6+

Наша жизнь

11 ноября 2026 года СРЕДА № 90 (11332)

Издаётся с 20 ноября 1931 года | Выходит 2 раза в неделю: среда, пятница | Цена 16 руб. 31 коп.

http://www.ourlife72.ru | https://ok.ru/kazankanews | https://vk.com/kazankanews

Поздравления

Уважаемые сотрудники и ветераны органов внутренних дел Казанского муниципального округа!

Поздравляювас с профессиональным праздником!

Сотрудникам органов внутренних дел доверено законом оберегать жизнь и здоровье граждан, приходить на помощь в трудную минуту, защищать интересы государства и общества, бороться с нарушениями правопорядка.

Вы с честью несёте свою непростую ежедневную службу. Вам привычны будни, наполненные тревожными звонками, дежурствами, выездами на места происшествий, проблемами и заботами попавших в беду людей.

Благодарю вас за мужество и отвагу, за преданность избранной профессии и верность долгу, за самоотверженный труд. Пусть каждый день будет наполнен уверенностью в своих силах, поддержкой коллег и уважением граждан.

Желаю крепкого здоровья, благополучия, твёрдости духа и успехов в вашей ответственной работе. Счастья, мира, добра вам и вашим близким!

Татьяна БОГДАНОВА,
глава округа

Уважаемые сотрудники полиции, ветераны органов внутренних дел!

От имени депутатов думы Казанского муниципального округа поздравляю вас с профессиональным праздником!

Сотрудники органов внутренних дел стоят на страже закона и порядка, защищая права и свободы граждан, обеспечивая безопасность наших жителей.

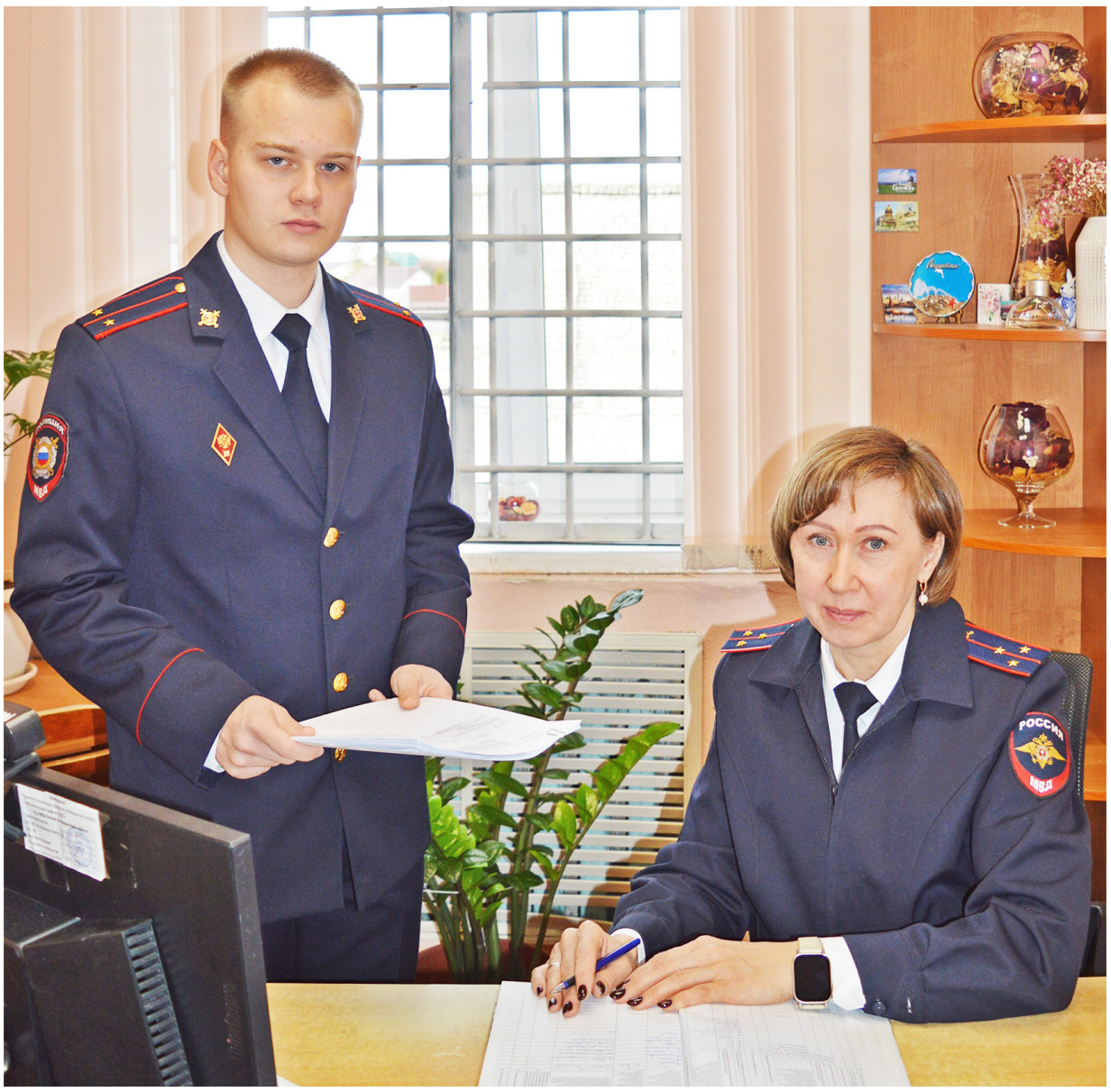
Ваша служба – это ежедневный подвиг, требующий мужества, самоотверженности, отличной подготовки и непоколебимой преданности долгу.

Искренняя благодарность и признательность каждому из вас за нелёгкий, но такой важный труд. Ваша работа зачастую связана с риском для жизни, с необходимостью принимать сложные решения в экстремальных ситуациях.

Спасибо за стойкость, бдительность и готовность прийти на помощь в любой момент.

Желаю крепкого здоровья, успехов на службе при выполнении профессионального и гражданского долга! Семейного благополучия вам и вашим близким!

Ольга СОБЯНИНА,
председатель думы



Сотрудники Отделения МВД «Казанское» Андрей Дергачёв и Людмила Шмидт

10 НОЯБРЯ – ДЕНЬ СОТРУДНИКА ОВД РФ

Служат закону и народу

Основная задача полиции – защищать людей от противоправных действий

Старший лейтенант внутренней службы Людмила Шмидт с 2021 года занимает должность старшего инспектора группы анализа, планирования, контроля и информационного обеспечения Отделения МВД России «Казанское». Её кабинет – это, по сути, штаб, куда стекаются все данные о совершённых в округе преступлениях.

Среди многочисленных обязанностей специалиста – учёт уголовных дел и лиц, совершивших преступление, контроль за качеством составления статистических и криминалистических документов.

У женщины два высших образования – педагогическое и юридическое. Она 14 лет трудилась в таможне, после два года возглавляла миграционный пункт Отделения МВД России по Казанскому району.

За все годы службы Людмила Леонидовна зарекомендовала себя как грамотный, дисциплинированный сотрудник. Она не боится брать на себя ответственность в решении служебных вопросов, занимает активную жизненную позицию, участвует в общественной и спортивной жизни Отделения.

Её коллега Андрей Дергачёв работает оперуполномоченным с апреля текущего года. В 2025 году он окончил Уральский юридический институт МВД России и начал трудовую деятельность в городе Ишиме. Полгода отработал в должности следователя.

– Первое дело, которое пришлось расследовать, – кража телефона на детской баскетбольной площадке, – рассказал полицейский. – Преступление удалось тогда раскрыть в течение суток.

Сегодня в обязанности оперуполномоченного входит не только выявление, пресечение и раскрытие преступлений, розыск лиц, скрывающихся от следствия, но и работа с населением по профилактике дистанционного мошенничества на территории Казанского района. Для этого лейтенант полиции читает лекции в организациях.

Работа в органах внутренних дел требует особого набора качеств, ведь приходится общаться с самыми разными людьми, рисковать, быстро принимать решения, не поддаваться на провокации, при этом сохранять самообладание, проявлять выдержку и настойчивость. А для оперуполномоченного важны также наблюдательность, развитое логическое мышление, умение анализировать информацию и строить версии. Всё это позволяет успешно справляться с поставленными задачами.

Когда сотрудники полиции оперативно реагируют на вызовы, расследуют преступления и восстанавливают справедливость, люди чувствуют себя в безопасности. Это создаёт основу для нормальной жизни и уверенности в завтрашнем дне.

Светлана СУРОВЦЕВА
Фото автора

Погода в Казанском

Gismeteo прогноз погоды

12.11 четверг	скорость ветра 5 – 7 м/с, Ю/З	13.11 пятница	скорость ветра 5 – 7 м/с, Ю/З	14.11 суббота	скорость ветра 7 – 9 м/с, Ю/З
+2	-1	+3	0	+4	-1

Поздравление

Уважаемые сотрудники и ветераны органов внутренних дел!

Поздравляю вас с профессиональным праздником!

Ваша служба – один из гарантов обеспечения безопасности граждан. Вы стоите на страже общественного порядка, защиты людей, выполняете служебные задачи не только на территории Тюменской области, но и в командировках, в том числе в зоне специальной военной операции. Спасибо вам за самоотверженность, выдержку и профессионализм.

В этом году вы обеспечили безопасность проведения важного общественно-политического события – выборов, а также крупных форумов всероссийского и международного уровней, которые состоялись в нашем регионе.

Сегодня, в эпоху цифровых вызовов, важнейшим направлением стали профилактика преступлений, противодействие мошенникам и киберпреступникам, вовлекающим граждан в деструктивную деятельность. Ваша разъяснительная работа с жителями, поиск новых путей и методов предупреждения обмана помогают уберечь их от финансовых и моральных потерь.

Этот праздник – возможность выразить благодарность и действующим сотрудникам, и ветеранам, чей опыт и закалка служат примером для нового поколения защитников правопорядка.

Желаю вам крепкого здоровья, мира и добра, успехов в службе на благо региона и России, благополучия вашим семьям.

Александр МООР,
губернатор
Тюменской области

ДЕЛА АГРАРНЫЕ

Уборочная завершилась

Губернатор Тюменской области Александр Моор в личном информационном канале мессенджера MAX сообщил, что хозяйствами области собрано почти 1,3 млн тонн зерна, средняя урожайность – 22,7 ц/га. По этому показателю регион считается первым в Уральском федеральном округе.

Александр Викторович также отметил, что Тюменская область значится в лидерах и по урожайности картофеля: собрано свыше 200 тысяч тонн.

Передовики – Заводоуковский, Ишимский и Голышмановский округа. Внутреннюю потребность региона в продовольствии аграрии полностью закрыли.

– Поздравляю с завершением страды и благодарю за труд на благо Тюменской области, – сказал губернатор.

Соб. инф.

В НЕСКОЛЬКО СТРОК ОБО ВСЁМ

О мерах поддержки

В Тюменской области участники СВО и их семьи получают поддержку через портал «Госуслуги». За последние полгода появились новые сервисы: индивидуальное сопровождение участников СВО при трудоустройстве; оздоровительная путёвка для членов семей погибших участников СВО; реабилитационная путёвка для членов семей участников СВО; ежемесячная выплата членам семей участников СВО, обучающихся очно. Военнослужащим доступно цифровое удостоверение, подтверждающее статус при получении медицинских услуг, обращении в государственные юридические бюро, посещении учреждений культуры и спортивных мероприятий, на которых предусмотрены льготы.

Для детей-сирот

Дети-сироты, проживающие в Тюменской области, могут получить социальную выплату на приобретение жилого помещения. Её размер рассчитывается по той же формуле, что и федеральный сертификат: норматив – 33 квадратных метра общей площади жилья по средней рыночной стоимости одного квадратного метра в регионе. Возраст для получения выплаты должен быть не менее 22 лет, требования к уровню дохода не предъявляются. За консультацией можно обращаться в органы социальной защиты населения по месту жительства.

МРОТ увеличится

С 1 января 2027 года на 6,8% увеличится минимальный размер оплаты труда (МРОТ) и составит 28935 рублей. До конца 2026 года МРОТ равен 27093 рублям. По Трудовому кодексу РФ работодатель не имеет права платить меньше МРОТ, если сотрудник отработал месяц на полную ставку. Величина МРОТ не может быть ниже прожиточного минимума трудоспособного населения. Оклад может быть ниже МРОТ при условии, что совокупный размер заработной платы с учётом доплат достигает установленного минимума. Районный коэффициент начисляется сверх МРОТ.

Оладьи по спецрецепту

В Тюменском округе в штабе взаимопомощи «Мы вместе» делают для бойцов СВО полуфабрикаты для приготовления оладий и омлетов. Рецептуру разработали с точностью до грамма, с учётом веса пакета, для того чтобы в труднодоступные места наборы могли доставлять дроны.

В полевых условиях в смесь достаточно добавить воды, а приготовить оладьи или омлет можно даже на окопной свече. Члены штаба также кладут в посылки сухофрукты, суповые наборы, тёплые вещи, антидроновые одеяла и многое другое.

Информации подготовила Светлана СУРОВЦЕВА

КАК НАС ОБСЛУЖИВАЮТ

Испытания прошли успешно

Объекты теплоснабжения ЖКХ работают в штатном режиме

Газовую котельную № 1 коммунальщики называют центральной. Её мощность позволяет отапливать жилые многоквартирные дома, здания и учреждения, в общем, практически всю социальную инфраструктуру, расположенную в центре села. Для бесперебойной подачи тепла в этом году был проведён комплекс ремонтных работ. Заменён участок теплотрассы по улице Северной протяжённостью почти 400 метров с обустройством колодцев, заменой кранов и вентилей. Также проведена чистка и настройка оборудования, проверены приборы учёта, датчики и другая электроника, которая используется при эксплуатации газовых котлов.

– Отопительный сезон для нас стартовал 29 сентября, – говорит мастер газовых котельных Александр Андреев. – На протяжении нескольких недель шли пусконаладочные работы. Необходимо было запитать теплотрассы, стравить воздух, проверить насосы и прочие устройства. Сегодня можно с уверенностью сказать, что все испытания прошли успешно и в зиму мы входим с исправной системой отопления.

Оператор газовой котельной № 1 Вадим Сорокин не первый год работает с современным оборудованием. Говорит, что монотонный шум насосов и котлов, конечно, напрягает слух, но если закрыть уши, то можно не услышать и не определить сбои. Поэтому все операторы котельных, как акустики на подводных лодках, следят, чтобы в работе машин не было посторонних шумов.

– Под моим контролем четыре котла на природном газе, один резервный на жидком топливе, – рассказывает Вадим Сорокин. – В настоящее время, пока позволяют погодные условия, функционирует только один. Запас мощности таков, что можно спокойно перенести даже якутские морозы.



Оператор котельной Вадим Сорокин внимательно следит за работой оборудования

За летний период проверены и приведены в порядок проблемные участки. Пусконаладочный период показал, что работы выполнены качественно, а самое главное, в срок.

– Традиционно, как заканчивается отопительный сезон, для нас начинается подготовка к следующему, – говорит директор Казанского МУП ЖКХ Артём Алмазов. – В течение лета был проведён комплекс ремонтных работ с заменой котельного оборудования в Ильинке, Огнёво, Гагарье. При модернизации тепловых сетей ежегодно меняются ветхие участки на новые. Также проводим ремонт и реконструкцию водопроводных сетей. В текущем году наконец-то решили вопрос с проблемным участком по улице Комсомольской в районном центре. В рамках инвестиционной программы проводился ремонт по улицам 8 Марта и 40 лет Победы. В Ильинке заменён большой участок водопровода протяжённостью 500 метров. Хочу отметить, что предприятие не имеет задолжностей перед поставщиками энергоресурсов, мы своевременно получили разрешение на пуск газа, поэтому в отопительный сезон вошли уверенно и подготовлено.

Пока погодные условия позволяют котельным работать в экономрежиме, а когда на улице заметно похолодает, оборудование запустят на заданную мощность.

Андрей ЗАДОРОЖНЫХ
Фото автора

ТРУДОУСТРОЙСТВО

Путь к новой профессии

В рамках реализации национального проекта «Кадры» кадровый центр «Работа России» активно трудится над созданием новых возможностей для трудоустройства жителей округа, уделяя особое внимание участникам специальной военной операции и членам их семей. Одно из ключевых направлений – профориентационные туры по предприятиям муниципалитета. Цель выездных экскурсий – познакомить потенциальных работников с актуальными вакансиями, дать им возможность увидеть производственные процессы изнутри, оценить условия труда и напрямую пообщаться с руководством и коллективом.

Так, в октябре для группы заинтересованных лиц распахнул свои двери «Агрокомплекс Маяк», специализирующийся на молочном животноводстве и растениеводстве. Участники экскурсии побывали на ферме в д. Шагалово. Перед её осмотром начальник кадрового центра «Работа России» по Казанскому муниципальному округу Юлия Бессонова рассказала, что агрокомплексу требуются трактористы, механизаторы, операторы машинного доения и животноводы.

Далее заместитель директора по общим вопросам Светлана Смолина провела экскурсию по современному молочнотоварному предприятию.

– Шагаловская ферма рассчитана на 1200 голов и оснащена по последнему слову техники. Это производство, где каждый этап оптимизирован, – подчеркнула Светлана Владимировна.

Посетители убедились в высоком уровне автоматизации: труд на ферме полностью механизирован, а контроль за здоровьем животных и качеством молока осуществляется при помощи компьютерных систем. Комплекс включает в себя не только современные коровники, но и просторные телятники, центральный корпус с доильным залом и профилакторий для молодняка. Особый интерес у гостей вызвали ясли для телят. На территории предприятия также имеются собственные склады для хранения кормов: сена, сенажа, силоса и концентратов.



Участники экскурсии оценили условия работы Шагаловской фермы

Среди экскурсантов – Сергей Александрович Захаров – близкий родственник участника СВО. Ранее мужчина трудился техником-осеменатором, но с августа оказался без работы.

– Я встал на учёт в центр занятости и сегодня с большим удовольствием посетил шагаловскую ферму, – говорит Сергей Александрович. – Надеюсь, что здесь мне смогут предложить работу по моей специальности.

Его оптимизм оправдался: уже после экскурсии Сергею поступил звонок с приглашением на собеседование.

Ещё одна подобная экскурсия прошла в сентябре на предприятии ООО «ХПП Казанское», которое занимается услугами в области растениеводства. Участников профтура встретила кладовщик Алёна Цибрюк. Она провела гостей по ремонтным мастерским и огромным складам, где хранится зерно. Начальник отдела кадров Татьяна Сапаргалиева отметила, что организации нужны водители, трактористы, агрономы и главные инженеры.

– Формат такой встречи очень интересен, – поделился впечатлениями участник спецоперации Андрей Шевелёв. – Здесь можно оценить реальные условия труда, пообщаться с коллективом и наметить новые ориентиры для мирной жизни и профессионального развития. Чувствуется поддержка и искреннее желание помочь.

Юлия Бессонова отметила, что помощь в трудоустройстве, профессиональном развитии и социальной адаптации участников СВО и членов их семей – одно из приоритетных направлений деятельности кадрового центра «Работа России».

– Каждому соискателю персональный помощник, карьерный консультант, выстраивает индивидуальный план содействия занятости: проводит профориентацию, подбирает подходящие предложения о работе, готовит к собеседованиям, организует встречи с работодателями. При необходимости мы направляем на бесплатное переобучение или повышение квалификации, – пояснила Юлия Сергеевна.

Также она добавила, что центр занятости активно поддерживает тех, кто мечтает открыть собственное дело.

Надежда НИКИТИНА
Фото автора

ИЗ ПИСЕМ В РЕДАКЦИЮ

Добротворцы

В Афонькинском доме культуры с 2023 года действует волонтёрское объединение «Добротворцы». Его участники – люди старшего, «серебряного» возраста, которые объединились, чтобы поддерживать военнослужащих, участвующих в специальной военной операции.

«С миру по нитке, а бойцам – огромная помощь!» – эта перефразированная пословица стала истинным девизом добротворцев. Они вкладывают в общее дело своё время, силы и душевное тепло. Среди активистов объединения: Т.В. Бородина, Р.Н. Галингер, Н.В. Горлова, Н.В. Пальянова, В.Г. Горлова, В.В. Старкова, Т.В. Раскатова и М.Н. Полукеева.

Волонтёры изготавливают и собирают необходимые вещи для отправки на передовую: сушат сухари, чеснок и фрукты, с удивительной ловкостью плетут маскировочные сети, делают нашлемники и окопные свечи, вяжут тёплые носки, варежки и пояса, готовят небольшие сладкие подарки-сувениры. Каждый предмет, созданный ими, – это не просто вещь, а проявление заботы и искреннего пожелания безопасности.

– Мы не можем оставаться в стороне, когда страна нуждается в нашей поддержке, – считают волонтёры. – Каждая связанная пара носков, каждая сплетённая сеть – это наш вклад в общее дело, в приближение долгожданной победы.

Работа добротворцев многогранна. Помимо собственноручно изготовленных предметов, они активно занимаются приобретением и отправкой кремов, мыла, зубных паст, щёток, а также средств защиты от насекомых. Все эти покупки осуществляются на личные средства участников движения и жителей села, которые демонстрируют истинное единство и готовность помочь.

Волонтёрское движение выражает огромную благодарность всем неравнодушным жителям села за оказанную финансовую поддержку.

Е. МЕЖЕЦКАЯ
с. Афонькино

СПОРТ. СПОРТ. СПОРТ

Чемпионат по фиджитал-спорту

В период осенних каникул Казанская школа принимала гостей из Тюмени. На этот раз учебное заведение стало площадкой для проведения первого чемпионата Казанского округа по фиджитал-спорту. Однако это уже второй приезд команды областной федерации совместно с центром «Воин» на территорию муниципалитета. Такое мероприятие состоялось во многом благодаря двухсторонней инициативе с учётом популяризации этого направления в молодёжных кругах.

– Мы рады, что давние друзья и партнёры охотно принимают наши приглашения, делая системным развитие нового вида спорта, – сказал на церемонии открытия начальник отдела по культуре, спорту и молодёжной политике администрации Казанского округа Александр Коротченко. – Желаю ребятам проявить свои лучшие качества. Пусть победит сильнейший.

В цифровом многоборье приняли участие команды из Казанской, Новоселезнёвской, Ильинской, Большеярковской школ и Ишимского многопрофильного техникума. По словам организаторов, в этом году был немного изменён формат чемпионата, в программу состязаний включена ещё одна новая дисциплина, а победителям предстоит отстаивать честь Тюменской области на более высоком уровне.

– В свою очередь мы тоже хотим отметить крепкую дружбу, которая у нас завязалась с Казанским округом, – подчеркнул председатель федерации фиджитал-спорта Тюменской области Дмитрий Чудинов. – Приезжаем сюда второй раз, но в новом формате впервые. Помимо тактического двоеборья, у нас будет новая дисциплина – «ритм-симулятор». По итогам соревнований те, кто займут призовые места, могут рассчитывать на спортивные разряды, а команда-победитель примет участие в чемпионате Тюменской области по фиджитал-спорту, который будет проходить весной следующего года.

После торжественной части команды заняли свои позиции на поле виртуального боя. По правилам популярной компьютерной игры «Контр-Страйк», ребята развернули полномасштабное сражение в городских кварталах. Моторика пальцев, скорость мышления, командная работа – всё это, по мнению участников, составляющие формулы успеха в виртуальных поединках.

– Сегодня увидел много достойных соперников, – поделился впечатлениями от игры участник команды Казанской школы Увойс Альдиев. – Для победы достаточно быть слаженными, иметь представление об игре, хорошо передвигаться и метко стрелять.



Меткость, расторопность и слаженнность – всё это составляющие успеха игроков

Если в виртуальном бою главным оружием служит компьютерная мышь, то в соревнованиях по лазертагу в руках у участников прототипы настоящих штурмовых винтовок. Здесь правила просты: за две минуты нужно ликвидировать как можно больше противников. Сигнал попадания приходит на шлем игрока, и у него блокируется оружие – это означает, что он выбит из игры. Победителем считается та команда, которая выиграла четыре раунда цифровой схватки.

Невероятным и зрелищным был новый вид состязаний в фиджитал-спорте – танцевальный ритм-симулятор. Пожалуй, это самая динамичная дисциплина в троеборье, которая развивает у детей пластику, гибкость и выносливость. Главный судья данного этапа – Семён Хлюпин. Он дважды чемпион УРФО, входит в пятёрку сильнейших спортсменов России в этом необычном виде спорта.

– Прежде всего, это сочетание физики и техники, – объяснил представитель федерации фиджитал-спорта Тюменской области Семён Хлюпин. – В моей дисциплине главное понимать, как работает сам джаз-денс, как работает игра, как правильно держать контроллер. Конечно, важна физическая подготовка и тренировки.

По итогам многочасовой борьбы в силовом и компьютерном двоеборье победу одержала команда «Гигабайты» из Ишимского многопрофильного техникума, второе и третье места достались ребятам из Казанской школы. В дисциплине «ритм-симулятор» первые места в своих возрастных группах заняли Арина Набокова, Рада Полукеева и Ксения Фоминцева, на второй позиции разместились Анна Агапова, Мария Усманова и Полина Соколова, третью строчку заняли Анастасия Ельцова, Павел Матаев и Валерия Кузьменко. Организаторы наградили призёров и участников чемпионата, договорившись встретиться здесь же, в Казанском округе, только уже в следующем году.

Андрей ЗАДОРОЖНЫХ
Фото Сергея ПОТАПОВА

В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ – ЗДОРОВЬЕ

Как вовремя заметить, что ребёнок курит вейп

Всё чаще от родителей можно услышать: «Лучше пусть курит электронку, чем употребляет наркотики». Взрослые пытаются так сохранить иллюзию контроля, однако специалисты предупреждают: за таким спокойствием может скрываться серьёзный риск. Об этом говорили на VI городском антинаркотическом форуме «#ВыбериСебя».

Одним из главных спикеров пленарного заседания стала Наталья Михайловская – руководитель Центра детского здоровья Областного наркодиспансера, главный внештатный детский психиатр-нарколог департамента здравоохранения. Её выступление позволило по-новому взглянуть на привычные подходы к профилактике.

Врачи отмечают тревожную тенденцию последних лет: молодые люди всё чаще начинают не с сигарет и алкоголя, а с никотинсодержащих изделий. И это не безобидная шалость. По словам нарколога, курение создаёт у подростка ложное чувство безопасности. Из-за этой привычки он может согласиться попробовать предложенную в компании курительную смесь, даже не подозревая, что рискует получить смертельное отравление наркотиком.

Почему дети пробуют психоактивные вещества? Родители и учителя часто ищут глубинные причины – стресс, желание убежать от проблем. Однако основной причиной первых проб всё-таки остаётся любопытство. И именно оно требует от взрослых не криков и запретов, а конкретных действий.

Один из самых острых вопросов, который волнует родителей: как узнать, что ребёнок курит вейп, если от него не пахнет табаком? «Существуют иммунохроматографические тесты на котинин. Они есть в наркологической службе, их продают в аптеках. Тест позволяет выявить даже разовое употребление никотина, что даёт возможность вмешаться на самом раннем, ещё донозологическом этапе. Учителя могут донести эту информацию до родителей, потому что не каждый взрослый знает, что можно просто пойти в аптеку и купить тест», – объяснила Наталья Михайловская.

Безопасность начинается с честного диалога и готовности вовремя заметить интерес ребёнка к веществам, которые изменяют его состояние и сознание. И чем раньше родитель это сделает, тем больше шансов, что подросток сохранит здоровье и жизнь.

Пресс-служба ГБУЗ ТО
«Областной наркологический диспансер»

Сахарный диабет: когда счёт идёт на минуты

Резкое падение сахара может привести к коме, а инфаркт у пациента с диабетом иногда протекает без боли. Медики рассказали, какие симптомы нельзя игнорировать и когда необходимо срочно вызывать бригаду скорой помощи.

Мужчина 60-ти лет внезапно начал вести себя агрессивно: не узнавал близких, не контролировал свои действия. Родственники не понимали, что происходит. Прибывшая бригада скорой медицинской помощи выявила у него критическое снижение уровня глюкозы в крови. После внутривенного введения глюкозы мужчина быстро пришёл в себя.

В другом случае пациент после физической нагрузки почувствовал резкое недомогание. Он был бледным, жаловался на слабость, но боли в груди не было. Электрокардиограмма, записанная бригадой скорой помощи, помогла выявить инфаркт миокарда. У обоих пациентов был диабет.

– При сахарном диабете опасные состояния не всегда проявляются привычными симптомами. При низком уровне глюкозы человек может стать заторможенным, дезориентированным или, наоборот, агрессивным. А инфаркт иногда протекает совсем без боли. Поэтому при внезапном ухудшении самочувствия важно не терять времени и обращаться за медицинской помощью, – отмечает Марина Бушмакина, врач скорой медицинской помощи линейного отдела ГБУЗ ТО «Станция скорой медицинской помощи».

Гипогликемия – резкое снижение сахара в крови. Чаще возникает у пациентов, получающих инсулин, если они пропустили приём пищи или нарушили назначенную схему лечения. Первые признаки: дрожь, холодный пот, бледность, сильный голод и слабость. Затем возможны спутанность сознания, судороги и кома.

Если человек в сознании и может безопасно глотать, ему нужно дать быстрые углеводы, например, сладкий сок. При нарушении сознания необходимо вызвать скорую помощь по номеру 103 или 112. Нельзя давать еду и напитки человеку без сознания.

Гипергликемия – значительное повышение сахара. Она может развиваться постепенно. Насторожить должны постоянная жажда, частое мочеиспускание и выраженная слабость. Рвота, необычно глубокое дыхание и спутанность сознания могут указывать на тяжёлое осложнение и требуют экстренной помощи.

Диабет также повреждает нервные окончания и сосуды. Из-за снижения чувствительности человек может не заметить травму стопы, а небольшая рана – долго не заживать и воспаляться.

Чтобы снизить риски, важно регулярно контролировать уровень глюкозы, принимать препараты по назначенной схеме, соблюдать режим питания и ежедневно осматривать стопы. Самостоятельно менять дозы инсулина опасно.

Пресс-служба департамента здравоохранения Тюменской области