

Балтийская переменица

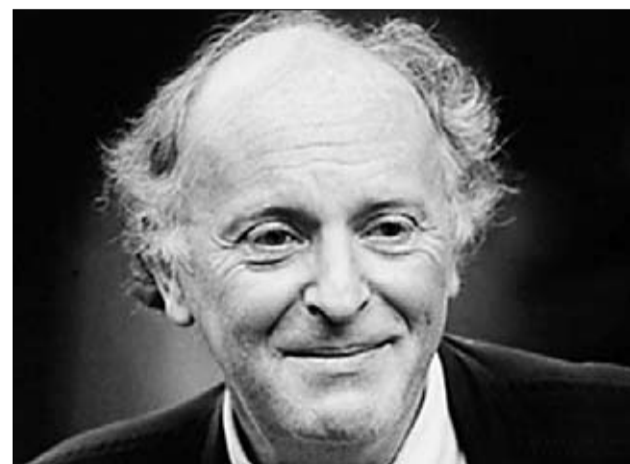
независимая газета о культуре для родителей и учителей

Скоро у нас будет музей ИОСИФА БРОДСКОГО

В июле месяце вице-губернатор Санкт-Петербурга Василий Кичеджи принял участие в пресс-конференции в Санкт-Петербургском государственном университете, посвященной созданию литературного музея Иосифа Бродского в нашем городе. В пресс-конференции участвовали первый заместитель председателя Комитета по культуре Борис Илларионов, председатель правления Фонда создания музея Иосифа Бродского Михаил Мильчик и член правления Фонда Николай Солодников.

Василий Кичеджи сообщил, что принято решение об открытии 24 мая 2015 года, в день 75-летия поэта музея-квартиры Нобелевского лауреата, почетного гражданина Санкт-Петербурга Иосифа Бродского. Кон-

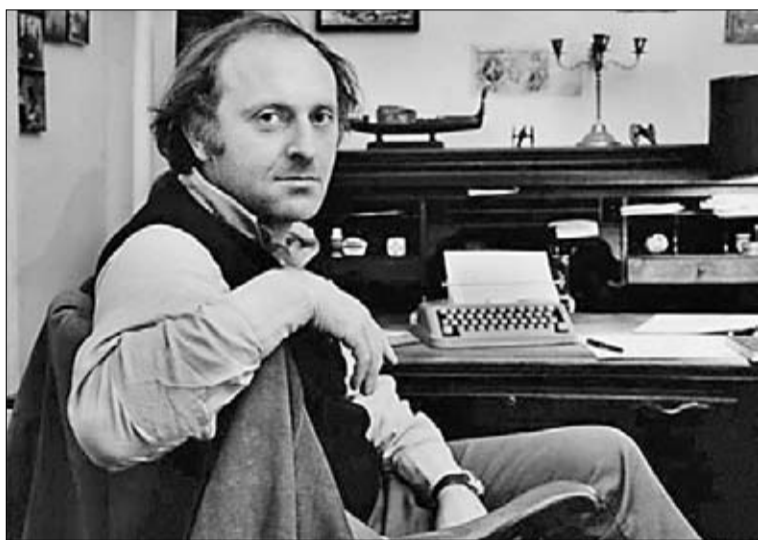
цепция нового музея в доме Мурузи на Литейном проспекте разработана сотрудниками государственного литературно-мемориального музея Анны Ахматовой в Фонтанном Доме совместно с друзьями поэта. Предполагается, что новый музей станет филиалом музея Анны Ахматовой. Долгое время созданию музея препятствовало то обстоятельство, что Фонду создания музея Бродского не удается выкупить последнюю комнату в пятикомнатной квартире, где проживали Бродские. Вице-губернатор Василий Кичеджи сообщил, что благодетель, имя которого будет оглашено позже, ближе к открытию музея, выделил солидную сумму на приобретение жилья для владелицы оставшейся комнаты.



поэта, приедут гости из разных стран, – отметил Василий Кичеджи. – Санкт-Петербургский государственный университет готовит международную научно-практическую конференцию, в Большом зале филармонии состоится музыкально-литературный вечер памяти Иосифа Бродского, но самым главным, ожидаемым событием станет открытие музея великого поэта

P.S. Идея создания музея И.Бродского в квартире, где он жил с 1955 года до момента отъезда в эмиграцию в 1972 году, возникла в декабре 1998 года. Инициаторами создания музея явились представители творческой интеллигенции нашего города и друзья поэта проживающие, за рубежом.

Л.ВАРНАЧЕВА



Председатель Фонда создания музея Михаил Мильчик подтвердил намерение Фонда безвозмездно передать городу выкупленные комнаты в целях создания музея. Кроме того, Мильчик пояснил, что музей в мемориальной квартире будет создан, даже если не удастся уговорить на переезд соседку поэта, несмотря на то, что невыкупленная комната располагается при входе в квартиру и по проекту в ней должна размещаться зона приема посетителей. Резервный проект создания музея на освободившихся площадях предусматривает вход в музей через черный ход. Николай Солодников сообщил, что реставрационно-ремонтные работы в помещении будущего музея начнутся уже на следующей неделе.

«Мы ожидаем, что на торжества, посвященные 75-летию всемирно известного

ПРАЗДНИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ



Наталья Юрьевна

СЛУХИ И НЕ ТОЛЬКО

– Наталья Юрьевна, мне много хорошего говорили о вас и о вашем детском садике! Рассказывали, что вы и для детей, и сотрудников добрая мама, а в ваш садик приводят своих детей бывшие его воспитанники. Родители рассказывали, как дети упираются, не хотят вечером уходить домой. А в школах района радуются, когда приводят к ним выпускников вашего садика – так началось наше знакомство с Натальей Юрьевной Лазовской, заведующей 14-го детского сада Красносельского района. Она оказалась человеком искренним и прямым: «Стараем-

ся. Просто мне везет на профессиональных педагогов и воспитателей высокого класса. Но у нас, как у всех, есть проблемы! Вот, например, не можем допроситься, чтобы нам благоустроили спортивную площадку!».

«ПРИУСАДЕБНЫЙ УЧАСТОК»

... Детишкам детских садов, отдаленных от центра города, тоже везет. «Приусадебные участки» их садиков похожи на зеленые парки с вековыми деревьями. В таком парке детского сада №14 на улице Партизана Германа, дом 43, я появилась в июльский день. Поразила не только громадная территория, а тенистые уголки, оборудованные для игр. Уголок для малышей, другой – для пятилеток, третий с качелями для старших. Тут же красуется волшебный сказочный дом – веранда на случай дождя. В каждом уголке дети увлеченно занимались чем-то интересным. А воспитательницы групп внимательно, и не менее увлеченно, наблюдали за играми, иногда ласково поправляя шапочки то на одной, то на другой головке (ведь на улице уже +25). Я незаметно наблюдаю за каждой группой. Веселый и дружный настрой детей, никто никого не толкал, не отбирал игрушки. Одни пытались очистить газоны от листьев, обсуждая с какого дерева упал незнакомый лист. Другие, помладше, строили домики из песка. Старшенькие поливали газоны.

Согласитесь, сколько возможностей для

всестороннего развития ребенка в любое время года дает такое обширное пространство. Дети здесь развиваются и физически, и изучают жизнь растений, учатся за ними ухаживать. Воспитатели могут познакомить их с происхождением ветров, дождей, росы, тени. Здесь они узнают о жизни насекомых.

Одного мальчика позвала подошедшая мамочка. Он не хотел уходить. Я спросила: «Почему вы его так рано забираете?»

– Да я бы и сама тут с удовольствием осталась. Но нас ждут на даче, у бабушки день рождения. Ребенок наш не хочет жить на даче. Ему здесь интереснее! Еще бы, такой детский сад!

– Хороший?

– В нашем садике ежедневно создается веселая атмосфера. Каждому ребенку оказывают много внимания. А в помещении у них тоже все очень интересно, не так, как в других садиках! Обязательно побывайте там!»

И когда Наталья Юрьевна меня повела по помещениям сада, я увидела то, что не видела в других садиках. Помещения

групп большие, светлые и оформлены с особым вкусом. В каждой группе выгорожены детской современной мебелью «Центры». Центр манипуляции, центр литературы, центр науки, центр семьи, центр искусств. Есть театральные центры и центры блоков – игрушек. Каждый день начинается с общей беседы в кружке. Воспитатель, как и дети, сидит на маленьком стуле. Обсуждают вместе, чем хочет каждый заниматься. Кто-то рассказывает, что он придумал сделать. Здесь нет командного: «сегодня рисуем самолет». Здесь особая система...

(Окончание на стр. 2)



ПРАЗДНИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

ОСОБАЯ СИСТЕМА?!

С вопроса о необычном подходе к воспитанию детей и начался наш разговор с Натальей Юрьевной, когда мы оказались в маленьком, но уютном кабинете заведующей.

Наталья Юрьевна начала издавна...

– Наша система исходит из давней традиции, вернее, из всего лучшего, накопленного М. Монтессори, Я.А. Каменским, И.О. Песталоцци, В.А.Сухомлинским, и лучшими педагогами-воспитателями советского времени. У нас есть огромный опыт. Мы ведь уже отпраздновали сорокалетний юбилей. Изначально сад наш принадлежал Кировскому заводу. В ведомственном садике и детей было тогда меньше в группе, и воспитателям платили больше. После перестройки мы перешли в государственное ведомство. В 1995 году, во времена А.Собчака, мы вступили в программу «Сообщество». Ее поддерживал Фонд Сороса. Фонд не вмешивался в содержание программы, он только поддерживал обучение воспитателей детских садов. Сотрудники дошкольных учреждений учились у опытных воспитателей всей России, и изучали зарубежные программы. Мы проводили мастер-классы, тренинги. Из всего накопленного у «Сообщества» получилась собственная программа личностного воспитания ребенка, одобренная министерством образования. Ее основа заключается в индивидуальном подходе к каждому малышу, к умению воспитателя распознать его главные возможности

Да, прошло время, и мы должны были принять те стандарты, что присылают нам из министерства. Но, вы знаете, эти стандарты у творческого педагога – воспитателя вписываются очень органично в нашу систему.

Я повторяю: у нас работает уникальный творческий коллектив. Большинство – люди с громадным опытом, они передают его молодежи».

ПРАЗДНИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Я знакомилась с воспитателями и сотрудниками. Я познакомилась с заместителем заведующей по административно-хозяйственной работе Гариной Анной Сергеевной. Она, имея за плечами инженерную профессию, поработав в этом коллективе, осталась здесь. Меня завораживали рассказы воспитателей о детях, о их занятиях, и их успехах. Здесь у каждого воспитателя есть «свой конек». Так Л.В.Бадина (работает здесь 20 лет) очень талантливо и по-своему занимается с детьми пальчиковыми играми, и прививает детям любовь к стихам и песням В.Н. Александрова, стаж работы которой 25 лет, придумала особый вид техники исполнения коллажа, занимается с детьми тестопластикой.

А Л.А.Казарина (с 20-летним педагогическим стажем) с детьми раннего возраста, прививает малышам навыки игр с водой. И это дает прекрасный результат.

А воспитателя Е.В.Шередина, которая обрела и полюбила эту профессию, так как сама стала мамой трех мальчишек, сочиняет для детей сказки. Меня познакомили с замечательной женщиной шеф-поваром Е.К.Петровой. Она кормит детей со дня основания садика, мамы часто обращаются к ней за рецептами блюд, так как дети просят «приготовить, как в садике».

Узнала я, что логопед В.Д.Шевченко занимается с детьми не только исправлением речевых недостатков, а ведет с ними занятия по художественному слову.

С 1993 года режиссер и организатор всех праздников – музыкальный руководитель Т.В.Яновская. Рассказывая о ней, Наталья Юрьевна заметила: «У нас есть еще одна традиция. Все наши праздники не для пап и мам, а для самого ребенка!»

А воспитатели уточнили, их задача – каждый день должен быть праздничным для малыша! Потому что у него что-то хорошо получилось, или он узнал сегодня новое и интересное о городе (здесь занимаются петербурговедением), о людях, о природе.

Меня удивляло и радовало в этом дружном коллективе, что все люди веселые, с юмором, открытые для доброго общения. А как говорили о детях?! С такой гордостью могут говорить только родные мамы.

РОДНЫЕ ЛЮДИ

С такой же гордостью Наталья Юрьевна мне рассказывала о сотрудниках. Мы вышли с ней на улицу. Она окинула взглядом



Т.В. Яновская



В.Н. Александрова



Е.К. Петрова



Е.В. Шередина



Родные люди

и развивать способности без нажима и дисциплинарных ограничений. В тех садах, кто принял нашу программу (в Красносельском районе таких было три) еще появились и ассистенты. Группы были небольшие по 20 детей. Представляете, с шестью детьми занимается воспитатель, с шестью ассистент, остальные дети закрепляли полученные навыки самостоятельно.

Но со временем группы увеличили. Сейчас в группах по 26-28 детей. Занимается с ними воспитатель и помощник воспитателя. Ассистентов нет. Но наши сотрудники продолжают работать именно по этой системе. Такой подход дает очень много. Создается развивающая среда, и ребенок может выбрать сам, чем ему заниматься. При этом, воспитатель не стоит как цербер, а хвалит и помогает. Благодаря этой системе воспитания наши дети отличаются знанием, навыками, и умением дружить. Они контактны и позитивны.

«приусадебный участок»: «Дети проснуться и опять выйдут сюда, кажется, здесь все в порядке!»

Есть такие замечательные руководители, в ком ощущается не «директорство», а чувство заботы за коллектив, как за семью. К сожалению, они сейчас редко встречаются. Но встречаются. Одна из них Наталья Юрьевна. Вернее, она из той родной ленинградской семьи, где жили по справедливости и по закону высоких нравственных критериев.

Не случайно родители поддержали желание дочери стать воспитателем и педагогом в те годы, когда престижны были только профессии инженеров. Окончив педагогическое училище, потом и факультет дошкольного воспитания Университета имени А.И.Герцена, Наталья Юрьевна работала воспитателем. А в начале 90-х пришла в 14-ый на должность методиста. Через некоторое время, несмотря на возраст, ей здесь предложили должность заведующей. Наталья Лазовская стала самой молодой заведующей детского сада в районе. Коллектив поддержал все ее начинания.

– Наталья Юрьевна, а какие сейчас у вас личные мечты?

– Ну что, дома у меня все хорошо. Я рано вышла замуж, и у нас дружная семья. Дочь и сын очень интересно работают. А мечты мои связаны с нашим коллективом. Мечтаю, чтобы в группе было меньше детей, и воспитатель мог спокой-

но, без напряжения общаться подольше с каждым ребенком. Мы же понимаем, как трудно сегодня родителям отдавать детям столько времени, сколько отдавали нам наши родители – ленинградцы. Воспитатель сегодня должен быть родным человеком в жизни ребенка. Хочется, чтобы наши выпускники вспоминали нас, не только потому, что здесь интересно играют. Хочется, чтобы помнили своих воспитателей, потому, что здесь их научили понимать многое в жизни, научили любить природу, город, нашу страну, научили дружить и понимать людей».

... Я уверена, что эта мечта Натальи Юрьевны обязательно сбудется, ведь в 14-ом все – творческие и родные люди!

Не случайно, детский сад № 14 единственный в Красносельском районе общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по социально-личностному развитию детей.



Центр блоков



Спортивные игры



Литературный центр



ЖИВЕТ НАРОД...

(Окончание.)

Начало в №№10 и 11, 2014 год)

Две первые главы своих путевых заметок по Израилю я посвятила мирной жизни Ашкелона и Иерусалима. И озаглавила строчкой из двухстишия поэта и писателя Бориса Штейна «Живет народ с улыбкой на лице». Но, двухстишие звучит так:

«В непримиримом вражеском кольце
Живет народ с улыбкой на лице».

И последнюю заключительную главу я хотела посвятить гражданам Ашкелона, придерживаясь того же заголовка. Я видела, как в мирное время живут в этом городе и коренные жители еврейской национальности, и выходцы из Эфиопии, Марокко, Аргентины, Франции. Но более 40 процентов из 120 тысячи населения Ашкелона это бывшие граждане Советских республик. Они приехали сюда в 70-90-х годах и привезли нашу культуру и социальную общность, которой они очень дорожат, несмотря ни на что. Несмотря на многие социальные, религиозные, политические трудности, с которыми им пришлось столкнуться. Многим пришлось первые годы менять профессию, работать на стройке, дворниками, нянями, сиделками. Большинство из тех мужчин, кого я встречала (ветераны войны, музыканты, художники, врачи) строили этот красивый город. И за двадцать лет он стал одним из

приехали сюда из Осетии. А он приехал не только с женой и детьми, но и привез сюда родителей. Пока не выучил иврит, работал на стройке. Сегодня он один из ведущих художников города.

Я побывала и у известного здесь музыканта, бывшей москвички, Манон Жаковской. Она участвует во многих концертах, и музыкально оформляет большинство спектаклей моей приятельницы – режиссера Изобеллы Шейниной. Манон покорила меня не только своей большой библиотекой, но особенно, своим садом. Ее квартира в многоэтажном доме находится на первом этаже. Ей принадлежит небольшой участок земли, на которую выходит из ее квартиры веранда. Здесь растут многолетние деревья и масса цветов. Здесь тоже читали стихи и пели песни. В ее доме я познакомилась с интереснейшей женщиной, бывшим секретарем Э.Шеварнадзе – Лилей. Когда ей пришлось уйти на пенсию, они с мужем приехали сюда. Здесь она овдовела и осталась одна, но все кто знают эту женщину, которой уже далеко за 80, помогают ей. Она бывает на всех вечерах и концертах, куда ее приглашают.

А Мила Филькинштейн из Белоруссии – учитель математики престижной гимназии, жена поэта Аркадия Дэна собрала нас у себя дома по случаю премьеры спектакля. Изобелла написала сценарий по стихам великих поэтов. И они с Милой показали в сценическом споре, какова она настоящая любовь к родине, к детям, к родным. Спектакль проходил с большим успехом в клубе пригорода Ашкелона. Зрители – женщины из Грузии, Чечни, Осетии, Дагестана. Все члены клуба. Возглавляет клуб педагог Зина, которая рассказала мне, что все они домохозяйки, либо рабочие, очень любят путеше-

ествовать, не пропускают ни одной лекции и концерта. Я в шутку назвала их «евреи кавказской национальности». А Зина продолжила: «сохраняющие и российскую культуру, и обычаи той республики, из которой они приехали». В доме Милы я увидела бронированную комнату. Она пояснила: «Это бомбоубежище. Нам многим делают такие убежища. Здесь недалеко граница. Сирена слышится довольно часто»

В последний день моего пребывания всех, с кем меня познакомили, я встретила на вечер празднования 90-летия поэта и журналиста Семена Цванга. Ветеран войны, он приехал сюда с Украины в 90-е годы, будучи уже Лауреатом премии В.Некрасова. В тот вечер он не только читал свои новые стихи, но и пел вместе с Манон, объяснял в любви жене, другу писателю и музыковеду



Р. Азеран, Аркадий Ден, Манон, Мила и Лиля

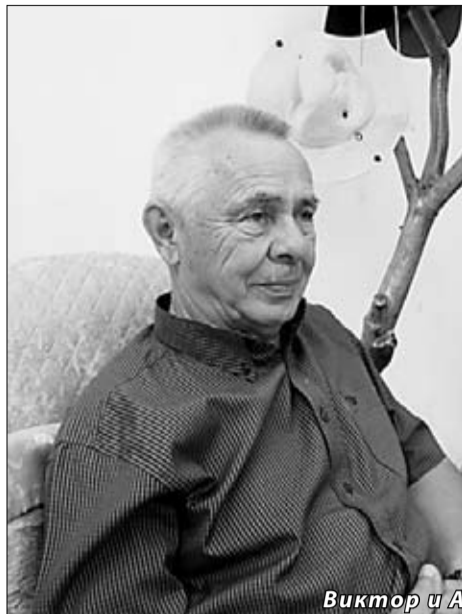
больших городов страны, сверкающий своей белизной и поражающий количеством парковых зон. У большинства из них жизнь была нелегкая. Но они никогда не изменяли своей духовной интересной жизни.

Они создали множество любительских театральных, музыкальных, хореографических коллективов для взрослых и детей. Не случайно в Ашкелоне, проходят состязания студенческих КВН из разных городов Израиля на русском языке.

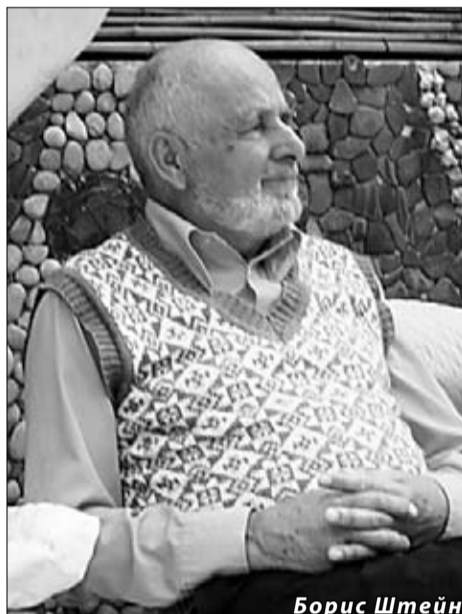
Но больше всего в этом городе меня поразило другое. Здесь старшее поколение тесно связано между собой духовными интересами. Почти каждую неделю, а то и два раза в неделю, у кого-нибудь дома собираются компании на какой-нибудь тематический вечер.

Я побывала на творческом вечере Бориса Штейна. Сначала он читал свои новые стихи. А затем его стихи читали его друзья. Вечер устраивала у себя на вилле замечательная семья Анна и Виктор Анушковых, которая когда-то приехала из Винницы. Она замечательная певица, а он врач скорой помощи. Сад их виллы это и музей мозаичного искусства. Из камушек, ракушек и осколков кафеля они вместе с дочерью (врачом), сотворили замечательные узоры на заборе, скамейках и столах.

Потом меня пригласили в большую просторную квартиру на вечер, посвященный чтению дневниковых записей. В том же доме была и встреча с талантливейшим Яковом Ягудаевым – художником и композитором. Он пришел с гитарой и пел свои песни, а потом рассказывал, как пришлось нелегко жить тут первые годы его семье, когда они



Виктор и Аня Анушковые



Борис Штейн



Катя Тейтельман

Эдуарду Добрыкину, и всем друзьям, которые в этот вечер выступали с импровизированными поздравлениями. Вечер проходил в большом зале. Казалось, тут собрались все русскоязычные горожане Ашкелона.

Посещая и домашние посиделки, и такие вечера, я каждый раз вспоминала свои студенческие годы, годы Оттепели. Когда у нас главное стремление в жизни было – жить в ауре духовного единения и дружбы. К сожалению, с наступлением «новой эры» куда-то оно ушло. А русскоязычные евреи Ашкелона упорно сохраняют такое замечательное состояние жизни, связанное с искусством и литературой. Это мне подтвердила очаровательная Катя Тейтельман – директор магазина русской книги. Здесь книги дороже,

чем у нас. Но спрос очень большой. Люди продолжают жить литературой, поэзией, искусством, как это было в Союзе. На каждом вечере я встречала эту очаровательную женщину. Как она талантливо читала стихи Бориса Штейна! И из всех многочисленных улыбок, ее улыбка полная доброжелательности и внимания к людям, мне сейчас вспоминается чаще всего.

Как она там?
Как они все?

Мне приходится озаглавить свою последнюю главу тревожным «Живет народ?», потому что там сегодня у людей тревожные лица.

(Окончание на стр. 4)
(Окончание. Начало на стр. 3)



Вечер чтения дневников



Яков Ягудаев



Изобелла и Мила после премьеры



Они все с Кавказа

ЖИВЕТ НАРОД...

Вот, какие письма я получаю почти каждый день из Ашкелона от Изабеллы Шейниной

«8 июля. Пишу под обстрелами. Ашкелон получил 9 ракет за один день. Наши войска долго не решались разворачивать военные действия. Предлагали условия. Но палестинцы не прекращали обстрелы и выпустили 80 ракет за три дня на Израиль...»

«...10 июля. Пишу тебе сразу после нескольких залпов и ракет. Весь Израиль под ракетами вплоть до Хайфы. Нас спасает «железный купол». Наши бьют их достаточно сильно. Но эти «богатыри» (боевики Хамас) прячутся в домах мирных жителей, зная, что мы не хотим кровопролития мирных граждан».

«12 июля. Вчера рядом с моим домом

разорвался снаряд. Убит человек. Нам не рекомендуется выходить на улицу. Идут постоянные перестрелки. Хирургическим путем, точечными ударами уничтожаются боевики Хамаса. Они учат своих детей клятве: «я должен убить хотя бы одного еврея». А наши жалеют население арабов и их детей, сообщая им по микрофону: «Через несколько минут там-то и там-то будут стрелять. Уходите в бомбоубежище!» Сейчас со стороны Иудеи и Самарии человек 50 бросали камни в сторону еврейских поселений. А наше правительство отправляет туда машины с медикаментами, наши солдаты подбирают их раненых, чтобы отправить их в наши госпитали...»

... В каждой русскоязычной семье Ашкелона продолжают смотреть наши телевизион-

ные новости и переживают за Украину. И так же, как и мы, задают себе вопрос: «Почему в наш цивилизованный век появляются такие нелюди, которым миллионы долларов и куски земли дороже человеческих жизней и мира на Земле. Почему их так трудно остановить?!»

Хотя и в мирное время сирены были

слышны. Не случайно известный поэт Эстонии советского времени и теперь Израиля Бори Штейн написал точный образ этого времени: «В непримиримом вражеском кольце живет народ с улыбкой на лице».

Май, 2004 год



На юбилее С. Цванга

Такая модная болезнь – остеохондроз (Беседа с неврологом Медицинского Центра «Гранти-Мед»)

Ищу я тех людей, кого можно назвать истинным ленинградцем – петербуржцем, с кого может брать пример молодой человек. Студенты мне часто задают вопрос: где те настоящие петербуржцы, у которых хочется «поучиться жизни». Я ищу их, к сожалению, их уже надо искать. И нахожу, а затем рассказываю на страницах нашей газеты.

Вот и нашла я Георгия Андреевича Лаписа доктора- невролога, который лечит и взрослых и детей. а еще он написал 14 книг, пишет стихи, а значит любит людей и жизнь. О нем я напишу очерк в одном из осенних номеров. А пока, по просьбе читателей, задаю волнующий многих горожан вопрос о заболевании остеохондроз

Георгий Андреевич дайте, пожалуйста, этому коварному заболеванию, характеристику. Причины возникновения, виды, стадии...

– О причинах несколько позже, а сперва объясню, что из себя представляет эта болезнь. Остеохондроз – это хроническое воспаление в тканях позвоночника. На начальном этапе это воспаление локализуется только в зоне одного или нескольких межпозвоночных дисков, в дальнейшем оно постепенно распространяется на выше – и нижележащие сегменты позвоночника и захватывает в той или иной степени все его ткани, а именно: все межпозвоночные диски, кости, связки, прилежащие к позвоночнику мышцы.

На 1-й стадии (без жалоб и клинических проявлений) поражаются только немногие межпозвоночные диски в одном из отделов позвоночника. При этом человек все же может испытывать некоторый дискомфорт и утомляемость в данной зоне. Эта стадия может длиться годы и десятилетия.

На 2-й стадии межпозвоночные диски страдают в большей степени, поражаются и прилегающие ткани позвоночника. Здесь характерны довольно сильные локальные боли, которые могут быть и острыми и приобретать хронический характер.

На 3-й стадии межпозвоночные диски в функциональном отношении уже совсем плохие, в них образуются выпячивания, так называемые протрузии и грыжи. Боли при этом могут быть самые разнообразные – вплоть до утраты работоспособности и необходимости в срочной операции. Или боли и жалобы могут принять «привычный», длительно текущий характер, когда человек на них уже почти и не обращает внимание.

На 4-стадии в какой-то степени возможно самоизлечение, но этот процесс противо-

речив и обманчив; чаще всего скорее всего боли сохраняются в хронической форме.

Теперь о причинах данного заболевания. Есть врожденные предполагающие особенности, могут иметь значения повторные травмы, но в процентном отношении – это 5-7%. Основная причина – это малоподвижность и физические нагрузки, не соответствующие возрасту и возможностям данного человека. Малоподвижность распространена тотально – телевизор, компьютер и обедание. Некоторые виды спорта, особенно в юном возрасте, могут совсем не подходить данному ребенку. Все виды борьбы, тренировки с подъемом неадекватных ситуаций тяжести. Именно тогда, когда родители планируют вырастить олимпийского чемпиона.

Идеальный вид спорта с точки зрения минимального травматизма, и будущих достоинств – это плавание. Между прочим, процент людей, которые умеют действительно хорошо плавать, невелик – не более 25%.

2. Говорят, что этот диагноз ставят каждому третьему в нашем городе вне зависимости от возраста. Почему так жаростно стал на нас наступать остеохондроз этим летом? – Лето здесь не причем. Данное заболевание протекает, подчиняясь собственным закономерностям, независимо от времени года.

Остеохондроз в прямом смысле слова может поражать лиц молодого возраста. Я лично наблюдал ребенка в возрасте 9 лет с первыми проявлениями остеохондроза. Юношеско – подростковая форма остеохондроза хорошо известна и широко распространена.

Остеохондроз наблюдается у населения, ориентировочно составляет около 60-70%. Далее, не у всех, у кого при рентгенологическом исследовании выявлена та или иная стадия остеохондроза, болит спина. Также спина может болеть и не только в связи с остеохондрозом.

3. Вы лечите взрослых и детей. Какие методы лечения вы считаете самыми эффективными?

– Прежде всего, нужно определенно

сказать, что это заболевание хорошо поддается лечению. Но есть сложности. Первая сложность в том, чтобы подобрать методы лечения, которые подходят и будут эффективны для данного конкретного пациента. Вторая – заключается в следующем – при этом заболевании нет одного идеального средства, которое можно было бы применить и все станет хорошо: пациент сходит на несколько процедур или проведет курс лекарственной терапии.

При остеохондрозе пациент участвует наравне с доктором в процессе лечения, и от него зависит более 50% успеха. Доктор дает четкие и конкретные указания, организует лечение в той части, в какой это зависит от него. Но ответственный за результат – только пациент.

Здесь-то чаще всего и находится слабое место в лечебном процессе – пациент ленив, недисциплинирован и трудится ровно столько времени, сколько у него болит спина или шея. Как только боль исчезает, пациент в абсолютном большинстве случаев тут же прекращает какие-либо лечебные мероприятия. И тогда нужно рано или поздно (скорее рано!) ждать очередного обострения.

Для лечения у остеохондроза применяются два комплекса лечебных мероприятий – физические, лекарственные, нетрадиционные.

Физические: электромагнитофизиотерапевтические процедуры (амплипульс, ДДТ-терапия, магнито-, лазеротерапия) лечебная гимнастика, массаж, мануальная терапия

Лекарственные: используются препараты самых разных лекарственных групп, подбираются именно те, которые не противопоказаны данному пациенту, поскольку лекарственная аллергия широко распространена.

Нетрадиционные: иглорефлексотерапия, лечение пиявками и др.

4. Наш дежурный вопрос о профилактике этого заболевания и степени риска.

– Некоторые профессии и состояния являются очевидным фактором риска для развития остеохондроза. Например, длительное пребывание в автомобиле. Понимая это, человек находящийся в кресле авто более 3-4 часов в сутки, должен найти некий противовес своей малоподвижности. Это самые, но не любые, разнообразные формы движения.

Другим поистине тотальным фактором риска развития остеохондроза является просиживание в кресле перед монитором. Не имеет значение – на работе или дома. Здесь рекомендация по профилактике такая же – самостоятельно нужно создать некий ежедневный баланс между движением и неподвижностью.

Но только одного движения недостаточно, если заболевание уже есть. В этом случае нужно провести полноценное лечение, добиться исчезновения жалоб, а уже в дальнейшем заниматься профилактикой обострения.

Лечение остеохондроза индивидуальное. Что касается профилактики очередного обострения, то с большой эффективностью применяются схемы гомеопатических лекарств, а также физические методы профилактики: массаж, мануальная терапия и др.

5. В МЦ «Гранти-Мед» сейчас можно попасть к вам на прием по полису Обязательного медицинского страхования, не так ли?

– По полису Обязательного медицинского страхования в МЦ «Гранти-Мед» могут прийти на прием дети до 18 лет. Для этого в районной поликлинике необходимо взять направление от педиатра. Взрослые пациенты таким образом не обслуживаются.

Георгий Андреевич занимается не только остеохондрозом. Круг знаний и возможностей опытного врача-невролога обширен. Он лечит все заболевания позвоночника, головную и другие острые и хронические боли. Например, некоторые разновидности болей в суставах, головокружение, тик, тремор, последствия травм, если сохраняются боли и нарушения функций (например, движение), нарушения походки, паркинсонизм, эпилепсию, нарушения сна, отклонения в поведении, задержку развития речи, а также задержку в общем развитии ребенка, недержание кала и мочи; невролог также может помочь при плохих успехах в школе, когда в первых классах ребенок не справляется с программой обучения.

Записаться на консультацию к СПЕЦИАЛИСТАМ- НЕВРОЛОГАМ МЦ «Гранти-Мед» можно по телефону 323-92-13

Адреса МЦ «Гранти-мед»:

Ул Корнеева, 6,

ст.метро «Кировский завод»

Ул Чекистов, 22,

ст метро «Проспект ветеранов»

Ул. Гаврская, 15, ст. метро «Удельная»