ» ДЛЯ МЭРА

Экс-главу Вилючинска обвиняют по четырём статьям



Фемида беспристрастна...

НА КАМЧАТКЕ ЗАВЕРШЕНО РАССЛЕДОВАНИЕ НЕСКОЛЬКИХ УГОЛОВНЫХ ДЕЛ В ОТНОШЕНИИ БЫВШЕЙ ГЛАВЫ АДМИНИСТРАЦИИ ВИЛЮЧИНСКА. ИРИНУ ЖИЛКИНУ ОБВИНЯЮТ В ЦЕЛОМ «БУКЕТЕ» ПРЕСТУПЛЕНИЙ.

Бывшей чиновнице вменяют в вину часть 1 статьи 286 УК РФ (превышение должностных полномочий), часть 1 статьи 292 (служебный подлог), часть 3 статьи 160 (присвоение или растрата) и часть 1 статьи 318 (применение насилия в отношении представителя власти).

НЕ СРАБОТАЛИСЬ

Первое уголовное дело против действующей тогда главы администрации Вилючинска возбудили в ноябре 2016 года. По данным следствия, Ирина Жилкина незаконно уволила своего первого заместителя из-

за того, что та работала с предыдущей главой города. Она организовала проверку работы зама, в результате которой выявили невыполнение ею своих служебных обязанностей. На женщину было наложено несколько дисциплинарных взысканий, на основании чего она была уволена.

4 УГОЛОВНЫХ

ДЕЛА ВОЗБУДИЛИ ЗА ГОД.

Однако суд признал незаконным увольнение и восстановил женщину на работе. Но приступить к своим обязанностям ей не удалось. В день оглашения судебного решения, Ирина Жилкина издала распоряжение о введении в администрации режима простоя. Помимо первого зама он распространялся ещё на шестерых сотрудников администрации. А вскоре неугодная сотрудница попала под сокращение штата. Однако суд вновь восстановил женщину на работе.

Следователи считают, что градоначальница совершила действия, явно выходящие за пределы её полномочий. Это повлекло ущерб администрации Вилючинского городского округа в сумме более 300 тысяч рублей и нарушение прав женщины на труд.

ДЕЛА ПОШЛИ ЧЕРЕДОЙ

В истории с увольнениями следователи нашли повод для возбуждения ещё одного дела за служебный подлог. По данным

следствия, для придания видимой законности увольнения первого зама, Жилкина сфальсифицировала документы. А в мае 2017 года против чиновницы возбудили третье дело, за растрату.

Глава города организовала себе и другому своему заместителю командировку на заседание глав ЗАТО (закрытых административно-территориальных образований). По возвращении Жилкина представила в бухгалтерию администрации авансовый отчёт с приложением документов о понесённых ею и её заместителем расходах по следованию в командировку в Москву и обратно, проживанию в столице и получению суточных выплат в сумме около 120 тысяч рублей. Однако по данным следствия, женщины летали в Москву по личным делам, не связанным с работой.

Четвёртое уголовное дело было возбуждено летом за нападение на сотрудников полиции. В июне прошлого года Жилкина находилась на больничном. Возле здания Вилючинской городской больницы её встретили двое полицейских, которые выполняли поручение следователя о принудительном приводе подозреваемой на допрос. В служебном автомобиле полицейских у Жилкиной произошёл конфликт со стражами порядка. По данным следствия, женщина руками нанесла множественные удары в область головы и тела сотрудников полиции.

Накануне расследование всех четырёх дел было завершено. Уголовное дело направлено прокурору для утверждения обвинительного заключения и последующего направления в суд.

Владимир БЫСТРОВ

НА ЛЫЖНЮ ДОВЕЗУТ БЕСПЛАТНО

СПОРТ

Как попасть на «Лыжню России»?

С. Белкин, Петропавловск

Всероссийская массовая лыжная гонка «Лыжня России-2018» пройдёт 10 февраля. В Петропавловске-Камчатском соревнования состоятся на биатлонном комплексе имени Виталия Фатьянова. Жители краевого центра и Елизова смогут добраться до места проведения гонки на бесплатных автобусах.

Как сообщили в министерстве спорта края, для участни-

ков подготовлены 3 дистанции. Юношам и девушкам 2000 года рождения и младше предстоит преодолеть 5 км, мужчины и женщины 1999 года рождения и старше побегут 10 км, дистанция для детей 2011 года рождения и младше составит 1 км.

Регистрация участников пройдёт 10 февраля с 10.00 до 11.45 часов биатлонном комплексе им. В. Фатьянова. Церемония открытия соревнований начнётся в 11.45. Старт в 12.00. Победителей и призёров «Лыжни России-2018» ждут медали, дипломы от Минспорта России, а также ценные призы от организационного комитета.

ЛИХОРАДКА ПРИЛЕТЕЛА С ТАИЛАНДА

ЗДОРОВЬЕ

Были ли в прошлом году в крае случаи заболевания опасными инфекционными заболеваниями?

Д. Александров, Петропавловск

Краевое Управление Роспотребнадзора опубликовало отчёт об инфекционной заболеваемости на Камчатке по итогам 2017 года. По данным ведомства, в прошлом году медицинское освидетельствование в крае прошли более 9,2 тысячи человек.

Выявлено 18 больных туберкулезом (в 2016 году – 8 случаев), 6 ВИЧ-инфицированных (4), 5 больных инфекциями, передающимися преимущественно по-

ловым путём (2). На иностранных граждан с выявленными опасными болезнями оформлено 21 решение о нежелательности пребывания на территории России. В ведомстве уточнили, что удельный вес иностранцев в числе случаев впервые выявленного туберкулёза составил 8,1 % (в 2016 году – 3,4 %), ВИЧ-инфекции – 6,2 % (3,1 %), сифилиса – 12,8 % (9,5 %).

В целом в прошлом году среди населения края было зарегистрировано 62 тысячи случаев инфекционных болезней. Это ниже показателя заболеваемости за 2016 год на 3,5 %. Из числа особо опасных инфекционных болезней в июне был зарегистрирован один завозной случай лихорадки Денге у 28-летнего жителя краевого центра, который отдыхал в Таиланде.

СОСУЛЬКИ ПОВЕСИЛИ НА УК

БЕЗОПАСНОСТЬ

Около нашего дома до сих пор нормально не расчищены проезды, очень скользко. Мало того, с козырьков свисают огромные сосульки. Куда жаловаться?

Е. Вольская, Петропавловск

Уборка снега и сосулек с крыш домов, а также посыпка придомовых территорий песко-соляной смесью – непосредственная обязанность управляющих компаний. Обращаться с заявками следует именно к ним, сообщила заместитель главы городской адми-

нистрации Наталья АЛЕКСАНДРОВА.

По её словам, мэрия проводит работу с управляющими компаниями с целью организации круглосуточного дежурства диспетчеров. Это даст возможность гражданам обращаться напрямую и решать вопросы снегоочистки оперативно. Сообщать о неубранном на крышах снеге, сосульках, гололёде на придомовых территориях горожане также могут в Единую дежурно-диспетчерскую службу: 235-300, 235-301... 235-308. Заявки в ЕДДС принимают в круглосуточном режиме и передаются в управляющие компании для принятия мер.

НУЖНОЕ ДЕЛО

ИНФОРМБЮРО

Почему туалеты в здании «Автостанции» на 10 километре закрыты на ремонт с февраля прошлого года?

А. Цуркан, Петропавловск

Туалет в здании «Автостанции» аварийный и находится в состоянии ограниченного функционирования из-за ча-

стичного обрушения канализационных колодцев 1967 года постройки, сообщили в Управлении пассажирского транспорта краевого центра.

Необходим капитальный ремонт сетей. Сейчас из-за аварийного состояния здание «Автостанции» выведено из эксплуатации. По соглашению сторон граждане могут пользоваться туалетом в торговом доме «Славянский».

СПРАВКА

Директора Камчатского индустриального техникума Ирину Жилкину по конкурсу выбрали главой администрации Вилючинска 10 июня 2016 года на заседании городской думы. За неё проголосовали 13 из 15 депутатов. Однако прокуратура опротестовала результаты конкурса, считая, что он был проведён с нарушениями. 22 июля того же года Вилючинский суд признал решение Думы незаконным. Ирина Жилкина и вилючинские депутаты обжаловали его, но Камчатский краевой суд оставил решение в силе. После этого она ещё несколько месяцев исполняла обязанности главы администрации города.

МИЛЛИАРДЫ НА МЕДИЦИНУ

ФИНАНСЫ

Сколько денег выделяют на камчатскую медицину?

М. Владимирова,
Петропавловск

Финансовое обеспечение сферы здравоохранения Камчатского края в 2017 году из всех источников составило 13,4 млрд рублей, что выше уровня 2016 года на 300 млн руб. В этом



году финансирования будет увеличено на 5,1 % и составит 15 млрд рублей, сообщила

министр здравоохранения региона Татьяна ЛЕМЕШКО.

По её словам, важным направлением работы системы

здравоохранения является обеспечение гарантий предоставления населению бесплатной медицинской помощи. В 2017 году запланированные объёмы были выполнены. Так, в круглосуточных стационарных подразделениях было пролечено более 70 тыс. человек. В стационарах дневного пребывания получили лечение 20,4 тыс. человек. В поликлиниках зарегистрировано почти 2,6 млн посещений. Бригады скорой медицинской помощи выезжали по вызовам больше 116 тыс. раз. На санаторно-курортное лечение направлено 541 человек, в том числе 169 детей. На медицинскую реабилитацию в федеральные центры направлено 252 человека. Услуги по бесплатному зубопротезированию оказали 1191 пациенту на сумму 58,2 млн рублей.

БУДЬ ОСТОРОЖЕН

КРИМИНАЛ

Как не попасться на уловки мошенников всех мастей?

А. Георгиев, Петропавловск

На прошлой неделе 13 жителей Камчатки стали жертвами аферистов, лишившись более 600 тысяч рублей. А с начала года камчатцы пополнили карманы



мошенников на сумму около 1,9 миллиона рублей, сообщила старший помощник прокурора Камчатского края Лариса ШУНИНА.

Наибольший ущерб в размере 363,5 тысячи рублей причинён 56-летнему пенсионеру из Петропавловска. Его обманул мошенник, представившийся менеджером московской фир-

мы, торгующей биологически активными добавками (БАД). Он сообщил, что пенсионеру полагается компенсация в 500 тыс. рублей, но необходимо заплатить страховку. В дальнейшем, пользуясь подсказками неизвестного, пенсионер выполнил ряд операций на терминале, предоставив аферисту доступ к личному банковскому кабинету. В итоге с его счёта была списана крупная сумма.

В прокуратуре призвали граждан быть осмотрительными самим и предупредить о возможном обмане своих знакомых, родственников, особенно пожилых людей. Не доверяйте информации, поступающей от неизвестных людей, не сообщайте никому реквизиты своих банковских карт, не выполняйте по указанию незнакомцев никакие операции в банкоматах, в терминалах оплаты и в личном банковском кабинете.

ДВИГАТЬСЯ ДАЛЬШЕ

АКТУАЛЬНО

Какие краевые дороги в минувшем году привели в порядок?

В. Дрожников, Елизово

Краевое министерство транспорта и дорожного строительства представило отчёт о деятельности ведомства. Как сообщил замминистра Михаил АНТИПОВ, на содержание, ремонт, строительство и реконструкцию дорог Камчатки в 2017 году было направлено свыше 4 миллиардов рублей.

В частности, были выполнены работы по реконструкции дороги Петропавловск-Камчатский – Мильково на участке 231 километр – 249 километр, построены две дороги общей протяжённостью 4 километра к площадке «Зеленовские озёрки» ТОО «Камчатка». Также выполнено строительство мостового перехода через реку Кирганик на 16 километре дороги Миль-

ково – Ключи – Усть-Камчатск, реконструкция моста через реку Половинку в Елизово, строительство линии наружного освещения на дороге Петропавловск-Камчатский – Мильково на участке 12 километр – 24 километр.

По словам Михаила Антипова, в прошлом году также была продолжена реконструкция трёх участков трассы Петропавловск-Камчатский – Мильково, сдать которые подрядчик должен в этом году. Также выполнен большой объём работ в рамках строительства автомагистрали продлённого действия Анавай – Палана.

В 2017 году большое внимание было уделено ремонту улично-дорожной сети и придомовым территориям муниципальных образований. В течение сезона в порядок было приведено более 290 тысяч квадратных метров полотна дорог общего пользования, а также свыше 70 тысяч квадратных метров полотна придомовых проездов.

Материалы подготовили Семён ГУЛИН и Василий КОЛЧИН

НЕ ПАРЬТЕСЬ!

Куда делись общественные бани Петропавловска

«...САМ ПРОЦЕСС МЫТЬЯ, КОТОРЫЙ В БАНЕ ВЫГЛЯДИТ, КАК ТОРЖЕСТВЕННЫЙ ОБРЯД, В ВАННОЙ – ПРОСТО СМЫВАНИЕ ГРЯЗИ», – ГОВОРИЛ ИЗРЯДНО ПОДВЫПИВШИЙ ДРУГ ЖЕНИ ЛУКАШИНА ВО ВСЕНАРОДНО ЛЮБИМОЙ КАРТИНЕ «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ С ЛЁГКИМ ПАРОМ»...

Ещё пару десятков лет назад поход в баню для российских семей был своеобразным ритуалом, пока эту традицию выходного дня не вытеснили ванны в каждой квартире.

Но, как оказалось, любители пожелать друг другу «лёгкого пара» никуда не делись – только за последнюю неделю в редакции «АиФ-Камчатка» раздалось два телефонных звонка с вопросом, когда же, наконец, в Петропавловске появится общественная баня.

ТЁПЛЫЕ ВОСПОМИНАНИЯ

Казалось бы, зачем кому-то нужна баня, когда у каждого в квартире есть ванная? Однако любители попариться убеждают в обратном – общественные бани нужны, потому что они не только несут важную социальную нагрузку, но и дают возможность приятно и с пользой для здоровья провести время.

от 2-х тысяч

РУБЛЕЙ В ЧАС
ОБОЙДЁТСЯ
«ЛЁГКИЙ ПАР».

– Я – «парильщик» со стажем, меня отец с раннего детства брал с собой в баню, – рассказывает позвонивший в редакцию житель Петропавловска Александр КОЧЕТОВ. – Помню, была баня где-то в районе «Кирпичиков», потом долгое время на четвертом километре. И пользовалась она популярностью, не обращали мы внимания на кое-где обвалившийся кафель. После трёх-четырёх часов горячих процедур выходили из парилки лёгкими, как будто прозрачными. Незабываемые ощущения. Но несколько лет назад общественную баню на



Тазики оказались востребованными.

четвёртом километре закрыли, сначала якобы на ремонт, а теперь и вовсе обещания открыты новенький банный комплекс былём поросли. Я сам пытался узнать, звонил в администрацию пару лет назад, говорят, финансово невыгодно содержать общественную баню в городе. Но в соседнем Елизове есть же, и там не протолкнуться иногда. Может, у них опыт перенять. Потому что все напрочь забыли, что есть частный сектор без центрального водоснабжения, есть старики, которые экономят каждую копейку, и не «гоняют» счётчики горячей воды. Да, в конце концов, есть мы – мужики, которые хотят собираться в хорошей компании, брать своих сыновей в баню и отдыхать телом и душой.

КОГО МЫТЬ?

Придирчивые читатели могут на это мнение справедливо парировать: мол, частных саун и бань в городе пруд пруди. Это, действительно, так – всезнающий Яндекс выдаёт адреса около 40 помывочных в Петропавловске. Да и почти на каждой базе в Паратунке есть парилки. Правда, стоимость таких «чистых» процедур не самая гуманная – от двух тысяч рублей в час. Тут уж не до душевных разговоров.

Но справедливости ради стоит заметить, что содержать муниципалитету бани, действительно, накладно: далеко не во всех городах России общественные помывочные комплексы по доходам «выходят в плюс». В приморском городе Уссурийске, например, администрация выдохнула, когда на баню нашёлся покупатель. Частный

предприниматель отремонтировал старенькое помещение, но перед ним встала другая проблема – некого мыть. Бывает, за целый день работы в парилку не заходит ни один клиент. О какой выгоде тут можно говорить?

Впрочем, если есть спрос – должны быть предложения. Вот как прокомментировал ситуацию с возрождением общественных бань в Петропавловске глава города Виталий ИВАНЕНКО:

– На прошлой неделе, на правительственной площадке, мы достигли договорённости о том, что будет разработана программа по субсидированию деятельности общественных бань, – рассказал Виталий Юрьевич. – Около двух месяцев займёт юридическая проработка этого вопроса. Для нас важно создать механизм, при котором субсидирование услуг бань будет экономически оправдано. Несколько лет назад этот вопрос уже поднимался, но тогда представленный проект был признан экономически невыгодным.

Ульяна БАКУМЕНКО

КАМЧАТКА КСТАТИ

Общественные бани хоть и городская собственность, их продать проще, чем другие социально-значимые учреждения, по которым давно введены строгие процедуры. А так как располагаются они, обычно, в «проходимых» местах города, на лакомые кусочки земли находятся покупатели. И далеко не для всех из них в приоритете – возродить «банную» культуру.

ВЗЯЛ ТРИ ЗОЛОТА

31 января Игорь Малиновский стал чемпионом Европы в составе сборной России в смешанной эстафете. 3 февраля наш спортсмен выиграл спринт на дистанции 10 километров, опередив в борьбе за победу на 3,7 секунды победителя индивидуальной гонки также россиянина Карима Халили. В воскресенье, 4 февраля, Игорь стал лучшим в гонке преследования (пасьют) на дистанции в 12,5 км.

Напомним, неоднократный чемпион мира и Европы сре-

ди юношей и juniоров Игорь Малиновский родился в селе Мильково, где и начал заниматься биатлоном. В 17 лет поступил в лётно-технический колледж гражданской авиации имени А.В. Ляпидевского в Омске. На соревнованиях представляет Камчатский край и Омскую область. Весной 2017 года Малиновский был вызван в состав взрослой сборной России на этап Кубка мира в Норвегии. 18 марта Игорю исполняется 21 год.

Юрий НИКОЛАЕВ

СПОРТ

ВОСПИТАНИК КАМЧАТСКОЙ ШКОЛЫ БИАТЛОНА ИГОРЬ МАЛИНОВСКИЙ НА ПЕРВЕНСТВЕ ЕВРОПЫ СРЕДИ ЮНИОРОВ ВЫИГРАЛ ТРИ ЗОЛОТЫЕ МЕДАЛИ.

Соревнования проходили в словенском городе Поклюка. В состав сборной команды России вошёл 20-летний Игорь Малиновский, который показал отличный результат по ходу первенства.



В ПЕТРОПАВЛОВСКЕ-КАМЧАТСКОМ И ЕЛИЗОВЕ ОНИ НАРАСХВАТ: ИХ ЖДУТ В ДОМЕ ВЕТЕРАНОВ, В ЦЕНТРЕ СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЕ И ДЕТЯМ, В ИНТЕРНАТАХ ДЛЯ ПРЕСТАРЕЛЫХ И СИРОТ, А ЕЩЁ ОНИ ОЧЕНЬ НУЖНЫ В СЕМЬЯХ, ГДЕ ЖИВУТ ДЕТИ-ИНВАЛИДЫ.

Наталья и её единомышленники приходят туда с умными, добрыми, обученными по специальной методике собаками-ассистентами, общение с которыми не только дарит радость, но и приносит заметный положительный эффект. Это называется — канис-терапия, по-русски — лечение собаками. А люди, объединившиеся на Камчатке для столь благородного дела, назвали свою команду «Лапа помощи».

Терпеливые энтузиасты, не жалеющие времени и сил на занятия со своими питомцами, воспитывают в них самые разные таланты. В «Лапе помощи» все собаки — артисты и танцоры, исполняют цирковые трюки, участвуют в спортивных соревнованиях по разным дисциплинам. Есть собаки-спасатели, которые служат в МЧС, разыскивают потерявшихся людей, а в свободное время работают ассистентами канис-терапевта. Для некоторых участников группы милое хобби давно переросло в нечто большее, стало главным делом жизни. В их числе наша собеседница, руководитель проекта «Лапа помощи» Наталья ГРИГОРЬЕВА.

СОБАКА — РАДУЕТ

— Наталья Анатольевна, расскажите, как любитель собак превратился в канис-терапевта?

— Началось всё с обычных занятий с собачками. В Петропавловске довольно давно работает клуб «Чемпион». Гордо говорю, что это единственный клуб на Камчатке, который занимается не только разведением собак, но ещё (и достаточно успешно) спортом. Со времён ДОСААФ было принято, что кинологи ходили к детям с собаками. Наш клуб «Чемпион» тоже решил нести добро, светлое, вечное, и мы несколько раз побывали в детском доме.

Тогда я впервые обратила внимание, что одни собаки с радостью выдерживают любовь тридцати детей и в восторге от «обнимашек», а другие дают понять: «Стоп, я больше не могу. Мама, пошли прятаться!». И это не зависит от породы — только от характера конкретной особи. Почему так происходит? В поисках ответа я впервые набрела на понятие канис-терапии. На

ЛАПА ПОМОЩИ

Как четвероногие ассистенты помогают людям



«Нашим младшим спортсменам нужен стадион».

Фото из архива Натальи ГРИГОРЬЕВОЙ

первом этапе я искренне была уверена, что лечит «прикладывание» собачки — погладили, обрадовались, выздоровели. С погружением в тему стало понятно, что это, бесспорно, несёт положительные эмоции, но все-таки не является канис-терапией, скорее — досуговая деятельность, праздник. Пришли — устроили праздник, ушли. Это не терапия.

Стала искать дальше и узнала, что в России канис-терапией заинтересовались учёные. Они развивают научную и медицинскую части на базе первого медицинского института в Санкт-Петербурге. Сообщество поддержки и развития канис-терапии довольно успешно внедряет их в практику. Сейчас в Санкт-Петербург приезжают учиться кинологи из стран Европы, Израиля и т.д.

КОМАНДА ЭНТУЗИАСТОВ

— Вы сейчас осваиваете работу канис-терапевта на профессиональном уровне. Какую профессию «отставили в сторону»?

— Первое образование — педагогическое, закончила филфак. Из школы ушла: трудно было видеть, что родители делают со своими детьми. Выучилась на экономиста, потом стала кинологом, сейчас получаю высшее образование по канис-терапии. В России с 2018 года вводится обязательный профессиональный стандарт по этой специальности.

Но один в поле не воин. Работа канис-терапевта очень тяжела, потому что мы имеем дело с людьми (и детьми), у которых серьёзные проблемы со здоровьем, а плюс к этому — с их окружением, с их семьями. Увы, и родители, и мы прекрас-

но понимаем, что эти дети уже никогда не вернуться к обычной жизни. И если мы можем хоть чем-то помочь им, научить быть самостоятельнее, и при этом подарить немного радости, успеха, веры в себя — это здорово, хоть и требует колоссальной эмоциональной отдачи.

Что бы ни происходило — мы всегда должны быть в хорошем настроении. Я счастлива и благодарна, что есть единомышленники, помощники, что у нас целая команда энтузиастов. Они прошли обучение и получили документы волонтеров канис-терапии 1 или 2 уровня. Все собаки-ассистенты тоже обучены и имеют сертификаты. Кстати, в официальных документах их именуют «собака — средство реабилитации».

— Каким образом такое замечательное средство помогает при реабилитации?

— Все упражнения, которые показаны человеку, делаются с собаками. Если надо застёгивать пуговицы, он будет застёгивать их на одежде собачки. Если делать бутерброды — то делать их для собачки. И меню для неё составим, а потом будем кормить её с вилки бутербродом. Нальём воду. Соберём на прогулку — наденем ботинки, шапку, шарфик...

Взаимодействовать с собаками инвалиду легко, ведь собака не критикует и не ставит оценок. Человек, кем бы он ни был, — всё равно оценивает. А собака принимает тебя таким, какой ты есть. Она всегда тебе рада, она всегда готова общаться, служить, выполнять твои желания. Собака генетически создана, чтобы жить с человеком и быть ему помощником. Поэтому трудный процесс обучения проходит проще и веселее.

— Даже самые тяжёлые наши пациенты реагируют на собаку, и знаете, как? Они хватают её за хвост. Потому что виляющий хвост — собачья улыбка.

ЭКЗАМЕН ДЛЯ АССИСТЕНТОВ

— Какие требования предъявляются к собакам-ассистентам?

— Для досуговой деятельности (праздник с трюками и «обнимашками») и для канис-терапии собака сдаёт два разных экзамена. В основе, конечно, полная безопасность — что бы с собакой ни сделали, она не должна допустить ни одного резкого движения, ей нельзя гавкать и скулить. Если даже на неё наступили, она должна отодвинуть лапку и сидеть на месте, оставаясь в хорошем настроении.

Научить собаку трюкам проще всего. Самое сложное — выдержать три часа непрерывной работы. Собака потом отсыпается весь следующий день. Она тоже щедро отдаёт эмоции.

— Насколько сами животные заинтересованы в такой работе?

— Одни собаки готовы работать «для мамы», чтобы порадовать хозяйку и получить похвалу. Другие искренне любят это делать — им действительно нравятся дети и общение с ними.

Собаки тоже «профессионально растут», если с ними заниматься. Со временем они начинают «читать» клиента, точно определять, что ему надо. Не раз и не два видела, как во время работы наши ассистенты вдруг просто ложились в ноги человеку и отказывались продолжать, потому что понимали — человек уже устал. Или, напротив, предлагали игры. Во время досуговых мероприятий в учреждениях часто собака сама выбирает, кому забраться на руки, и всегда это именно тот человек, который больше

других нуждается в объятиях, в прикосновениях к гладкой пушистой шерсти.

НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ

— Ваша деятельность уже доказала, что нужна людям. Готова ли власть оказывать вам поддержку?

— Да. К нашей огромной радости, администрация Петропавловска выделила «Лапе помощи» двухкомнатную квартиру. Мы получили президентский грант, который поможет сделать в ней ремонт и подготовить к приёму детей. Так что скоро будем праздновать новоселье. Другая хорошая новость в том, что город пообещал построить для нас стадион.

— Какое долгожданное решение! Сейчас ведь у вас нет места для занятий спортом?

— В Петропавловске — нет. На тренировки и соревнования нам приходится ездить в Елизово, на стадион «Строитель». Это единственное место, куда пускают с собаками. А ведь мы занимаемся не только с взрослыми, но и с детьми, с подростками. Их я тренирую бесплатно, и безумно счастлива, что дети увлечены, стараются и показывают результаты.

Наши спортсмены выезжают на соревнования на материк и выигрывают их. Есть целый ряд дисциплин, в которых мы на протяжении ряда лет занимаем призовые места: фризби, фристайл (танцы с собакой), питч энд гоу (выполнение команды «апорт» с разными предметами на скорость), аджилити (преодоление трассы с препятствиями), обидиенс (послушание) — один из сложнейших видов дрессировки.

И всё это мы делаем здесь, на Камчатке. Поэтому удобно расположенный стадион, до которого будет легко добираться нашим младшим спортсменам, очень нужен, и мы все его очень ждём.

Есть ещё одна заветная мечта, которая уже оформилась в проект: создание центра адаптивного ездового спорта. Чтобы он заработал, нужны обученные собаки, материально-техническая база и человек, который захочет обучать детей. Уже почти всё готово, и в этом году я надеюсь запустить проект.

— Что ж, 2018 год открывает перед клубом «Чемпион» и группой канис-терапии «Лапа помощи» новые горизонты — может быть, не случайно, что по восточному календарю это год Собаки. Кстати, он наступит 16 февраля. Как большой знаток этих животных, скажите: чего нам ждать от нового года?

— Собакам от природы присуще честность и преданность. Последнее время мы часто лишены этого в отношениях, на работе и в частной жизни. Поэтому я желаю, чтобы год Собаки принёс всем нам именно это — честность, преданность и настоящую любовь.



Эмма КИНАС

«ЖИЗНЬ-НЕ САХАР» ЧАСТО ГОВОРЯТ МЫ, СЕГУЯ НА НЕПРИЯТНОСТИ, ПРИ ЭТОМ ПОДРАЗУМЕВАЯ, ЧТО САХАР – ЭТО ВСЕГДА ЧТО-ТО ХОРОШЕЕ. ОДНАКО ЭНДОКРИНОЛОГИ С ТАКИМ УТВЕРЖДЕНИЕМ ВРЯД ЛИ СОГЛАСЯТСЯ: САХАРНЫЙ ДИАБЕТ УЖЕ СТАЛ БИЧОМ НАШЕГО ВРЕМЕНИ.



О том, почему стоит тщательно следить за уровнем сахара в крови, и к каким осложнениям может привести

«сладкое» заболевание, рассказывает врач диетолог-эндокринолог единственного на Камчатке медицинского центра коррекции веса «Эстетик» Анастасия МОСЕНИНА.

БОЛЕЗНЬ С НЮАНСОМ

- Анастасия Анатольевна, что такое сахарный диабет?

- Это хроническое прогрессирующее заболевание, которое характеризуется повышением уровня сахара в крови из-за абсолютной или относительной недостаточности инсулина. Инсулин для нашего организма – жизненно важный гормон, который доставляет глюкозу в клетки. И если он не выполняет свою работу, развивается сахарный диабет.

- Заболевание, как известно, бывает двух типов. В чём разница?

- Диабет первого типа – это абсолютный недостаток инсулина: поджелудочная железа или перестаёт его вырабатывать, или вырабатывает неполноценный, который не может выполнить свою работу. Такой тип диабета чаще всего развивается у детей и молодых людей.

Кстати, вопреки расхожему мнению, диабет первого типа – заболевание не врождённое. Должны быть генетические предпосылки, и, в большинстве случаев, для развития необходим «пусковой механизм», которым чаще всего бывают тяжело перенесённые инфекционные заболевания: паротит, грипп, ветрянка. При инфекционных заболеваниях иммунная система вырабатывает антитела, которые могут стать активны против собственных тканей в организме, если есть к этому предрасположенность.

При сахарном диабете первого типа такие антитела становятся активны против поджелудочной железы, а точнее против клеток, которые вырабатывают инсулин и разрушают их. Если условно обозначить уровень инсулина у здорового человека как 100-про-

НЕСЛАДКАЯ ЖИЗНЬ

Как уберечься от сахарного диабета



Уровень инсулина необходимо контролировать.

центный, то при диабете первого типа уровень инсулина может снижаться до 10%. Если человеку не оказать помощь, то через три-четыре дня он впадёт в кому.

- А что происходит при сахарном диабете второго типа?

Идёт противоположный процесс: инсулина вырабатывается намного больше, чем необходимо. Это связано со снижением чувствительности клеток к действию инсулина.

2 типа сахарного диабета одинаково опасны.

- Почему это происходит?

- Как правило, диабетом второго типа страдают люди с избыточной массой тела. Оговорюсь, избыточная – это при индексе массы тела больше 25. Посчитать ИМТ несложно: необходимо разделить свой вес в килограммах на рост в метрах квадратных.

Однако здесь есть свои нюансы. Тучный человек, конечно, всегда в зоне риска по развитию сахарного диабета, но гораздо опаснее ожирение внутренних органов, оно может развиваться и у людей с нормальным весом. Именно висцеральный жир ведёт к развитию таких заболеваний как сахарный диабет, ишемическая болезнь сердца и онкологии. Инсулин просто не может «пробить» жировую прослойку и доставить глюкозу в клетки. Соответственно, глюкоза в клетку «не доставляется», её уровень в крови повышается, а клетки остаются «голодными». Рецепторы улавливают это, и мозг подаёт вам сигнал, чтобы вы поели, а вашей поджелудочной железе, чтобы она вырабатывала ещё больше инсулина. А его избыток постоянно стимулирует жировую ткань на накопление жиров, и



Научитесь правильно питаться.

ваша жировая прослойка продолжает нарастать. Круг замыкается. Так и развивается диабет второго типа.

РОТ НА «ЗАМОК»

- Получается, что сахарный диабет напрямую связан с лишним весом. А кто ещё в группе риска?

- Люди с гиподинамией, гипертонией, повышенным уровнем холестерина, хроническим стрессом и диабетом беременных в анамнезе. Нередки случаи развития, так называемого, гестационного сахарного диабета – диабета у беременных женщин, ему подвержены женщины с избыточным весом, синдромом поликистозных яичников.

- А женщины с диабетом могут вынашивать беременность?

- Конечно, только необходимо тщательно готовиться к такому ответственному периоду своей жизни. Если у женщины диабет первого типа – максимально нормализовать уровень сахара в крови, и только потом планировать беременность. Кроме того, необходимо постоянно наблюдаться у кардиолога, окулиста, нефролога – их рекомендации помогут выносить малыша здоровым. Для женщин с диабетом второго типа рекомендации те же самые, только на период беременности следует

заменить приём таблетированных препаратов на инсулиновые.

- Узнать о развитии этого заболевания можно лишь сдав «кровь на сахар»?

- Диабет долгое время может протекать бессимптомно, и всё же по косвенным признакам можно заподозрить у себя развитие этого опасного недуга. Чаще всего к ним относят сухость во рту и жажду, обильное мочеиспускание, употребление большого количества воды, утомляемость, быстрый набор веса, или, наоборот, быстрая его потеря, онемение конечностей, долго незаживающие порезы и раны, гнойничковые заболевания кожи. Согласитесь, на эти тревожные звоночки далеко не все будут обращать внимание – подумают, что нужно больше отдыхать, пить витамины... А в это время серьёзный недуг уже во всю атакует организм человека.

- И каковы последствия?

- Сахарный диабет – прогрессирующее заболевание, и его игнорирование существенно снижает качество жизни пациента. Большинство осложнений диабета связано с сосудами. Снижается острота зрения, нарушается работа почек, страдает сердечно-сосудистая система. А лечить развившиеся осложнения намного сложнее, чем предотвратить их.

- Почему же заболевших сахарным диабетом так много, ес-

ли «кровь на сахар» – основной анализ при любой диспансеризации и профосмотре?

- Во-первых, потому что люди невнимательно относятся к своему здоровью и годами не появляются у участковых терапевтов. Во-вторых, как я уже говорила ранее, диабет долгое время может протекать практически бессимптомно.

Ещё одна проблема – несовершенная диагностика. Все знают, что кровь из пальца нужно сдавать на голодный желудок, и в этом случае даже на начальном этапе развития диабета – уровень сахара может быть в норме. Но после еды уровень сахара в крови может быть выше положенного или снижаться не так быстро, как должен. А это уже является поводом для начала лечения.

Именно поэтому в центре «Эстетик» мы не просто определяем уровень сахара в крови натощак, но и проводим анализ на гликированный гемоглобин. Это показатель среднего уровня сахара за три месяца, и, если цифры выше нормы – ставим диагноз и начинаем лечить.

ЖИТЬ КАК ВСЕ

- Сахарный диабет невозможно вылечить. И как с ним жить?

- Как все. Диабет – это образ жизни. И если у вас развилось нарушение углеводного обмена, значит, пора его менять. В этом я с удовольствием помогу. Научу правильному питанию, подскажу, как изменить свой образ жизни. Объясню, как контролировать болезнь так, чтобы она не контролировала вас.

- И всё же, какие практические советы вы дадите тем, кому поставлен официальный диагноз?

- Для начала, взять всё под контроль. Узнавайте больше о своём заболевании. Чем больше вы знаете, тем меньше шансов, что что-то пойдёт не так. Мне практически «на пальцах» приходится объяснять взрослым людям, почему им нельзя съесть бублик или пирожное. Гиподинамия – бич современного общества: люди сидят на работе за компьютером, сидят в машинах, в автобусах. И при этом кушают так, как будто работают на шахте. Еда – это энергия, а энергию надо тратить.

Изменить образ жизни, систему питания, двигаться как можно больше. Вот с чего нужно начинать после постановки диагноза. Это даже важнее медикаментозного лечения.

- В медцентре рассказывают, как это сделать?

- Да, и над этим работает группа специалистов: эндокринолог, диетолог, психолог. Кроме того, мы практикуем аппаратное похудение, которое помогает избавиться от ненавистного жира. Но без изменения образа жизни и рациона питания ничего не получится. Если пациент нацелен на результат, если хочет прожить долгую и счастливую жизнь даже после постановки диагноза, мы ему с удовольствием в этом поможем. Ведь сегодня сахарный диабет – это не приговор.

Ольга ХОХЛОВА

Медицинский центр коррекции веса «Эстетик» располагается в Петропавловске на ул. К. Маркса, 29/1. Телефон 400-155.

КСТАТИ

Сахарный диабет не мешал сделать головокружительную карьеру многим известным личностям. Шерон Стоун, Сильвестр Сталлоне, Арнольд Шварценеггер и многие другие – больны диабетом. И даже в составе некоторых олимпийских сборных есть люди, страдающие этим заболеванием. И это не мешает им становиться чемпионами.