

## Наши поздравления!

9 октября отмечает свой  
День рождения Глава

Администрации муниципального  
образования «Кардымовский район»  
Смоленской области **О.В. ИВАНОВ.**  
Уважаемый **ОЛЕГ ВЯЧЕСЛАВОВИЧ!**

Примите искренние поздравления  
с праздником!

Желаем Вам новых дел и свершений на благо Кардымовского  
района, реализации всего задуманного, крепкого здоровья, надеж-  
ного «тыла», удачи и счастья!

Коллектив Администрации и Совета депутатов  
Каменского сельского поселения

Уважаемый **ОЛЕГ ВЯЧЕСЛАВОВИЧ!**

От всей души поздравляем Вас с Днем рождения!

Пусть этот праздничный день будет отмечен хорошим на-  
строением, обилием подарков и поздравлений, вниманием родных,  
близких, коллег и друзей.

Желаем Вам доброго здоровья на долгие годы, воплощения  
в жизнь намеченного, новых идей и успешных решений. Будьте  
любимы и счастливы!

Коллектив Администрации и Совета депутатов  
Первомайского сельского поселения

Нашу дорогую **ТАРАСЕНКОВУ ИРИНУ ПАВЛОВНУ**  
поздравляем с замечательным юбилеем!

Поздравляя с этой славной датой,  
От всей души хотим мы пожелать  
Еще полвека или даже с гаком  
По жизни бодро, весело шагать.  
Шагать уверенной походкой,  
Путь впереди еще большой.  
Потери будут и находки,  
Но знай, что мы всегда с тобой!

Сергей и Валентина Некрасовы

Прекрасную женщину **ТАРАСЕНКО ИРИНУ ПАВЛОВНУ**  
искренне поздравляем с прекрасным юбилеем!

От соседней прими поздравления,  
Частицу нашего тепла,  
Желаем крепкого здоровья,  
Уюта, радости, добра!  
Желаем счастья и здоровья!  
Желаем бодрости и сил!  
Чтоб каждый день обычной жизни  
Лишь только радость приносил.

Кормачевы и Вахула

Уважаемую **ВАЛЕНТИНУ НИКОЛАЕВНУ ДЕМИДОВУ**  
от всей души поздравляем с замечательным юбилеем!

Валентина Николаевна всю свою жизнь посвятила воспита-  
нию подрастающего поколения, она учитель с большим стажем,  
пользующийся уважением у всех своих учеников.

В день 70-летия желаем Вам оставаться такой же красивой,  
энергичной, отзывчивой. Желаем Вам крепкого здоровья, успехов  
во всех делах, благополучия и прекрасного настроения!

Коллектив Администрации и Совета депутатов  
Каменского сельского поселения

### Объявления и реклама

● **ПРОДАМ:** сетку-рабицу - 600 руб., столбы - 200 руб., воро-  
та - 3500 руб., калитки - 1500 руб., секции - 1200 руб., профлист.  
Доставка бесплатная! Тел.: 8-916-789-52-39.

● **ПРОДАМ:** кровати металлические - 100 руб., матрас, по-  
душка, одеяло - 700 руб.  
Доставка бесплатная! Тел.: 8-916-789-51-65.

● **ПРОДАМ:** дверь металлическая Китай - 3000 руб. Доставка  
бесплатная! Тел.: 8-916-789-41-62.

### Соболезнования

Администрация и Совет депутатов МО «Кардымовский район»  
приносит самые искренние соболезнования советнику Главы Адми-  
нистрации Кардымовского района Левкову Михаилу Максимовичу в  
связи с кончиной его тещи **Алевтины Михайловны**.

Коллектив МУП УК «Жилищник» приносит искренние соболезно-  
вания депутату Кардымовского районного Совета Шульской Татьяне  
Алексеевне в связи с тяжелой утратой – преждевременной смертью  
мужа **Чечикова Валерия Викторовича**. Светлая ему память.

Коллектив прокуратуры Кардымовского района глубоко скорбит  
по поводу преждевременной смерти **Валерия Викторовича Чечи-  
кова** и выражает самые искренние и глубокие соболезнования его  
жене Татьяне Алексеевне Шульской, всем родным и близким.

## СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫЙ ПРОЕКТ

### ПРОСТУДА, ГРИПП, ИЛИ АНГИНА...

ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ -  
ЗДОРОВЬЕ КАЖДОГО



Человек в среднем за год простуживается три раза.  
Среди различных острых болезней она занимает четвертое  
место. Простуда представляет собой серьезную угрозу для  
новорожденных, пожилых людей, людей с хроническими  
заболеваниями и большим сердцем, особенно опасна про-  
студа для людей с легочными хроническими заболеваниями:  
хроническим бронхитом, астмой и эмфиземой. В том случае,  
если простуда бывает часто или продолжается дольше одной  
недели, необходимо исключить синусит или аллергию.

В настоящее время в Кардымовском районе наблюдается  
небольшой подъем уровня заболеваемости ОРВИ, типичный  
для осени. Однако в этом году только за сентябрь в ОГБУЗ  
«Кардымовская ЦРБ» с простудными заболеваниями обра-  
тилось 305 человек (из них 223 ребенка), что почти в два раза  
больше прошлогодних показателей за аналогичный период.  
Случаев гриппа зарегистрировано не было. На днях район  
получит детскую вакцину «Гриппол+». В первую очередь,  
прививать начнут детей, посещающих детские сады и школы.



### ГРИПП И ЕГО ОСЛОЖНЕНИЯ

Уж чем-чем, а гриппом хоть раз в жизни переболел каждый. Его  
"кровожадный" вирус, поселяясь в верхних дыхательных путях че-  
ловека, вызывает воспаление. Сначала человеку становится не по  
себе, его знобит, возникает слабость во всем теле и нарастающая  
боль в мышцах. Иногда грипп начинается стремительно - с повыше-  
ния температуры тела, увеличения потливости и сильной головной  
боли. Очень болят глаза, слезятся, болезненно реагируют на свет, а  
вскоре появляются и признаки поражения трахеи: першение в гортле,  
сухой кашель, саднение за грудиной, осиплость голоса. При типич-  
ном гриппе обычно не бывает насморка, но, если грипп сочетается  
с другим ОРВИ, например, с риновирусной инфекцией, возникает  
заложенность носа и насморк. При не осложненном гриппе темпе-  
ратура и основные признаки заболевания держатся в течение 5-17  
дней. Лечение гриппа домашними средствами аналогично лечению  
простуды. **В осложненных случаях и при высокой температуре  
необходим вызов врача на дом.**

Наверное, ни для кого не секрет, что не так опасен грипп, как его  
осложнения, поэтому **его ни в коем случае нельзя переносить на  
ногах**. Дайте себе возможность отлежаться в дни болезни. Поверьте,  
осложнения затем надолго выйдут из вас из колеи, и лечение будет  
гораздо более серьезным и длительным.

**Наиболее частые осложнения гриппа** - это бронхит и пневмо-  
ния (воспаление легких). Ринит (насморк) может вызвать гайморит  
или воспаление среднего уха (отит). При тяжелом течении болезни  
возможно также поражение и сердечной мышцы (миокардит) с раз-  
витием сердечной недостаточности. Может возникнуть также вос-  
паление мозга (энцефалит) и его оболочек (менингит). **ПОМНИТЕ:**  
грипп - очень серьезное заболевание, и, переносить его на ногах, вы  
даете организму непосильную нагрузку, с которыми он может не  
справиться. Но постельный режим и своевременное интенсивное  
лечение - и через неделю вы уже можете выходить на работу, не  
боясь заразить всепроникающим вирусом сослуживцев.

**Если вы лечитесь дома**, пожалуйте, подумайте о близких, вы  
окружающих. Вы должны быть изолированы от них. Грипп, как извест-  
но, распространяется воздушно-капельным путем. Убедите родных  
носить шестислойную марлевую повязку. Конечно, можно пойти дру-  
гим путем и надеть такую маску самому, но при воспалении верхних  
дыхательных путей это может быть для вас невыносимо. Вирус гриппа  
способен короткое время жить на влажных предметах. Поэтому боль-  
ной обязательно должен есть только из отдельной посуды, которую  
следует тщательно мыть, а затем обрабатывать кипятком.

Вирус гриппа "работает" внутри клетки, в связи с чем борьба с ним  
очень затруднена. Против него бессильны антибиотики и сульфани-  
ламиды. Применение их для лечения гриппа просто бессмысленно.  
Помочь же вам могут только противовирусные препараты. Они очень  
помогут людям, находящимся рядом с вами, если вы уже заболели.  
В этих же целях нужно смазывать носовые ходы оксолиновой мазью.  
Основная цель при лечении гриппа - удаление ядовитых продуктов  
жизнедеятельности вируса (иначе - дезинтоксикация). Для этого **не-  
обходимо много пить** - воды, чая, настоя шиповника, клюквенного  
морса, разведенного малинового варенья. При обильном питье сни-  
жается концентрация ядов в крови, и они выводятся с мочой и потом.

Обязательно следует включить в рацион больного курагу, изюм и  
орехи (желательно грецкие), апельсины. Аспирин и другие жаропо-  
нижающие показаны больному только при очень высокой темпера-  
туре. Если температура не превышает 38° С, искусственно снижать  
ее не надо! **Чем выше температура тела, тем с большей силой  
организм борется с инфекцией.** Конечно, если температура выше  
39° С, снижать ее необходимо. Такая температура указывает на то,  
что защитные силы организма иссякли. Очень высокая температура  
пагубно влияет прежде всего на состояние головного мозга. Для  
быстрого ее снижения положите на голову холодное полотенце или  
даже кусочки льда или снега (в целлофановом пакете, обернутом в  
полотенце). Ваше здоровье в ваших руках.

**В.У. БАБАЕВ, главный врач ОГБУЗ «Кардымовская ЦРБ»**

### ЧТО СКРЫВАЕТ ОРВИ?

В медицине существует  
обобщающее для всех про-  
студных заболеваний понятие  
**ОРВИ - острая респираторная  
вирусная инфекция**. Попробуем  
провести дифференцированную  
экспресс-диагностику простуд-  
ных заболеваний. **Итак:**

● если вас мучают сильные  
головные боли, "ломит" мышцы  
и суставы, накатывает слабость,  
а нервы будто обнажены, темпе-  
ратура около 39°С, в гортле пер-  
шит, нос заложен, но насморка,  
как такового, нет - значит, у ВАС  
ГРИПП;

● если из носа течет, но са-  
мочувствие вполне сносное и  
температура не выше 37°С, вы  
подхватили **РИНОВИРУСНУЮ  
ИНФЕКЦИЮ**, то есть у вас обыч-  
ный насморк;

● если голос сел или осип и  
постоянно беспокоит "лающий  
кашель" - значит вы заболели  
**ЛАРИНГИТОМ** - воспалением  
гортани. А "подарил" его вам  
вирус парагриппа;

● если после первых общих  
признаков недомогания вам  
стало трудно дышать, появился  
сперва сухой, мучительный,  
а затем с мокротой кашель, и  
температура никак не желает  
снижаться - значит, у вас **БРОН-  
ХИТ**, который "вырос", возможно,  
из гриппа;

● если на 2-3-й день к ознобу,  
кашлю и насморку прибавилось  
чувство рези в одном, а то и во  
втором глазу, миндалина и гортло  
покрылись сероватыми или бе-  
лыми пленочками, а лимфоузлы  
увеличились, знайте: вы стали  
жертвой **АДЕНОВИРУСНОЙ ИН-  
ФЕКЦИИ**, или, попросту говоря,  
ангины.

### КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ ГРИППА?

Всемирная организация здра-  
воохранения (ВОЗ) утверждает:  
только вакцинация надежно защи-  
щает от гриппа и его осложнений.  
Вакцинация обеспечивает индиви-  
дуальную защиту в 80 - 85% слу-  
чаев, массовость прививок обеспе-  
чивает и развитие коллективного  
иммунитета: так, прививки 70 - 80%  
членов коллектива защищают весь  
коллектив. Особенно важна вакци-  
нация школьников, поскольку грипп  
распространяется в значительной  
степени с их помощью.

Телефоны редакции: редактор, бухгалтерия — 4-21-08;

корреспонденты — 4-18-75. E-mail: [gazeta@kardymovo.ru](mailto:gazeta@kardymovo.ru)

УЧРЕДИТЕЛИ — Администрация муниципального образования «Кардымовский район»  
Смоленской области, Аппарат Администрации Смоленской области.

Выпуск издания осуществлен при финансовой поддержке

Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям.

Газета «Знамя труда» - Кардымово зарегистрирована Управлением Россвязькомнадзора  
по Смоленской области 16 декабря 2008 года ПИ № ТУ67 - 00029.

Номер сверстан в редакции газеты «Знамя труда». Газета «Знамя труда» отпечатана с  
готовых диапозитивов в Смоленской городской типографии, ул. Маршала Жукова, 16.

Тел.: 38-28-65, E-mail: [382865@mail.ru](mailto:382865@mail.ru)

215850, Смоленская область, п. Кардымово, ул. Ленина, 10.

Подписано в печать: по графику 08.10.2012 г. в 14-00 час.,  
фактически в 14-00 час.

Мнения авторов материалов не обязательно отражают точку зрения  
редакции. Ответственность за содержание рекламы и объявлений несут  
рекламодатели. Не рекомендуется детям младше 16 лет.

Цена свободная.

**Материалы со значком ▲ публикуются на правах рекламы.**

Индекс для подписки: 53963. Объем 1 печатный лист.

Способ печати - офсетный. Тираж 1000. Заказ № 8520.

Газета выходит по вторникам и пятницам

Главный  
редактор

О.В. Скларова