

**Сергей Петрович, удалось ли профсоюзам сохранить свою роль в деле охраны труда?**

В советские времена охраной труда занимался исключительно профсоюз, но после 1991 года эти функции взяло на себя государство, была создана Госинспекция по охране труда. Профсоюзы сохранили и свои структуры – как оказалось, не зря! Госинспектор имеет право оштрафовать нерадивого руководителя, но порой этим все и заканчивается. А где гарантия, что те же нарушения не повторятся? Некоторые инспектора на этот вопрос отвечают: дескать, тогда план по штрафам выполним. А профсоюзный технический инспектор, если уж влез в ситуацию, будет добиваться устранения нарушений. Наша позиция: каждый работник отрасли должен вернуться с работы живым и здоровым.

Когда у нас отняли охрану труда, потери на производстве стали сопоставимы с числом погибших в Чечне. Тогда профсоюзы начали восстанавливать свою систему охраны труда на предприятиях, в департаментах и префектурах. Сейчас она воссоздана и травматизм заметно сокращается. Там, где есть профсоюзные организации, он вдвое меньше. Теперь мы хотим до-

# ОТ ТРАВМЫ В СЕМЬЕ БЕДА, В ГОРОДСКОМ ХОЗЯЙСТВЕ - ПРОРЕХА

За прошлый год на предприятиях Департамента ЖКХиБ произошло 26 несчастных случаев на производстве. Как обстоят дела с охраной труда коммунальщиков? Как сделать его безопаснее? Об этом мы беседовали с председателем профсоюза муниципальных работников Москвы Сергеем ЧАЛЫМ.

**Что может сейчас сделать ваш уполномоченный, даже если он знает о нарушениях охраны труда?**

Он имеет право обратиться в профком, а если ситуация слишком серьезна, то и к нам. У нас рычагов воздействия уже побольше: мы имеем контакт с государственной инспекцией, она может оштрафовать и принять еще более строгие меры к нарушителям.

**Назовите главные причины несчастных случаев на предприятиях.**

Неудовлетворительная организация работ – а это прямая ответственность администрации предприятия. Но в любом случае надо разбираться детально. Например, если сотрудник знает, что работа, которую он выполняет, может производиться лишь с применением средств индивидуальной защиты (СИЗ), а спецодежду, спецобувь, очки, респиратор он не получил, профсоюз должен выявить, почему человек работал без защитных средств. Администрация не выдала? Или он сам наплевать подошел к своему здоровью?

Был я недавно на конкурсе профмастеров, обратил внимание, что ребята

приступают к работе без перчаток. Подошел, спросил, почему так. Отвечают, что, мол, в перчатках работать неудобно. Это значит, что и на рабочем месте они их не надевают. Кто-то должен от человека требовать, чтобы он себя берег?

**Прислушиваются ли к мнению профсоюзозов?**

Обязательно. Я участвую в работе совместной отраслевой комиссии по охране труда, она собирается раз в полтора месяца. Например, были проблемы с охраной труда на предприятии «Гормост», и мы их остро критиковали. После этого там добились реальных результатов: нет на предприятии несчастных случаев! Хо-

рошо работают по вопросам охраны труда МГУП «Мослифт», МП «Радон».

А есть предприятия, где нам не дают возможности создать профсоюзную организацию. Например, пришедший на российский рынок «Шиндлер» – международная лифтовая компания. Как член комиссии по распределению городского госзаказа я голосую против нее. Комиссия должна знать, что у нас есть правила и принципы работы, которые надо выполнять, если вы претендуете на получение госзаказа.

Сам закон о распределении госзаказа ужасен: при выявлении победителя учитывается только снижающий коэффициент. То есть победит в конкурсе то предприятие, которое не имеет социальной составляющей, где есть только директор и бухгалтер, а рабочих наймут на ближайшем шоссе. Они будут бесправны, их можно обмануть с зарплатой, не думать об охране труда...

**Что и делается?**

Мы намерены добиваться внесения изменений в этот закон. Это повысит качество работ в Москве и снизит травматизм, в том числе в отраслях городского хозяйства.

Беседу вела **Галина КРАСОВА**

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

● Когда рана небольшая, достаточно тщательно обработать вокруг нее кожу, удалить грязь, а затем смазать рану пятипроцентной настойкой йода или трехпроцентным раствором перекиси водорода. При отсутствии этих средств можно воспользоваться одеколоном или водкой. После этого рану следует забинтовать стерильным бинтом или закрыть бактерицидным пластырем. Нет ни того, ни другого? Подойдет чистый проглаженный мягкий лоскут ткани.

● Если рана глубокая и из нее сильно идет кровь темной пульсирующей струйкой (что бывает при повреждении вен), нужно сделать тугую давящую повязку.

● Если поранены рука или нога, следует приподнять их. В том случае, если фонтанирует алая струя крови (при повреждении крупной артерии), накладывают кровоостанавливаю-

щий жгут у основания поднятой конечности или выше места повреждения, подложив под него ткань. Правильно и достаточно туго наложенный жгут останавливает кровотечение. Но создается угроза омертвления тканей. Поэтому под жгут необходимо положить бумажку, на которой обозначено время его наложения: жгут нельзя оставлять более чем на 2 часа. За это время пострадавший должен быть доставлен в больницу. В больницу надо направить и порезавшего вену. В течение этих двух часов надо обязательно один-два раза распускать жгут на несколько минут.

● Если рана небольшая и ее вовремя обработали, то заживление идет быстро. При незначительном воспалении можно прикладывать марлевую салфетку, смоченную в настое листьев подорожника, травы тысячелистника, зверобоя, цветков ка-

лендулы или ромашки. Для этого столовую ложку одного из этих высушенных и измельченных растений заливают в термосе стаканом кипятка, настаивают в течение часа, после чего тщательно профильтровывают через плотный кусок ваты. Бинт или салфетку смачивают в настое, слегка отжимают и, приложив к ране, фиксируют бинтом или эластичной сеткой. Повязку меняют 2-3 раза в день, но обязательно сразу, если загрязнится.

● Можно воспользоваться листьями столетника (алоэ древовидное). Срезав нижний лист, тщательно вымойте его теплой кипяченой водой, разрежьте вдоль и свежим разрезом приложите к ране, закрепив бинтом. Меняйте 3 раза в сутки.

**Чем позднее вы обработаете рану, тем больше риск опасных осложнений.**

**Игорь СОКОЛЬСКИЙ,**  
кандидат фармацевтических наук

## УРОВЕНЬ САХАРА ПРИДЕТ В НОРМУ

Сегодня во всем мире насчитывается 130 миллионов больных диабетом – население крупного государства. Пугающая картина, однако специальные меры помогают эффективно противодействовать этому заболеванию.

Различают две формы диабета. Диабет типа 1 развивается до 20 лет и представляет собой аутоиммунное заболевание, при котором поджелудочная железа вырабатывает недостаточно гормона – инсулина и больные диабетом этого типа должны получать инъекции инсулина в течение всей жизни.

Диабет типа 2 проявляется в зрелом возрасте, как правило, у людей с избыточной массой тела, когда поджелудочная железа при по-

стоянном переизбытке испытывает повышенные нагрузки и не способна производить достаточно инсулина.

Все больные диабетом склонны к сердечно-сосудистым заболеваниям, болезням почек, атеросклерозу, повреждению нервов, инфекции, слепоте и медленному заживлению ран.

При диабете типа 2 снизить сахар крови, нормализовать обмен веществ в организме и продлить свою жизнь на многие годы можно без помощи инсулина, если соблюдать следующие рекомендации:

1. Снизить массу тела. 80% диабетиков типа 2 имеют избыточную массу тела. В основном они ведут сидячий образ жизни и много едят. Диета и физические упражнения помогут поху-

деть и вернуть уровень сахара в крови к норме.

2. Активно двигаться. Лучшее упражнение для больных диабетом – это быстрая ходьба.

3. Избегать стресса. Стресс и беспокойство могут дестабилизировать состояние диабетика в двух направлениях. У некоторых резко подкакивает уровень сахара в крови, а у других он резко падает.

4. Придерживаться низкокалорийной диеты в сочетании с дополнительным приемом витаминов и минеральных веществ.

Рекомендуется есть: зерновой хлеб, неочищенный рис, бобовые (фасоль, горох, чечевицу), сырые овощи и фрукты, продукты, богатые растительным белком (соя, картофель), растительные масла, морскую рыбу.

Исключаются или ограничиваются: сахар, белая мука и хлебобулочные изделия из нее, сливочное масло и другие животные жиры, соль, алкоголь.

**Чтобы быть здоровыми, мы нуждаемся в большом наборе различных витаминов и минеральных веществ. Они играют огромную роль в обмене веществ в организме. Высокий уровень сахара в крови больного диабетом постоянно вызывает повышенный расход витаминов и минеральных веществ.**

Получить необходимые питательные вещества с пищей сложно. Поэтому больному диабетом, чтобы поддержать сахар крови на нормальном уровне, а также избежать многих осложнений диабета, необходимо дополнительный прием витаминов и минеральных веществ.

**Татьяна МИРОНОВА**

Травма – по-гречески «рана». Это понятие применимо к самым разным повреждениям тканей человека под воздействием окружающей среды. Врачи назовут десятки видов травм: переломы и ожоги, вывихи, колото-резаные и иные раны криминального либо бытового происхождения.

## ПОСТОВОЙ ВРАЧ

Тридцать лет назад в крупных городах страны травмпункты выделили в отдельные службы и обязали работать в круглосуточном режиме – для того чтобы разгрузить приемные отделения больниц. Увы, жизнь мегаполиса сопряжена с травмоопасными ситуациями. В Москве травмпункты есть не во всех поликлиниках. Но – во всех округах.

**НЕ ЗАКРЫТЫЙ, А ОТКРЫТЫЙ ПЕРЕЛОМ**

В районе Лефортово поликлиника № 133 оказалась в глубине района в очень современном кубическом здании. В кабинете травматолога Ольги Леонидовны Дидуевой идет прием. Пациентка – пожилая женщина. Рука у нее болит так сильно, что она держит ее, словно ребенка.

Оказалось, Зоя Егоровна поскользнулась по дороге на работу. Несмотря на свои 77 лет, она трудится учителем в школе. Там ей лангетку на руку наложила медсестра.

Врач умело ошупала повреждение.

– Первая помощь оказана профессионально! – отметила Дидуева и отправила Зою Егоровну на рентген.

В кабинет входит новый страждущий – молодой человек, вчера он попал в аварию, не в Москве, а во Владимире. Ударился головой о стекло, благо пристегнут был! Вышел из машины сам, осмотрел повреждение «железного друга», не думая о своих. Ночью доехал до дома, а утром решил отдаться в руки московских специалистов.

– Тошнота, рвота? Голова болит? – пытается его врач.

– Не болит у меня ничего, просто провериться на всякий случай пришел.

Врач заставляет его медленно поднести указательный палец к носу. Простейший прием, позволяющий узнать о состоянии мозга. Удовлетворившись результатом, отправляет на рентген. После рентгена вердикт такой:

– Череп цел, но к невропатологу сходить надо обязательно!

А Зоя Егоровна, вернувшись со снимком, узнает неприятный диагноз: перелом со смещением. Врач обзванивает больницы и находит пожилой пациентке стационар поближе к дому.

На травмпункте лежит еще одна нагрузка – делать уколы от столбняка и бешенства. Вот и пациент – юноша, которого укусила

дворняга. Медсестра находит его карточку и уводит в соседний процедурный кабинет.

– К сожалению, опасность укусов исходит не только от собак, – говорит врач, – но и от крыс, кошек. Был случай в дельфинарии – морской лев укусил женщину. Все чаще лошади кусают наездников.

Травмпункт занимает хотя и небольшое помещение, однако все необходимое для оказания помощи тут есть: процедурный кабинет, рентгеновский. Предусмотрена и комната отдыха для персонала.

– Вот так и живем! Не ждем тишины, – бодро вздыхает врач.

**ПОМОЩЬ ПО-РУССКИ**

Травмпункты входят в систему оказания экстренной и неотложной помощи. Но медики, по словам врачей, не имеют таких привилегий и льгот, как у коллег на «скорой».

– Мы своих пациентов не выбираем, – говорит Ольга Леонидовна. – Среди них встречаются и пьяные, просто грязные. Никому не отказываем независимо от того, есть полис или нет, гражданин или негражданин России. Но если медикам «скорой» полагаются надбавки 100 процентов за ночную работу, то нам – 50. Несколько лет работникам травмпунктов даже не предоставляли дополнительные отпуска по 14 дней.

Ситуация изменилась лишь после вмешательства отраслевого профсоюза. А недавно нас собрали и сказали, что мы план не выполняем!

– Но разве можно планировать несчастья? Сломанные голеностопа и вывихи? – удивилась я.

– Страховая компания считает, что можно... И каждый год снижает расценки на наши услуги.

За первичный прием в 2005 году врач получал около 20 руб., в 2006 м – 9 руб. 28 коп., а в этом году – 7 руб. 8 коп.

– Каков вообще заработок врача, такого опытного, как вы? – спрашиваю.

Цифра поразила: 12-13 тысяч.

– Получается, что к нашей службе относятся, как к хлебнику, который мало оказывает услуг, – говорит Дидуева, – так считают медицинские чиновники. Дескать, дорого обходится поликлинике травмпункт. Недавно перекроили расписание работы рентгенолога, и теперь в круглосуточной работе пункта есть перерывы от 13 до 18 часов, когда в кабинете никого нет. Зато потом, естественно, вал пациентов.

Нина Яковлевна, рентгенолог, показывает мне новое расписание:

– Оно нас не устраивает. Мы должны быть все время на посту! А теперь больного приходится направлять в поликлинический рентгенокабинет, где он в общей очереди мается со своей травмой. Нельзя так!

Мы дружно вспоминаем заграничный фильм «Скорая помощь». Как там быстро подхватывают доставленных на «скорой» пациентов, в какой готовности находится медицинский персонал! Все делается молниеносно – пока ткани у пациента не отекли, пока времени мало прошло...

– Это нормально, – говорят оба врача. – Российские специалисты тоже стремятся именно так квалифицированно и быстро оказывать помощь. И если это не происходит, то не всегда по их вине.

**ПОЧИНАЕМ РУКИ-НОГИ...**

У пожилой дамы сломана рука. В медицинских терминах это называется: перелом правой лучевой кости. Кости старых людей хрупкие. Потому и такие травмы не редкость. На снимке Ольга Леонидовна видит: перелом сложный, со смещением. Она зовет коллегу-мужчину, и они ведут пациентку в процедурную, чтобы вправить ей кость.

Медсестра делает укол, коллега полтенцем перехватывает несчастную руку, Ольга Дидуева держит больную за кисть сломанной руки. Они начинают осторожно тянуть ее в разные стороны, а медсестра при этом накладывает сверху гипс. Работают артистически, слаженно, сразу видно, что проделывали эту операцию много раз. Укол уже подействовал, и больная сидит тихо. И вот рука до локтя аккуратно защищена гипсовой повязкой. Ольга Леонидовна рассказывает пожилой женщине, как добраться до нужной ей больницы, и та вместе с сыном туда и отправляется.

В книге приема ведется запись всех обратившихся сюда за помощью, из нее я узнаю, что, например, сюда ночью приходит в среднем пять человек.

Среди причин обращения: ушиб, резаная рана ноги, ушиб грудной клетки. Что только не умудряются повредить горожане, и чаще всего в быту! И что только не приходится видеть, слышать и обонять врачу-травматологу. Ведь среди его пациентов есть и пьяные, и бомжи, криминальные личности, подравшиеся подростки...

Всем им больно. Всем нужна неотложная помощь. Никому нельзя отказать. Поэтому в большом городе ночью и должны быть люди, помогающие всем, всегда и бесплатно. И это не высокие слова. Это высокий профессионализм врачей, которые другой работы себе и не ищут.

**Галина КРАСОВА**

**ФЛАВОКСИН** – новый российский комплекс, содержащий ряд жизненно важных для больного диабетом витаминов в комбинации с цинком, хромом, магнием, таурином: для нормализации углеводного обмена присутствуют витамины В1, аскорбиновая и фолиевая кислоты, магний; витамины В2, В6, В12 полезны при нарушении жирового обмена и препятствуют развитию атеросклероза коронарных сосудов; таурин помогает защищать нервные клетки от воздействия высокого уровня сахара, подавлять состояние беспокойства и создавать спокойный сон; хром понижает сахар в крови; цинк необходим для поддержания иммунитета и восстановления клеток тканей.

**ФЛАВОКСИН в комплексной терапии**

- ПРИМЕНИМ:**
- при метаболическом синдроме, нарушении жирового обмена
  - при развитии сердечно-сосудистых осложнений
  - при катаракте, глаукоме, диабетической ретинопатии
  - при поражении сосудов нижних конечностей.

**СПОСОБСТВУЕТ:**

- улучшению капиллярного кровообращения
- снижению уровня липидов и холестерина в крови

**Более подробная информация и справки по телефону (495) 642-57-16.**

Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.