

на Черноморском флоте. Короче говоря, не закончив и девятый класс, я стал активно готовиться к поступлению в Седовку (тогда Ростовское-на-Дону мореходное училище, а ныне

с коллегами мы попутно были заняты обеспечением безопасности.

Продолжая вспоминать тот исторический в целом для всей России и в частности для него самого день,

Большой Отечественной войны. Двое братьев отца погибли, один — в танке под Сталинградом, другого фашисты расстреляли за отказ сдаться в плен. Об этом родственникам



В 2018 и 2024 году Петр Федорович, будучи уже на пенсии, был наблюдателем на выборах президента РФ

проведения соответствующих мероприятий.

Олег СЕРГЕЕВ.  
Фото из архива Петра Германа.

С 7 по 29 марта в Евпатории проходила социальная акция «Белая ромашка». Участники акции своими руками изготавливали открытки в виде ромашек с пожеланиями. Также в рамках акции в трех общеобразовательных школах города проведены интерактивные лекции «Профилактика туберкулеза и здоровый образ жизни».

По традиции открытки в форме ромашек для людей, проходящих лечение от туберкулеза, изготавливали в основном школьники. Также к акции присоединились и воспитанники региональной общественной организации «Крымское общество родителей детей-инвалидов «Подари Надежду» и ГБУ РК «Центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов г. Евпатории». Принесли открытки и из ГБУ РК «Многопрофильный комплексный реабилитационный центр для детей-инвалидов «Лучезарный». Всего собрано более 600 ромашек для людей, проходящих лечение от туберкулеза. Открытки будут переданы в противотуберкулезный диспансер 1 апреля.

## СОБРАЛИ БОЛЕЕ 600 РОМАШЕК



С 25 по 27 марта в трех общеобразовательных школах города прошли интерактивные лекции «Профилактика туберкулеза и здоровый образ жизни». Всего в мероприятии приняли участие 74 учащихся девятых классов. Лекции для школьников проводил главный специалист отдела по профилактической работе ГБУ РК «Евпаторийский центр социальных служб для семьи, детей и молодежи» Олеся Прокопенко совместно с заведующей обособленного структурного подраз-

деления «Противотуберкулезный диспансер г. Евпатория» ГБУЗ РК «Крымский республиканский клинический центр фтизиатрии и пульмонологии» Любовью Козловой.

Любовь Козлова подробно рассказала школьникам о страшном диагнозе. Она объяснила, что чаще всего попадает в группу риска, как часто можно делать флюорографию, что такое проба Манту и Диаскинтест, и как лечится туберкулез.

Заведующая евпаторийским противотуберкулезным диспансером поведала, что возбудителем туберкулеза является бактерия (палочка Коха), которая чаще всего поражает легкие. Она распространяется по воздуху, поэтому для инфицирования человеку достаточно вдохнуть лишь незначительное количество таких бактерий. Развитию туберкулеза в организме способствует целый ряд причин: алкоголь, курение, стрессы, наркомания, частые ОРВИ, несбалансированное пи-

тание, хронические заболевания легких, печени, почек, сахарный диабет.

Чтобы не заболеть туберкулезом, в первую очередь необходимо соблюдать ряд правил:

- проходить регулярное флюорографическое обследование не реже одного раза в год (вопреки расхожему мнению, доза облучения, получаемая на флюорографии, не так опасна, и уж точно не вреднее последствий туберкулеза);

- вести здоровый образ жизни со сбалансированным питанием и регулярными физическими нагрузками;

- принимать в пищу продукты, богатые витаминами и микроэлементами;

- не забывать о правилах личной гигиены;

- отказаться от вредных привычек (курения и употребления алкоголя). Любая неблагоприятная зависимость ослабляет иммунитет и повышает риск заболеваемости.

Также специалист Евпаторийского центра социальных служб для семьи, детей и молодежи раздала учащимся тематические буклеты «А ты защитил себя от туберкулеза?».

Анна ЖДАНОВА.  
Фото предоставлено Олесеи Прокопенко.

ОБРАЗОВАНИЕ