

31 мая - Всемирный день без табака

Бросить курить не просто, но всегда возможно

В 1988 году 31 мая ВОЗ объявила Всемирным днем без табака. С тех пор 31 мая праздник здоровья ежегодно отмечают во всем мире. В 2016 г. девиз Всемирного дня без табака — «Подготовить к простой упаковке табачных изделий»

Хотя многие люди и отдают себе отчет в том, что курение вредно, однако мало кто из них осознает в полной мере степень этой опасности. В этой связи заслуживают внимания количественные оценки степени риска, если такие данные имеются в вашей стране. При этом особое значение имеют те оценки, которые показывают, насколько вредно и опасно курение по сравнению с другими причинами смертности и заболеваемости. Лишь немногие из других стереотипов поведения или факторов риска, которые можно предотвратить, являются причиной смерти такого же количества людей, как табакокурение.

Курение приводит к развитию трех основных заболеваний с летальным исходом: рак легкого, хронический бронхит и эмфизема, коронарная болезнь.

Последствия курения

Легочно-дыхательная система

В области дыхательных путей большого сечения развивается кашель и активизируется выделение мокроты. Малые дыхательные пути воспаляются и сужаются.

Длительное воздействие дыма оказывает повреждающее действие на реснички эпителия и затрудняет их нормальное функционирование. Хронический бронхит курильщиков приводит к нарушению выделения слизи с помощью ресничек. В легких курильщиков обнаруживается повышенное содержание воспаленных клеток. Приступы астмы происходят чаще и приобретают более тяжелую форму. Возникает склонность к рецидивам респираторных инфекций.

Сердечно-сосудистая система

После каждой выкуренной сигареты повышается систолическое и диастолическое давление крови. Также увеличивается число ударов сердца и его минутный объем. Кроме того, сигаретный дым вызывает сужение сосудов периферических артерий. Наряду с этим курение способствует развитию состояний, приводящих к образованию тромбов, вследствие ускоренной агрегации и адгезии тромбоцитов, повышения уровней фибриногена в плазме и вязкости крови, сокращения периода жизни тромбоцитов и времени свертывания крови.

Содержащаяся в табачном дыму окись углерода связывается с гемоглобином, приводя к повышению уровня карбоксигемоглобина, который может превысить соответствующий уровень у некурящих в 15 раз. Таким образом, сокращается объем гемоглобина, доставляющего кислород.

Курение также приводит к повышению общего содержания холестерина в сыворотке крови и уровня свободных жирных кислот в плазме. Курение усиливает риск наступления внезапной смерти и развития атеросклеротического заболевания периферических сосудов, что, в свою очередь, повышает риск омертвления ткани и ампутации конечностей у таких пациентов. Наряду с этим курение самым непосредственным образом взаимосвязано с гипертензией и повышением содержания холестерина в крови, что повышает риск развития коронарной болезни и сердечно-сосудистой болезни.

Курение повышает риск возникновения ишемической болезни сердца у женщин, принимающих оральные контрацептивы.

«Легкие» сигареты - за и против

Курение сигарет с пониженным содержанием смол и никотина снижает риск рака легких и, до некоторой степени, повышает шансы курильщика на более долгую жизнь, при условии, что не происходит компенсаторного увеличения количества выкуриваемых сигарет. Тем не менее, по сравнению с полным прекращением курения, преимущества являются минимальными. Единственным наиболее эффективным способом снижения опасности курения продолжает оставаться полное прекращение курения. Неясно, какое снижение риска может произойти в отношении иных болезней, помимо рака легких.

При переходе на сигареты с пониженным содержанием вредных веществ курильщики могут увеличить число выкуриваемых сигарет и вдыхать дым более глубоко. Компенсаторное поведение может свести на нет любые преимущества изделий с низким содержанием вредных веществ или даже увеличить риск для здоровья.

Нерешенным остается и вопрос о том, не приводят ли производимые сейчас сигареты к новым видам риска, благодаря своему дизайну, фильтрующим механизмам, табачным ингредиентам или добавкам.

С.Березина,

терапевт Перемышльской районной больницы.

В этот печальный день, 27 мая 2016 года, мы понесли тяжелую утрату. На 70-м году жизни скоропостижно скончался **НИКОЛАЕВ Михаил Александрович**. Коллектив техникума стал беднее без его мудрости, активной жизненной позиции, нескончаемой энергии. Его качества такие как доброта, жизнерадостность, целеустремленность — были для нас примером. Он останется в наших сердцах надежным товарищем и мудрым советчиком, всегда готовым прийти на помощь в любой ситуации. Помним, любим, скорбим.

Коллектив Перемышльского техникума эксплуатации транспорта.

Администрация МР «Перемышльский район» и отдел аграрной политики, социального обустройства села извещают о скоропостижной смерти Заслуженного работника сельского хозяйства Российской Федерации **Михаила Александровича Николаева** и выражают искренние соболезнования родным и близким покойного.

Администрация сельского поселения «Село Корекозово» в соответствии с пп. 19 п. 2 ст. 39.6 Земельного кодекса Российской Федерации, Федерального закона от 23.06.2014г. № 171-ФЗ «О внесении изменений в Земельный кодекс Российской Федерации и отдельные законодательные акты Российской Федерации» информирует население о предоставлении Солоденко Александру Александровичу земельного участка из земель населенных пунктов в аренду сроком на 3 (три) года, разрешенное использование: для ведения личного подсобного хозяйства на полевых участках (огородничество), кадастровый номер 40-17-100101-1902, Адрес (описание местоположения): установлено относительно ориентира, расположенного в границах участка. Почтовый адрес ориентира: Калужская область, Перемышльский район, с. Корекозово, ул. Центральная, площадью 1400,00 кв. м.

**ООО «ДПЛ Полимер» ТРЕБУЕТСЯ
электрослесарь с 3 группой допуска.
Телефон: 8-910-523-43-95.**

4-1

ГРАФИК приема граждан в общественной приемной местного отделения партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ» Перемышльского района на июнь 2016 года

Дата	Ф.И.О.	Должность	Часы приема
1 июня	Бадеева Н.В.	Секретарь местного отделения Партии	10.00-13.00
7 июня	Добрыднев В.В.	Депутат РС по Перемышльскому округу	14.00-16.00
9 июня	Мазуров В.Н.	Глава МР «Перемышльский район»	10.00-13.00
14 июня	Громов А.Л.	Депутат РС по Сильковскому округу	14.00-16.00
16 июня	Шабакеев Р.К.	Депутат РС по Ахлебининскому округу	14.00-16.00
23 июня	Голубев В.Л.	Зам. секретаря местного отделения партии	10.00-13.00
28 июня	Логачева Н.Н.	Депутат ЗС Калужской области	14.00-16.00

Предварительная запись по телефону 3-13-82.

«Наша жизнь»

выходит по средам и субботам

Учредитель: Администрация
муниципального района «Перемышльский район».

Издатель: МАУ "Редакция газеты муниципально-
го района "Перемышльский район"
"Наша жизнь" Калужской области

**Главный редактор
Т.И. МАЛОВА.**

Телефоны: главного редактора - 3-15-72;
бухгалтерии - 3-13-82;
отдел рекламы - 3-19-78.

Адрес редакции и издателя:
249130, Калужская область,
с.Перемышль,
пл.Свободы, д. 1.

Е-mail: irida_per@mail.ru
САЙТ:
наша-жизнь-перемышль.рф

Номер набран и сверстан в редакции газеты
«Наша жизнь».

Отпечатан КРОФИСМК «Губерния»
- 248540 г.Калуга, пл. Старый Торг, 5.

Подписан к печати по графику - в 16.00.
Фактически - 16.00.

Объем 2 п.л. Индекс 51765
Тираж 1125 Заказ

Мнение редакции может не
совпадать с мнением автора. За
содержание объявлений редак-
ция ответственности не несет.
За текст, опубликованный под
знаком ©, несет ответствен-
ность рекламодатель. Перепис-
ка не ведется, письма, рукопи-
сы, фотографии и рисунки не
рецензируются и не возвраща-
ются.

Поздравляем!

Уважаемая
**Вера Георгиевна
КАРГОПОЛЬЦЕВА!**

**В знаменательный день
вашего рождения примите
наши сердечные поздравления
с искренними пожеланиями
здоровья, успехов!**

**Будучи человеком замеча-
тельных душевных качеств,
добрым словом, благим делом
являетесь примером светлого,
созидательного человека,
наполненного любовью!**

**Ваша доброжелательность и внимательное отноше-
ние к людям снискали вам заслуженный авторитет и
уважение! Оставайтесь всегда образцом порядочности
и жизнелюбия, в общем такая, какая вы есть!**

**Семьи Жаворонковых, Герасимовых, Рябовых,
Татьяна Иванова, Татьяна Артемьева.**



Спорт

Дан старт областному чемпионату по футболу

В мае начались игры по футболу. Перемышльский район на этих соревнованиях представляют команды «Авангард» Перемышль и Маяк «Горки».

Команда «Авангард» в первом кубковом матче уверенно победила соперников из Мосальска 8:1, а футболисты «Маяка» переиграли сильную команду из Сосенского - 2:1.

В первом туре чемпионата Калужской области футболисты «Маяка» обыграли Козельский «Кристалл» со счетом 6:1, а «Авангард» ничьей закончил матч в Ермолино.

Во втором туре «Маяк» сыграл вничью на выезде с сильным обнинским «Квантом», а «Квант» забил гол на последней минуте матча, но футболисты «Маяка» сумели провести быструю атаку и после розыгрыша штрафного гол забил Артем Курочкин. «Авангард» дома принимал команду из Льва Толстого Дзержинского района. Получился напряженный интересный матч. Усилия перемышлян успешно завершал Кирилл Кисов, но гости, показав командную игру, сумели отыграться, в итоге ничья 3:3.

В. Николаев,
заместитель заведующего отделом культуры, молодежи и спорта.

**Куплю земельный пай СХП Корекозово,
Тел: 8-920-875-00-75.**

3-1

Заключение о результатах публичных слушаний

26 мая 2016 года около жилого дома № 1 д.Еловка сельского поселения «Деревня Большие Козлы» Перемышльского района Калужской области состоялись публичные слушания по проекту постановления Главы муниципального района «Перемышльский район» «Об утверждении проекта планировки территории и проекта межевания территории земельных участков, почтовый адрес ориентира: Калужская область, Перемышльский район, д.Еловка МО СП «Деревня Большие Козлы».

В слушаниях участвовало 17 человек, в том числе глава сельского поселения «Большие Козлы» Клопов П.С., заместитель Главы администрации МР Голубев В.Л., специалист администрации СП «Деревня Большие Козлы» Галицкая С.И., генеральный директор ООО «ЛК-Инвест» Левин М.Ю. Замечания и предложения по данному вопросу не поступали.

Принято решение единогласно согласовать и утвердить проект планировки территории и проект межевания территории земельных участков, почтовый адрес ориентира: Калужская область, Перемышльский район, д.Еловка МО СП «Деревня Большие Козлы».

Заместитель Главы администрации муниципального района **В.Л.Голубев.**

Заключение о результатах публичных слушаний

26 мая 2016 года около жилого дома № 1 д.Еловка сельского поселения «Деревня Большие Козлы» Перемышльского района Калужской области состоялись публичные слушания по проекту постановления Главы муниципального района «Перемышльский район» «Об утверждении проекта планировки территории и проекта межевания территории земельного участка, почтовый адрес ориентира: Калужская область, Перемышльский район, д.Еловка МО СП «Деревня Большие Козлы».

В слушаниях участвовало 17 человек, в том числе глава сельского поселения «Большие Козлы» Клопов П.С., заместитель Главы администрации МР Голубев В.Л., специалист администрации СП «Деревня Большие Козлы» Галицкая С.И., генеральный директор ООО «ЛК-Инвест-2» Левин М.Ю. Замечания и предложения по данному вопросу не поступали.

Принято решение единогласно согласовать и утвердить проект планировки территории и проект межевания территории земельного участка, почтовый адрес ориентира: Калужская область, Перемышльский район, д.Еловка МО СП «Деревня Большие Козлы».

Заместитель Главы администрации муниципального района **В.Л.Голубев.**