

НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ

Стимулирующие выплаты за помощь гражданам, заболевшим коронавирусной инфекцией, уже получили более 10 тысяч медицинских работников.

Среди них врачи, средний и младший персонал, водители скорой помощи.

– Всего на поощрение медиков, борющихся со сложной инфекцией, выделено более миллиарда рублей: 850 миллионов из федерального бюджета и еще 280 миллионов – из областного, – сообщил губернатор Дмитрий Миронов. – Все это – благодарность государства, а значит, и всех нас за их тяжелый труд, за те риски, которые они несут, заходя в «красную зону», в палаты пациентов или просто выезжая на вызовы.

Средства за особые условия труда и дополнительную нагрузку медицинским работникам, оказывающим помощь гражданам, у которых выявлена новая коронавирусная инфекция, продолжают перечислять. Кроме того, медработники получают отпускные и компенсации за неиспользованные отпуска.

В соответствии с распоряжением Правительства Российской Федерации на переоснащение медицинских организаций Ярославской области для оказания помощи больным коронавирусной инфекцией направлено два федеральных транша в суммарном

размере 501 миллион 600 тысяч рублей. Средства перечислили в госпиталь ветеранов войн, больницу имени Н.А. Семашко в Ярославле, Ярославскую ЦРБ, инфекционную больницу Ярославля, больницы № 3 и 2 имени Н.И. Пирогова в Рыбинске, центральные районные больницы Тутаева, Любима и Ростова.

Строительство детской поликлиники в Ярославле идет в соответствии с графиком

В Ярославле в рамках национального проекта «Жилье и городская среда» возводят детскую поликлинику.

В детской поликлинике на улице Попова будут размещены клинично-диагностическая лаборатория, рентгенологическое, стоматологическое и педиатрическое отделения, кабинет компьютерной электроэнцефалографии. Предусмотрен бассейн для грудничков. На всех этажах обустроят комнаты для кормления, игровые зоны. На первом этаже запроектирована зона ожидания с регистратурой.

Сейчас работы начались на 5-м этаже объекта. В конце ноября планируется закрыть тепловой контур здания, а в декабре подключить отопление. Монтаж наружных сетей выполнен. Завершить проект подрядчик должен в четвертом квартале 2021 года. ■

Искусственные зубы «TRIBOS» - уникальные зубы премиум-класса!

Об уникальных зубах нового поколения, используемых в съемных зубных протезах, нашей редакции рассказывает заместитель генерального директора по научно-исследовательской работе ООО «ПК «Стоматолог», врач стоматолог-ортопед Седова Наталия Владимировна

– **Наталия Владимировна, что собой представляют зубы «Tribos»?**

– «Tribos» - уникальные искусственные трехслойные зубы премиум-класса, разработанные и изготовленные в Германии по новой методике конденсации «Mega-Press-Inject», которая способствует увеличению износостойкости и долговечности зубов. «Tribos» - это идеальное воспроизведение «живого» зуба.

– **Где применяются зубы «Tribos»?**

– Искусственные зубы «Tribos» используются в полных и частичных съемных протезах. Съемные зубные протезы с зубами «Tribos» имеют превосходные эстетические качества.



ООО «ПК «СТОМАТОЛОГ»

150054, г. Ярославль, ул. Богдановича, д. 22

Телефон (4852) 32-15-25

www.pk-стоматолог.рф

Лиц. № ЛО-76-01-001087 выдана 27.12.2013 г.

Департаментом здравоохранения и фармации Ярославской области, срок действия лицензии – бессрочно

Реклама

СЛУШАЙТЕ НАС

РАДИО ДАЧА 103.3 FM

**Пятница, 30.10.2020 г.
10.35
16.35**

СМОТРИТЕ НАС

**РОССИЯ 1
ЯРОСЛАВЛЬ**

**Суббота,
31.10.2020 г.
8.00-8.15**

**РОССИЯ 24
ЯРОСЛАВЛЬ**

**Воскресенье, 01.11.2020 г.
13.00-14.00**

**Понедельник, 02.11.2020 г.
17.30-18.00**

**Среда, 04.11.2020 г.
21.00-21.30**

**Четверг, 05.11.2020 г.
17.30-18.00**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



В основе должны быть овощные блюда, тем более осенью большой выбор сезонных овощей, которые стоят недорого. Не забывайте и о фруктах. Кроме того, рацион должен быть обогащен жирами и углеводами. Обязательно включите в меню кисломолочные продукты и злаковые. И приучайте себя хотя бы раз в день, лучше всего на завтрак, готовить кашу.

Осенью очень полезно приправлять блюда специями. Лучше всего подходят тмин, корица, куркума, чеснок, фенхель, чили, гвоздика, мускатный орех. А чтобы восполнить нехватку серотонина, которая нередка в холодное время года, купите шоколад, орехи или финики. Они добавят гормона счастья.

А теперь изучите список самых полезных осенних продуктов.

Тыква

Чемпион по содержанию бета-каротина. Отличный продукт

для профилактики железодефицита. Тыкву можно варить, запекать, жарить, но лучше всего употреблять в сыром виде, добавляя в салаты. Отдавайте предпочтение плодам с яркой мякотью. Самые вкусные – мускатные или крупноплодные сорта.

Ежевика

Ближайшая родственница малины ежевика, несмотря на сладкий вкус, содержит мало калорий. В одной горсти этой лесной ягоды большая порция природных антиоксидантов, а 500 г ежевики восполнят суточную потребность организма в витамине С.

Пастернак

Этот корнеплод используют немногие, а это совершенно зря, ведь пастернак содержит много необходимого нам калия и клетчатки. Идеально подходит в качестве приправы к рисовым, картофельным блюдам и соусам.

ПИТАНИЕ

Что есть осенью?

Чтобы предупредить возможные проблемы со здоровьем, которые у многих начинаются осенью, научитесь в холодное время года правильно питаться. На столе каждый день должны быть продукты, которые принесут максимальную пользу.

Свекла

Низкокалорийный продукт, который осенью обязательно должен быть на столе. В свекле содержится много витаминов и микроэлементов. Полезна для профилактики анемии, укрепляет сердечно-сосудистую систему.



Капуста

Полезна в любом виде, с ней можно делать что угодно: варить, запекать, тушить. В капусте мало калорий, что полезно при борьбе с лишним весом, и полный набор витаминов:

- калий, кальций и другие микроэлементы;
- тартроновая кислота, блокирующая трансформацию углеводов в жиры;
- аминокислоты.



Яблоки

В зеленых сортах больше витаминов, к тому же в них много волокон клетчатки, которые стимулируют работу кишечника. Яблоки полезны при склонности к повышению уровня холестерина, при дефиците железа, для повышения иммунитета. В кожуре яблок имеются антиоксиданты, флавоноиды. Для профилактики йододефицита полезно разжевывать семечки.

Шиповник

Отвар шиповника полезен детям и взрослым. Рекомендован для укрепления иммунитета, нормализации обменных процессов, укрепления сердечно-сосудистой системы. Плоды шиповника содержат:

- минералы – фосфор, натрий, железо;
- витамин – С, Е, К, РР;
- микроэлементы – каротин, пектин, эфирные масла.

Клюква

Клюква настолько полезная ягода, что ранее ее называли млодильной. Это выражение идеально подходит для этой мелкой кислой ягодки. Особенно полезна она жителям больших городов и промышленных районов, потому что клюква обладает способностью очищать клетки от свободных радикалов. К тому же, обогащая рацион этой полезной ягодой, вы боретесь с авитаминозом и анемией, очищаете сосуды. ■

