

Гимнастика. Сила, гибкость, выносливость: здоровье через спорт

Тренер

(Продолжение. Начало на с. 7)

Что и говорить, истина проста. Каждый педагог вкладывает в своего ученика душу, растит его, хочет видеть результат. В спорте он сразу не приходит. Это годы тренировок. Леониду Морозову, конечно, приятно, что его питомцы не только достигают определённых высот, но и вырастают хорошими людьми. Трое учеников стали тренерами. Александр Тишков работает вместе с ним. Гордится он Андреем Перевозниковым, пятикратным чемпионом России, который в свои 30 лет продолжает выступать на чемпионатах. Вместе с Константином Казаковым входят в команду Центрального федерального округа России.

– Именно благодаря своему тренеру я шёл к своей победе, к достижениям. Он научил меня главному – никогда не бросать дело на полпути, – искренне скажет мне Константин Козаков. Кстати, несколько дней назад Костя вместе с Леони-

дом Сергеевичем отправились на очередной чемпионат России по спортивной гимнастике. Пожелаем успеха им!

В День защитника Отечества я не могла не задать вопрос: «Какими качествами должен обладать современный мужчина?»

– Прежде всего обладать крепким здоровьем. Чтобы мог защитить свою семью, Родину. Многие приводят к нам детей совсем слабеньких, они ничего не умеют делать. Мы постепенно формируем из них сильных и выносливых ребят, прививаем бойцовские качества. Наши воспитанники почти все проходят службу в рядах Российской армии.

... Гимнастика не единственная любовь в жизни старшего тренера Леонида Морозова. Он любит посидеть с удочкой на берегу водоёма, собирать грибы в лесу, копаться в земле на даче. И даже сам выращивает рассаду томатов. Вот только времени не хватает. За 50 лет трудового стажа в этом году впервые полностью отгулял свой отпуск.

Мечта о новом здании

Сегодня помещение, где ребята занимаются гимнастикой, устарело и очень обветшало. Здесь очень тесно. Детей много. Невозможно разместить несколько комплектов гимнастических снарядов, которых, к сожалению, тоже не хватает. Приходится проводить занятия даже на балконе. Хотя гимнастика в нашем городе была одним из самых ранних видов спорта и всегда пользовалась популярностью. Здесь воспиталось не одно поколение мастеров спорта, любителей спортивной гимнастики. И сегодня воспитанники удерживают ведущие позиции в Московской области и Центральном федеральном округе России. И они заслуживают других условий для тренировок.



Онкология. Новые технологии в лечении

Обезопасить себя вовремя

Любовь АЛЕКСЕЕВА

Наверное, сложно представить диагноз страшнее, чем рак. Но современные технологии дают человеку шанс на начальной стадии излечить заболевание. Надо только вовремя его распознать. Именно для этих целей специалисты Онкологического центра г. Королёва проводят бесплатные обследования жителей города. Сегодня мы беседуем с главным онкологом пятого территориального округа, главным онкологом города кандидатом медицинских наук Владимиром Игнатьевым.



– Владимир Фёдорович, как часто в онкоцентре проводятся профилактические мероприятия и насколько королевцы откликнутся на них?

– Два, три раза в год мы проводим Дни открытых дверей. Любой человек без полиса и паспорта может прийти к нам и проверить своё здоровье. Наши онкологи проводят бесплатные консультации, осмотры по определённой тематике. Недавний скрининг был посвящён профилактике кожных заболеваний. Ситуация тревожная. Темпы роста меланомы за последние 8 лет, по данным областного онкологического диспансера, выросли в 3 раза. Если в 2013 году мы выявили 12 человек с этим диагнозом, то в 2016-м – 20. Меланома – одно из агрессивных и непредсказуемых заболеваний. Мы осмотрели 125 человек, это достаточно приличное количество, и выявили 25 пациентов, у которых есть предрасположенность к этому заболеванию. В течение недели провели более тщательное обследование каждого из них. К счастью, ни у одного признаков меланомы не обнаружили. Но некоторым из них мы предложили сделать операцию. Поскольку эти пигментные негусы со временем могут превратиться в меланому.

– То есть, вовремя себя обезопасить?

– Совершенно верно. Эта операция, я бы сказал, косметическая и затрагивает небольшой участок тела. А если удалять меланому – это уже большая работа. Но самое

страшное то, что если рак лечится комбинированно, то, к сожалению, меланома малочувствительна к химической, и гормональной, и лучевой терапии. И в этом её зло. Это очень агрессивная опухоль, своего рода генератор метастазов. Её клетки с молниеносной скоростью распространяются по кровеносным сосудам. Меланома, независимо от её местонахождения, может дать метастазы в любой орган.

Меланома встречается у мужчин и женщин. Причём у женщин почти в 2 раза чаще. Средний возраст заболевших составляет примерно 45 лет. Однако за последние годы меланома стала всё чаще возникать у совсем молодых людей (15–25 лет).

Вот почему лучше вовремя убрать родимое пятно, чем потом «стрелять из пушки по воробьям».

– Многие считают, что лечить онкологические заболевания надо в больших серьёзных медицинских учреждениях. К ним у людей больше доверия. Что представляет собой онкологическая служба города?

– Хочу сказать, что наша структура онкологической службы единственная в области. В чём заключается её отличие от других. Первое. У нас есть поликлиническое онкологическое отделение, в которое может прийти на консультацию любой человек с подозрением на какое-то новообразова-

ние. В течение 10 дней наши специалисты проведут полное обследование. Если подтвердится диагноз, мы собираем консилиум онкологов и сразу планируем лечение. Ведь рак это не только хирургическое лечение. После операции проводится химиотерапия. Часто бывает и так: пациенты делают операцию в других клиниках, а на химиотерапию их направляют по месту жительства. Сами они не проводят эту процедуру, поскольку она дорогостоящая (курс лечения до 100 тысяч рублей). И нам, для того чтобы получить эти дорогостоящие препараты, приходится потратить не один месяц. А большие в это время теряют драгоценное время. И совсем другая ситуация, когда пациент находится на лечении у нас. После операции он сразу же сможет проходить курс химиотерапии, поскольку мы уже заранее заказали для него препараты. Если лёгкая химиотерапия, её проводят у нас амбулаторно в онкологическом диспансере. Более серьёзная – в онкологическом отделении городской больницы – второй структуры нашего центра.

Если случилось несчастье и пропущена начальная стадия, мы больного не бросаем, а направляем в хоспис (паллиативное отделение для онкологических больных) 3-й больницы. Он единственный в Московской области. Кстати, первый хоспис был создан в Санкт-Петербурге, второй – в нашем городе и третий был открыт в Москве. В нашем хосписе хорошие условия и больному проводится химиотерапия, симптоматическое лечение. Некоторые считают, что туда направляют безнадежных. Это не так. Больной окружён здесь вниманием, не остаётся со своей бедой наедине. После необходимых процедур может выписаться домой. Кстати, в онкоцентре есть и свой дневной стационар на 4 койки, где проводится химиотерапия одного дня.

– Достаточно ли у вас специалистов, чтобы оказывать качественную помощь своим пациентам?

– Да, достаточно. Уже много лет заведует онкологическим отделением кан-

дидат медицинских наук Андрей Клевчук. Хирург-онколог Владислав Екимов выполняет не только «открытые», но и лапароскопические операции. Химиотерапевт Алексей Подхватилин проводит высокодозную химиотерапию, онколог Святослав Хоботов занимается общей онкологией. Все они с большим опытом и хорошие специалисты.

В последние два года в отделении проводятся операции по высоким технологиям. Только есть одно «но» – никак не можем получить лицензию на проведение некоторых операций по новым технологиям, поскольку не хватает определённого количества медицинского оборудования. Техника очень дорогая. В течение двух лет подаём заявки в Министерство здравоохранения Московской области, но пока поступлений нет. В перспективе, Минздрав области планирует тяжёлых пациентов, проживающих в пятом и шестом территориальных округах, направлять в наше онкологическое отделение для проведения сложных операций. Таких отделений, как у нас, в области будет всего пять. И сложные операции будут проводиться только в этих лечебных стационарах.

– Что вы можете сказать о динамике онкологических заболеваний в городе? – Сейчас у нас на учёте состоят около 8 тысяч человек. Это средний показатель для такой численности населения. Сегодня люди стали думать о своём здоровье немножко больше, чем раньше, чаще приходят на обследование. И наша главная задача – выявлять рак на ранней стадии, чтобы спасти им жизнь.

– Владимир Фёдорович, что вас, как главного онколога города, территориального округа, волнует больше всего?

– У нас хороший диспансер, хорошие показатели. Сегодня онкология развивается очень быстрыми темпами. Нам тоже не хочется отставать, хотим двигаться вперёд. Наши специалисты постоянно повышают свои знания, посещают научные конференции. Планируем чаще проводить профилактические осмотры для жителей города и призываем их не бояться приходить к нам. Мне приятно встречать бывших пациентов, которых я оперировал много лет назад. Они живут и радуются жизни.