



Обсуждайте новости в наших группах социальных сетей.

Все новости Уральска и области на нашем сайте

mgorod.kz

НОВОСТНОЙ ПОРТАЛ ЗАПАДНОГО КАЗАХСТАНА



Подписывайся и узнавай о событиях первым.

**МОЙ ГОРОД
В ТИК-ТОК**

@mgorod.kz @mgorod.kz2022

СТАЛИ ОЧЕВИДЦЕМ КАКОГО-ЛИБО События – присылайте фото, видео и короткий текст на 8 776 863 36 36

СТАЛИ ОЧЕВИДЦЕМ КАКОГО-ЛИБО События – присылайте фото, видео и короткий текст на 8 776 863 36 36

ЧТО ТАКОЕ ПСИХИЧЕСКОЕ РАССТРОЙСТВО И КАК ЕГО ИЗБЕЖАТЬ?

Психическое здоровье каждого человека является очень тонкой материей, малейшие колебания которой могут повлечь за собой целый ряд негативных последствий для последующей полноценной социальной жизни.

В современном мире согласно статистическим данным, каждый пятый житель крупного города является носителем определенного вида психического расстройства. Это вызвано сверхактивным ритмом жизни, хронической усталостью и частым стрессовым ситуациями, которые отличаются различными типами проявления. Однако есть одно связующее звено всех расстройств – это сочетание аномальных мыслей, эмоций и поведенческих реакций, направленных на самого больного или на окружающих людей, - отметила Наталья Тумасева.

Наиболее распространенными нарушениями психического здоровья являются: депрессия,

шизофрения, панические атаки, расстройства пищевого поведения (анорексия, булимия), умственная отсталость, аутизм, биполярное аффективное расстройство и психозы.

Большинство людей, страдающих расстройствами психики – обычные прохожие, которых можно встретить по пути на работу, соседи за ближайшим столиком в кофейне и даже друзья и родные. Многие проблемы с ментальным здоровьем у взрослого человека возникают и развиваются на общем фоне неудовлетворенности жизнью, а также частными стрессовыми ситуациями, которые сопровождаются как в семье, так и на работе.

Психиатр уверена, что расстройство психики способно оказать серьезное негативное воздействие на жизнь человека. Расстройства психики постепенно перестают быть чем-то постыдным, и многие люди

относятся к ним спокойно. Но достаточно большое количество людей все еще думают, что неврозы или депрессия надуманы и являются результатом лени или нежелания трудиться.

– Для успешного лечения больному необходимо обратиться к психотерапевту, но и чувствовать поддержку близких людей – родственников, друзей и знакомых. Некоторые люди часто путают депрессию с кратковременным ухудшением настроения. Стресс, испытанный на работе или в семье, не всегда приводит к развитию психических расстройств. Но у людей, обладающих повышенной тревожностью, этот риск возрастает. Основная отличительная черта психических расстройств – это длительность симптомов. Наиболее распространены из них являются апатия, упадок сил, пессимистическое настроение, мрачные мысли, нарушения сна и аппетита.

Психические расстройства также приводят к развитию сопутствующих заболеваний – гипертонии, болезни сердца и сосудов, сахарного диабета и многих других, - пояснили Наталья Тумасева.

Профилактика психических расстройств:

1. Полноценный отдых и здоровый сон не менее 8 часов в сутки. Глубокий сон способствует восстановлению нервной системы и является отличным профилактическим средством против развития психических заболеваний.

2. Умеренные физические нагрузки. Необходимо регулярно заниматься спортом или выполнять другую работу, связанную с движением.

3. Занятие любимым делом. Если основная деятельность человека не связана с любимым делом, важно уделять достаточно времени для хобби. Это поможет снять накопившееся напряжение.

4. Отношения в се-

мье. Этот пункт очень важен для крепкого здоровья психики. К отношениям в семье следует относиться серьезно, поскольку регулярные ссоры и скандалы с близкими людьми нередко являются причиной душевных расстройств.

5. Интимная сторона жизни. Известно, что долгое воздержание может привести к различным психическим расстройствам, например, к депрессии. Поэтому важно уделять данному вопросу достаточно внимания. Но не стоит переутомляться, поскольку избыточная сексуальная активность приводит к эмоциональному истощению.

6. Периодически следует устраивать нервно-эмоциональную разрядку, для этого отлично подойдет встреча с друзьями либо прогулка на свежем воздухе. Также для этой цели подходит активный отдых.

Лицензия ЛТ0057604, №0181065 от 17.03.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО.



«ЭФФЕКТ ЗАРАЖЕНИЯ» ИЛИ КАК ПУБЛИКАЦИИ О СУИЦИДАХ ВЛИЯЮТ НА НАСЕЛЕНИЕ

Психолог из Уральска считает, что сайты с материалами о самоубийствах и суицидах могут вызвать эпидемию самоубийств.

Специалистами давно обсуждается вопрос влияния средств массовой информации, например, статей в интернете, газетах или показов по телевизору о конкретных случаях самоубийств, на суицидальное поведение населения. Они сходятся во мнении, что публикации в СМИ о суицидах могут вызвать подражающие самоубийства в соответствующей возрастной или социальной группе, часто называемой «эффектом заражения».

– Эксперты в области психиатрии и психологии выступают за более взвешенное освещение суицидальных происшествий

в СМИ. Самоубийство является одним из самых трагических путей ухода из жизни. У большинства людей, размышляющих о самоубийстве, отношение к нему является неоднозначным. Они не уверены в том, что действительно хотят умереть. И одним из многих факторов, которые могут подтолкнуть уязвимого человека к совершению самоубийства, нередко оказывается широкое освещение самоубийств в СМИ, в особенности на лиц с суицидальными наклонностями, - рассказала психолог ГКП на ПХВ «Областного центра психического здоровья» Светлана

Лозовая. С недавних пор ряд новых вопросов возник в связи с использованием сети Интернет. Он представляет огромное количество неконтролируемой информации. По словам психолога, в сети интернет существуют сайты с материалами, способствующими осуществлению планов лиц, размышляющих о самоубийстве. А с развитием интернет-ресурсов все без исключения и даже дети получают практически неограниченную информацию о способах и видах самоубийств.

В интернете существуют игры альтернативной

реальности, где подростки легко могут найти единомышленников, детям дают жесткие и четкие задания, связанные с уходом из жизни. Веб-сайты с материалами о членовредительстве и суициде способны вызвать эпидемию самоубийств, так как в них можно легко найти компанию по интересам, в кругу которой укрепляется убеждение, что это и есть выход, наряду с этим создается ореол романтики вокруг смерти и всего, что с ней связано.

– Раннимая детская психика, особенно в переходном возрасте, испытывает колоссальные нагрузки и

если к психологическому давлению в реальной жизни добавить, еще виртуальное, то последствия могут быть непоправимыми. Уважаемые читатели! Помните, что отсутствие тепла, заботы и любви в семье заставляет подростка искать альтернативу им в окружающем мире, в том числе и виртуальном. Если в семье уделяют достаточно времени и внимания своим близким, то вряд ли там случится беда, - заключила Светлана Лозовая.

В случае возникновения любых вопросов в области психического здоровья, Вы можете получить помощь, информацию по

Лицензия ЛТ0057604, №0181065 от 17.03.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО.



БУДЕМ ПЛАТИТЬ ПО-НОВОМУ: ЭЛЕКТРИЧЕСТВО ВНОВЬ ПОДРОЖАЛО В УРАЛЬСКЕ

Новый тариф вступил в силу с 10 сентября.

СТР. 3

ПАУТИНА СТРАХА: НА НАШЕСТВИЕ ТАРАНТУЛОВ ЖАЛУЮТСЯ ДАЧНИКИ

Люди утверждают, что пауки появились после паводков.

СТР. 2

КАРЕТА СКОРОЙ ПОМОЩИ ОПРОКИНУЛАСЬ В УРАЛЬСКЕ

Пациентов в машине не было. Пострадали два сотрудника «скорой».

СТР. 3

Просроченные продукты нашли на полках супермаркетов Уральска

Руководитель департамента торговли и защиты прав потребителей по ЗКО Эльмира Киматова во время брифинга в РСК рассказала, что в 2023 году в стране запустили проект «Сапалы өнім». Он создан для того, чтобы в защиту прав потребителей завлечь представителей местной власти, а потребителей защитить от небезопасной и некачественной продукции.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

В проект помимо департамента торговли и защиты прав потребителей и общественников вовлечены санврачи, сотрудники департамента технического регулирования и метрологии и управление общественного развития. Так, общественники закупают пищевую продукцию, затем сдают её в филиалы центра экспертизы.

— Далее протоколы исследований направляют в департамент торговли и защиты прав потребителей. При наличии нарушений информация направляется санврачам и в департамент комитета технического регулирования и метрологии. Здесь каждый государственный орган отрабатывает мероприятия в рамках своей компетенции: органы санитарно-эпидемиологической службы привлекают

продавцов к административной ответственности, органы технического регулирования – в части отмены деклараций на пищевую продукцию, – рассказала Эльмира Киматова. По её словам, общественники в девяти торговых объектах Уральска отобрали 77 проб пищевой продукции, в том числе молочной, кондитерской и колбасной. Это – супермаркеты «Социаль-

ный», «Рахмет», «Сфетофор», «Аяжан», магазин «Доброцен». По итогам проведенной экспертизы продукции по 60 пробам продукции на маркировке товара отсутствует информация на государственном языке, что является нарушением требований. Хотелось бы также отметить, что практически на всех торговых объектах было выявлено наличие продукции с истекшим сроком годности. Прода-



Иллюстрационное фото из архива "МГ"

жа пищевой продукции с истекшим сроком годности является грубейшим нарушением требований законодательства. Уполномоченные органы в шести случаях возбудили административное производство и в пяти случаях приостановили действие

Во всех школьных столовых Казахстана проведут проверку

Поводом для проверки стало отравление детей в Мангистауской области. Тогда пищевую интоксикацию получили 460 детей, двое из которых находятся в реанимации.

Жулдызхан Лось

Премьер-министр Олжас Бектенов поручил министерству здравоохранения в течение месяца проверить все школьные

столовые в стране после массового отравления школьников в селе Бесшоны Мангистауской области. По информации правительства, сейчас там под наблюдением врачей находится 460 детей, из них 83

госпитализированы, двое – в реанимации. — По поручению главы правительства в месячный срок во всех школьных столовых республики проведут мониторинг соблюдения санитарно-эпи-

демиологических требований. Мера направлена на усиление мер обеспечения безопасности школьного питания и недопущения повторения подобных случаев, – поручил Олжас Бектенов.

Премьер-министр подчеркнул, что в настоящее время всем детям с симптомами отравления предоставляется вся необходимая медицинская помощь, включая психологическую. На месте находятся представители комитета по охране прав детей министерства просвещения РК, оказывающие поддержку пострадавшим и их семьям. Штаб функционирует круглосуточно.

Нашествие тарантулов после паводка в Уральске

В Instagram-паблике zhaloby_uralaska опубликовали пост, в котором говорится, что после паводка на дачных участках появились ядовитые пауки.

Кристина Кобина

— После паводка на дачах в районе кардиологического центра произошло нашествие тарантулов. В доме жить невозможно. Каждый день находим по три паука. Прошу сотрудников акимата и технической комиссии, которая оценивала состояние дома, приехать и пожить здесь, – написала автор поста.

Александр Гурнёв сказал, что на фото действительно запечатлены тарантулы. — Да это тарантул, но какого именно вида сказать не могу. Избавится от них можно только одним способом, это уничтожение мест обитания. Как правило тарантулы живут в норках, поэтому периодически, хотя бы пару раз в месяц, нужно перекапывать или боронить землю, убирать мусор и всякий хлам с территории, стричь высокую траву, если в стенах строений есть щели, то заделать их цементной

смесью, это же касается и трещин в дорожках на территории, – пояснил Александр Гурнёв. Он посоветовал, травить ядовитых пауков в ночное время. — Очень небольшое количество отрав может помочь, в основном только те, которые попадают в организм паука только через дыхательную систему. Как правило контактные яды против насекомых малоэффективны. Нужно будет это производить ночью, когда пауки активны, днём это практически бесполез-

ные мероприятия, – отметил герпетолог. По словам Александра Гурнёва, укусы тарантула в принципе не представляют серьёзной угрозы для здоровья и жизни человека. Обычно укус сопровождается отёком и болью проходящей через несколько суток, сопоставим с укусом осы, пчелы-плотника или шмеля. В случае возникновения аллергических реакций, герпетолог советует, дать человеку антигистаминные средства и доставить в токсикологию, как можно скорее.



К слову, ранее в ЗКО жаловались на нашествие каракуртов. В этом году, по данным управления здравоохранения ЗКО, всего по области с укусами каракур-

фото: с Instagram-паблика zhaloby_uralaska

Машина скорой помощи опрокинулась на бок после ДТП в Уральске

Машина скорой помощи опрокинулась на бок после ДТП на пересечении улиц Мухита и Даулеткереев.

Кристина Кобина

По словам очевидцев, спецавтомобиль не пропустил водитель «Лады Гранты», когда выезжал на улицу Мухита с Даулеткереев. В машине скорой помощи находился водитель и фельдшер. Их забрали в больницу. Водитель «Гранты» от госпитализации отказался. — Водитель «Лада Гранта» не уступил дорогу и врезался в УАЗ. В результате ДТП произошло опрокидывание машины скорой помощи. Водителя и пассажира скорой доставили в больницу. В скорой пациентов не было, – пояснили в департаменте полиции ЗКО. В управлении здравоохранения ЗКО сообщили, что с места аварии в областную многопрофильную больницу доставили двух сотрудников «скорой». Одному назначено амбулаторное лечение, второй госпитализирован в отделение нейрохирургии. Врачи оценивают его состояние как средней степени тяжести. В настоящее время ДП ЗКО ведёт расследование по факту данного ДТП.



Фото Медема МЕДРЕСОВА

Отправил интимные фото экс-жены её отцу и чат родственникам

Более того мужчина вымогал деньги у экс-супруги.

Арайлым Усербаева

В Уральском городском суде рассмотрели уголовное дело в отношении мужчины. Его обвинили сразу по двум статьям уголовного кодекса: вымогательство и нарушение неприкосновенности частной жизни. Как сообщили в суде

ЗКО, подсудимый и потерпевшая состояли в законном браке. Во время совместной жизни женщина добровольно отправляла супругу интимные фотографии. Однако позже между мужем и женой возникли разногласия, и потерпевшая решила развестись с супругом. Но у мужчины были другие планы. Он не согла-

сился с решением жены и начал угрожать, что распространит её интимные фото. На этом недовольный супруг не остановился. Он отправил фотографии экс-супруги её отцу, а так же в общую группу в Whatsapp. Суд пришел к выводу, что вина подсудимого доказана в полном объеме.

Его признали виновным в вымогательстве и нарушении неприкосновенности частной жизни и приговорили к лишению свободы сроком на три года и два месяца. Наказание он будет отбывать в учреждении уголовно-исполнительной системы средней безопасности. Приговор не вступил в законную силу.

Электричество вновь подорожало в Уральске

В прошлом году тариф на электричество повышался дважды.

Кристина Кобина

Как сообщили на сайте ТОО «Батыс энергоресурсы», с 10 сентября действуют новые тарифы на электроэнергию в Уральске. Так, единая отпускная цена на розничную реализацию электрической энергии по всем группам

потребителей (без дифференциации) составит 25,14 тенге за 1 кВт.ч. без НДС, с НДС – 28,16 тенге за 1 кВт.ч (ранее тариф составлял 26,40 тенге за 1 кВт.ч). Электроэнергия подорожала на 6,7%. ТОО «Батыс энергоресурсы» уже повышало свой тариф в мае этого года.

РАСПИСАНИЕ МАГНИТНЫХ БУРЬ С 10 ПО 16 СЕНТЯБРЯ

Дата / Время	0	3	6	9	12	15	18	21
10 сентября Вт	2	2	4	5	4	6	5	4
11 сентября Ср	4	3	2	2	2	2	2	2
12 сентября Чт	2	2	2	2	2	2	2	2
13 сентября Пт	2	2	2	2	2	2	2	2
14 сентября Сб	2	2	2	2	2	2	2	2
15 сентября Вс	2	2	2	2	2	2	2	2
16 сентября Пн	2	2	2	2	2	2	3	3

- 1 Нет заметных возмущений
- 2 Небольшое возмущение
- 3 Слабая геомагнитная буря
- 4 Малая геомагнитная буря
- 5 Умеренная геомагнитная буря
- 6 Сильная геомагнитная буря
- 7 Жесткий геомагнитный шторм
- 8 Экстремальный шторм

ПОГОДА В УРАЛЬСКЕ С 11 ПО 17 СЕНТЯБРЯ

СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК
11.09	12.09	13.09	14.09	15.09	16.09	17.09
днем +30°	днем +27°	днем +25°	днем +25°	днем +26°	днем +25°	днем +26°
ночью +14°	ночью +14°	ночью +11°	ночью +11°	ночью +9°	ночью +10°	ночью +11°

ФАРАОНЫ РЕКЛАМИРОВАЛИ СЕБЯ ПРИ ПОМОЩИ ПИРАМИД.

/ РАМОН ГОМЕС ДЕ ЛА СЕРНА /

513 598

ТЕЛЕФОН РЕКЛАМНОЙ СЛУЖБЫ

МОЙГОРОД

ПРЕЙСКУРАНТ ЦЕН

Лицензия ЛП005762L №0181055 от 17.03.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

**ОБЛАСТНОГО ЦЕНТРА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ
НА ПЛАТНЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ НА 2024 ГОД**

1. Психиатрическое комиссионное освидетельствование (не менее 3-х врачей) с выдачей заключения ВКК	7440 тг
2. Наркологическое освидетельствование (с использованием 7,8 полосного мультитеста) с выдачей заключения	5230 тг
3. Медицинское освидетельствование для выдачи лицензии на право приобретения оружия	8280 тг
4. Психиатрическое и наркологическое освидетельствование при прохождении периодических мед. осмотров	6435 тг
5. Прием врача психиатра-нарколога (анонимно)	6740 тг
6. Консультация врача психиатра, нарколога без предварительной записи, территориального прикрепления	4625 тг
7. Освидетельствование на степень алкогольного опьянения	2815 тг
8. Экспертиза наркотического опьянения с использованием мультитеста	5230 тг
9. Лечение в стационаре без территориального прикрепления	7630 тг койко-день
10. пребывание в палате повышенной комфортности	2156 тг койко-день
11. Стоимость 1 койко-дня питания	1973 тг
12. Стоимость 1 койко-дня медикаментов	1283 тг
13. Психиатрическое освидетельствование на предмет определения сделки способности (способность понимать значение своих действий и руководить ими при заключении какой-либо сделки)	8740 тг
14. Консультация психиатра с психологическим тестированием	5529 тг
15. Психологическое исследование	3805 тг

Телефон для справок: 53-76-86

**ГКП НА ПХВ «ОБЛАСТНОЙ
ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР»
ОКАЗЫВАЕТ УСЛУГИ НА ПЛАТНОЙ ОСНОВЕ:**

Лицензия ЛП006170L №0181101 от 5.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.



Консультация : – Онколога – Маммолога, – Онкохирурга – Гинеколога – Уролога – врачи КМН, высшей, 1 и 2 категорий	Отделение эндоскопии: – ФГДС – тотальная колоноскопия – бронхоскопия. – Видеоректосигмоидоскопия – Спирография	липом, папиллом, атером и других доброкачественных новообразований. – Секторальная резекция молочной железы, фиброаденома, узловая мастопатия). – Конизация шейки матки.	Отделение лучевой терапии: – Близкофокусная терапия – это лечение пяточных шпор, артритов, бурситов, невритов, деформирующих и т.д. – Компьютерная томография, – Рентгенография и маммография.	– УЗИ всех органов в т.ч. – мягких тканей, сосудов, репродуктивной системы и грудных желез мужчин. Консультация на аппарате Дерматоскоп Дерматоскопия: – это современный, безопасный	безболезненный и быстрый метод обследования различных новообразований на поверхности кожи (папилломы, родинки, невус и т.д.) Цитологические и гистологические исследования. Клинико-диагностическая лаборатория.
---	--	--	--	---	---

Адрес: г. Уральск, ул.Алматинская 58. Телефон: 8 (7112) 91 80 52

Перечень платных услуг, Городской многопрофильной больницы, оказываемых пациентам, не входящих в гарантированный объем бесплатной медицинской помощи и по инициативе пациентов

Лицензия №0013970L от 08.12.2016г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

Консультация врача реабилитолога - 2600 тг. УВЧ-терапия - 510 тг. Ультразвуковая терапия - 890 тг. Электролечение ДДТ - 765 тг. Электролечение СМТ - 765 тг. Лазерная терапия - 815 тг. Электросон - 895 тг. Гальванизация, электрофорез - 615 тг. Биотрон - 615 тг. Ультрафиолетовая об-	лучение - 460 тг. Магнитотерапия - 715 тг. Прессотерапия - 1530 тг. Дарсонваль - 615 тг. Парафино-терапия - 765 тг. Ингаляция с лекарством - 440 тг. Массаж спины - 570 тг. Массаж области грудной клетки - 980 тг. Массаж нижней конечности (одна сторона) - 655 тг. Массаж спины - 570 тг. Массаж тазобедренного	сустава - 530 тг. Массаж пояснично-крестцовой области - 530 тг. Массаж воротниковой зоны - 615 тг. Массаж верхней конечности (одна сторона) - 615 тг. Массаж локтевого сустава - 410 тг. Массаж плечевого сустава - 410 тг. Массаж кисти и предплечья - 410 тг. Массаж лучезапястного	сустава - 410 тг. Массаж мышц передней брюшной стенки - 615 тг. Массаж области шейно-грудного отдела позвоночника - 815 тг. Массаж мышц лица - 410 тг. Массаж коленного сустава - 490 тг. Массаж голеностопного сустава - 410 тг. Массаж стопы и голени - 410 тг. Массаж шеи - 410 тг. Массаж головы - 530 тг.	Реабилитация для суставов - 795 тг. Индивидуальная физкультура - 590 тг. Общеукрепляющая дыхательная (групповая) - 520 тг. Тракторная кровать - 1120 тг. Тренажер Thera vital - 990 тг. Велоэргометр - 950 тг. Реабилитационный тренажер для тазобедренного и коленного сустава - 3020 тг.	Реабилитационный тренажер для плечевого сустава - 2870 тг. Реабилитационный тренажер для лучезапястного сустава - 2530 тг. Реабилитационный тренажер для голеностопного сустава - 2720 тг. Телефон для справок: 8 771 217 52 54
---	--	---	---	---	--



@doctor_vera_rehabilitolog
врачебный кабинет
Доктор Вера
8 (7112) 51 33 52
+7 705 126 27 33
+ 7 702 866 30 57
ул. Кусайнова, 53 | мкрн. Жана Орда, 67/2 (2 эт)
Лицензия ЛП № 001041 от 28.01.2022г. выдана Министерством здравоохранения РК

Еда против рака. Врач назвал продукты, защищающие от опухоли кишечника

Ученые из США установили, что популярная диета под названием «интервальное голодание» может увеличивать риск развития рака кишечника. — Есть убедительные данные о том, что избыточный вес и ожирение являются факторами, которые увеличивают риск развития рака ободочной кишки, — рассказал aif.ru доктор медицинских наук, врач-гастроэнтеролог, диетолог, ведущий научный сотрудник отделения гастроэнтерологии, гепатологии и диетологии ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии», профессор кафедры гастроэнтерологии РМАН-ПО Минздрава Сергей Морозов. — Другими словами, если человек приводит вес в норму, например, с помощью того же интервального голодания, вероятность развития колоректального рака снижается.

БОЛЬШЕ ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ
— Доказано, что физическая активность и питание, включающее определенные продукты, снижают риск развития колоректального рака, — продолжает врач. — К этим продуктам относятся цельнозерновой или отрубной хлеб, овощи и фрукты. Они оказывают профилактическое действие в отношении рака за счёт более высокого содержания пищевых волокон. С той же целью можно принимать пищевые добавки, содержащие пребиотики (субстрат для питания полезных кишечных бактерий) — инулин, лактулозу и другие. Согласно рекомендациям Минздрава России по здоровому питанию, в день нужно употреблять не менее 20 г пищевых волокон. Вот данные по содержанию клетчатки на 100 г продукта: пшеничные отруби — 43 г, курага — 18 г, красная фасоль — 15 г, ржаной хлеб — 8 г, зерновой хлеб — 6,1 г, гречневая каша — 2,7 г, черная смородина — 4,8 г, сырая морковь — 2,4 г, зелень (укроп, петрушка и т.д.) — 2 г, яблоки — 1,8 г.

МОЛОКО И ВИТАМИНЫ
Кроме того, для профилактики рака кишечника стоит регулярно включать в рацион молочные продукты, а также пищевые добавки с кальцием. «Не стоит выбирать обезжиренные молочные и кисломолочные продукты, потому что при отсутствии жира хуже усваивается ряд жирорастворимых витаминов, в частности витамин D, а он является фактором, который в некоторой степени уменьшает риск рака кишечника. Оптимальный вариант — молоко или кефир с жирностью 2,5%, творог — 5-9%», — советует врач.

Также ряд исследований показали, что риск колоректального рака снижается при регулярном употреблении рыбы и морепродуктов, мультивитаминных добавок (особенно полезны в этом плане такие витамины, как С, В, фолиевая кислота).

Источник: АиФ Здоровье

О СИМПТОМАХ, ПРИЧИНАХ И ЛЕЧЕНИИ ЛИМФОМЫ ХОДЖКИНА РАССКАЗАЛА ВРАЧ ХИМИОТЕРАПЕВТ ИЗ УРАЛЬСКА

Лицензия ЛП006170L №0181101 от 5.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

Лимфома Ходжкина (лимфогранулематоз, болезнь Ходжкина) — это опухолевое заболевание лимфатической системы, которым болеют люди любого возраста. Среди всех лимфом у детей, лимфома Ходжкина составляет около 40%. В возрастной группе до 12 лет чаще болеют мальчики, у подростков соотношение лимфомы Ходжкина у мальчиков и девочек примерно одинаково.



Врач химиотерапевт онкологического центра ЭКО Роза Есенгалиева говорит, что на ранних стадиях лимфома Ходжкина не имеет специфических признаков, а первым ее проявлением обычно становится увеличение лимфатических узлов. Как правило, увеличение периферических лимфатических узлов не сопровождается

нарушением самочувствия больного. — Это увеличение может быть случайно обнаружено при флюорографии или проявиться в поздние сроки, когда размеры конгломерата значительны, кашлем, одышкой и симптомами сдавления верхней полой вены — болями за грудной. Начинаясь в лимфатических узлах, патологический процесс может распространяться практически на все органы. Помимо лимфатических узлов, наиболее часто лимфома Ходжкина поражает легочную и костную ткань. Поражения легких могут не сопровождаться выраженными клиническими симптомами, а вовлечение в процесс костей проявляется болями, рентгенологическая диагностика обычно запаздывает, — рассказала Роза Есенгалиева. Поражение печени из-за больших компенсаторных возможностей этого органа обнаруживается поздно. Печень обычно увеличивается, повышается активность щелочной фосфатазы, снижается альбумин сыворотки. В период развернутых проявлений лимфомы Ходжкина возможно поражение всех лимфоидных органов и систем организма. Наиболее частыми симптомами заболевания врач назвала лихорадку, кратковременное повышение температуры, большую или меньшую потливость, кожный зуд и резкое снижение массы тела. — Диагноз «лимфома» устанавливается исключительно при гистологическом исследовании лимфатических узлов, полученных в результате операции (биопсия пораженных лимфатических узлов или опухоли). Полученный материал направляют на гистологическое и иммуногистохимическое исследование. При подтверждении диагноза необходима госпитализация в специализированный стационар для комплексного обследования пациента и определения тактики дальнейшего лечения. Такие обследования включают в себя: клинический и биохимические анализы крови, определение группы крови и резус-фактора, ультразвуковое исследование периферических лимфатических узлов и органов грудной полости, рентгенография грудной клетки, томограмма носоглотки, компьютерная томография грудной клетки и органов брюшной полости, ПЭТ в режиме «все тело», миелоцинтиграфия и остеосцинтиграфия, — отметила врач-химиотерапевт. По её словам, длительность и объемы лечения зависят от стадии заболевания и наличия биологической активности про-

цесса. Кроме того, подбор методик лечения основывается на индивидуальных особенностях больного: общее состояние, возраст, факторы риска, наследственная предрасположенность. Общими условиями лечения пациента с лимфомой Ходжкина являются:

- проведение полихимиотерапии в соответствии со стадией и группой риска в специализированном стационаре с соблюдением принципов сопроводительной терапии;
- проведение лучевой терапии в специализированных радиологических центрах.

— Химиотерапия предполагает применение противоопухолевых препаратов, действие которых направлено на уничтожение клеток лимфы. Обычно врачи клиники применяют сочетание препаратов, которые пациенту нужно принимать несколько дней с последующим перерывом (обычно — несколько недель). Такой период принято называть циклом лечения. Благодаря перерыву организм пациента оправляется от возможных побочных эффектов до начала очередного приема препаратов. Весь курс лечения длится от двух до шести месяцев, в зависимости от стадии заболевания. В течение всего времени пациент проходит регулярные осмотры. Что касается сеанса лучевой терапии, то его проводят в специальном оборудованном помещении клиники. В ходе процедуры пациент не испытывает никаких неприятных ощущений, — отметила Роза Есенгалиева.

В настоящее время лимфома Ходжкина является одним из наиболее излечимых злокачественных новообразований. Прогноз лечения зависит от стадии заболевания. А также от строгого соблюдения временного промежутка между курсами лечения и рекомендаций лечащего врача.

Преискуртан цен на платные услуги, оказываемые в ГКП на ПХВ «Областной кардиологический центр» с 03.01.2024 года.	
Наименование	Цена, в тенге
Рентгеноскопия органов грудной клетки	1145
Рентгенография (обзорная) органов грудной клетки	1715
Рентгенография органов грудной клетки в 2-х проекциях	2377
Рентгенография позвоночника в 2-х проекциях	2120
Рентгенография черепа в 2-х проекциях	2959
Рентгенография височных костей в 2-х проекциях	3047
Рентгенография пальцев	1536
Рентгенография ключицы	1796
Рентгенография турецкого седла	1557
Рентгенография кисти	1934
Рентгенография стопы	1714
Рентгенография голени	2020
Рентгенография предплечья	2537
Рентгенография бедра	3700
Рентгенография стоп на плоскостопие	1370
Рентгенография придаточных пазух носа	960
Рентгенография ребра прицельно	1060
Рентгенография верхней челюсти	960
Рентгенография нижней челюсти	960
Рентгеноскопия ЖКТ:	
Рентгеноскопия пищевода	3900
Рентгеноскопия желудка	3900
Рентгеноскопия тонкого кишечника	3900
УЗИ исследования:	
Эхокардиография сердца	8000
Эхокардиография чрезпищеводная	8000
Печень (и желчный пузырь)	5314
Поджелудочные железа	5028
Селезенка	3800
Почки и надпочечники	5412
Печень+желчный	
пузырь+поджелудочные железа+селезенка	5548
Предстательная железа и яички	2870
УЗИ щитовидной железы	3636
Почки+надпочечники+мочевой пузырь+предстательные железа	7056
Обследование с нагрузкой:	
Велоэргометрия	6000
Суточное мониторирование АД	7000
Холтеровское мониторирование ЭКГ	7500
Тредмил-тест	7500
ФДС (Фиброгастроудоденоскопия)	8000
ЧП ЭФИ	10000
Пункция и дренирование плевральной полости	10000
Пункция перикарда	12900
Пункция брюшной полости	12900
Общего белка	640
Альбуминов	1610
Тимоловая проба	840
Билирубин общий	740
Билирубин прямой	740
Мочевины	860
Мочевая кислота	
Определение мочевой кислоты в сыворотке крови ручным методом	1600
Креатинина	810
Креатинин киназы	1649
Глюкозы крови из вен	1420
Глюкозы крови из пальца	690
Глюкозы мочи	470
В-липопротеидов	878
Холестерина	550
Холестерин высокой плотности	2310
Холестерин низкой плотности	2467
Трансаминаз АСТ	1161
Трансаминаз АЛТ (анализ)	1377
КФК на анализаторе	1196

Наименование	Цена, в тенге
Альфа-амилаза	1161
ЛДГ на анализаторе	1610
Фибриногена	740
Коагулограмма (5 параметров)	2667
«С» реактивный белок	2539
Определение группы крови	900
Определение резус-фактора	1480
Микрореакция	350
Триглицериды	1600
Железо	1457
Кальция	950
Антистрептолизина	2336
Т-тропонин	6450
Миоглобин	6700
Д-димер	6900
Электролиты	3820
Определение гемоглобина	690
Взятие крови на анализ из вены	620
Подсчет лейкоцитарной формулы	1320
Определение СОЭ	390
Общий анализ крови	1700
Определение МНО	1500
Общий анализ мочи	820
Обнаружение желчных пигментов	679
Проба Нечипоренко	785
Проба Земницкого	980
Стационарное лечение по желанию пациентов в условиях сервисной палаты	4450
Консультативный прием врача-кардиолога	5000
Консультативный прием врача-хирурга	5000
Снятие электрокардиограммы	2000
Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: ИБС. Стабильная стенокардия напряжения ФК 2-3 ст.	221817
Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: ИБС. Нестабильная стенокардия	221817
Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: Артериальная гипертензия 2-3 ст.	155212
Острый инфаркт миокарда	384057
Нарушение ритмов сердца	166154
Ишемическая кардиомиопатия	157014
Гипертрофическая кардиомиопатия	116454
Проплап митрального клапана. Митральная недостаточность I степени	157324
Послеоперационная реабилитация в раннем периоде	234939
Послеоперационная реабилитация (после 6 мес. до года)	234939
Аортокоронарное шунтирование	3306209
Коронароангиографическое исследование сосудов (через руку)	261908
Коронароангиографическое исследование сосудов (через бедро)	261908
Введение стента в коронарные артерии без лекарственного вещества	1254225,28
КАГ и стентирование коронарных сосудов с лекарственным покрытием	1132110
Введение стента в коронарные артерии с лекарственным веществом	1457827
Введение постоянного ЭКС, первоначальное или его замена	2048810,94
Стентирование почечных, подвздошных, бедренных артерий	1254225,28
Эндovasкулярная балонная ангиопластика сосудов	752764,5

Адрес: г. Уральск, пос. Деркул, ул. Лагерная
Тел: 8 7112 21-70-19, 21-72-99

Лицензия ЛП00618DL №0181102 от 19.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

ПН - 16 СЕНТЯБРЯ	ВТ - 17 СЕНТЯБРЯ	СР - 18 СЕНТЯБРЯ	ЧТ - 19 СЕНТЯБРЯ	ПТ - 20 СЕНТЯБРЯ	СБ - 21 СЕНТЯБРЯ	ВС - 22 СЕНТЯБРЯ
ТВ-ЦЕНТР 08.45 Петровка, 38 08.55 Горькое собрание 09.30 События 09.50 Х/ф "Доктор Иванов. Своя земля" 11.50 Мой герой 12.30 События 12.50 Город новостей 13.05 Т/с "Анатомия убийства" 15.00 Д/ф "Легенды эстрады. Крестьянские словы" 15.50 События 16.10 Х/ф "Звоните в полицию!" 20.00 События 21.05 Знак качества 22.30 События 22.35 Петровка, 38	ТВ-ЦЕНТР 08.35 Д/ф "Советские символы: короткий век" 09.30 События 09.50 Х/ф "Доктор Иванов. Жизнь после смерти" 11.45 Мой герой 12.30 События 12.50 Город новостей 13.05 Т/с "Анатомия убийства" 15.00 Д/ф "Легенды эстрады. Женский характер" 15.50 События 16.10 Х/ф "Звоните в полицию!" 20.00 События 20.35 Закон и порядок 21.05 Д/ф "90-е. Русская мафия Нью-Йорка" 22.35 Петровка, 38	ТВ-ЦЕНТР 08.35 Д/ф "Золушки советского кино" 09.30 События 09.50 Х/ф "Доктор Иванов. Жизнь после смерти" 11.45 Мой герой 12.30 События 12.50 Город новостей 13.05 Т/с "Анатомия убийства" 15.00 Д/ф "Легенды эстрады. Женский характер" 15.50 События 16.10 Х/ф "Звоните в полицию!" 20.00 События 20.35 Хватит слушок! 21.05 Д/ф "90-е. Русская мафия Нью-Йорка" 22.35 Петровка, 38	ТВ-ЦЕНТР 08.35 Д/ф "Рокеры роги. Напорочить Беду" 09.30 События 09.50 Х/ф "Доктор Иванов. Жизнь после смерти" 11.50 Мой герой 12.30 События 12.50 Город новостей 13.05 Т/с "Анатомия убийства" 15.00 Д/ф "Легенды эстрады. Звёздные звезды" 15.50 События 16.15 Х/ф "Уловки разума" 20.00 События 21.05 Х/ф "Ангельские драмы. Бремя славы" 22.30 События 22.00 События	ТВ-ЦЕНТР 09.30 События 09.50 Х/ф "Вера больше не верит в соведения" 10.35 Х/ф "Семь минус один" 12.30 События 12.50 Город новостей 13.00 Х/ф "Семь минус один" 13.10 Х/ф "Тень дракона" 13.50 Д/ф "Легенды эстрады. Звезда республики" 15.00 События 16.15 Х/ф "Выстрел в спину!" 18.05 Х/ф "Если он меня узнает" 20.00 В центре событий 21.05 Хорошие песни 22.45 Х/ф "За витриной универмага" 23.00 Петровка, 38	ТВ-ЦЕНТР 08.10 Мифы о еде 08.55 Просто & вкусно (бн) 09.30 События 09.50 Смешите меня семеро 10.40 Анекдот-клуб "Нехмурые люди" 11.10 Х/ф "Тень дракона" 12.30 События 12.50 Х/ф "Тень дракона" 15.15 Х/ф "Отель "Солнечная долина" 19.00 Постскриптум 20.15 Право знать! 21.40 События 22.10 Д/ф "Тайная комната. Белый дом" 22.40 Д/с "Приговор" 23.50 Хватит слушок!	ТВ-ЦЕНТР 09.30 События 09.45 Наша смешная жизнь 10.35 Х/ф "Иван Бровкин на целине" 12.30 Московская неделя 13.00 Д/ф "Дорогие товарищи. Яйца Фаберже" 13.55 Д/ф "Настоящий детектив. Семейные ценности" 15.50 Прощание 15.30 Х/ф "Любовь вне конкурса" 19.10 Х/ф "Бегли!" 21.55 События 22.10 Х/ф "Бегли!" 23.05 Петровка, 38 23.15 Х/ф "Уловки разума" 23.10 Прощание
ДОМАШНИЙ 08.40 Т/с "Понять. Простить" 09.45 Т/с "Порча" 11.00 Т/с "Знахарка" 11.35 Т/с "Верну любимого" 12.10 Т/с "Голоса ушедших душ" 12.45 Т/с "Кризисный центр" 17.00 Х/ф "Выбор сердца" 21.15 Т/с "Понять. Простить" 22.25 Т/с "Порча" 23.25 Т/с "Знахарка" 23.55 Т/с "Верну любимого" 00.20 Т/с "Голоса ушедших душ"	ДОМАШНИЙ 08.40 Т/с "Понять. Простить" 09.45 Т/с "Порча" 11.00 Т/с "Знахарка" 11.35 Т/с "Верну любимого" 12.10 Т/с "Голоса ушедших душ" 12.45 Т/с "Кризисный центр" 17.00 Х/ф "Три любимые женщины" 21.20 Т/с "Понять. Простить" 22.30 Т/с "Порча" 23.30 Т/с "Знахарка" 00.05 Т/с "Верну любимого" 00.25 Т/с "Голоса ушедших душ"	ДОМАШНИЙ 08.40 Т/с "Понять. Простить" 09.45 Т/с "Порча" 11.00 Т/с "Знахарка" 11.35 Т/с "Верну любимого" 12.10 Т/с "Голоса ушедших душ" 12.45 Т/с "Кризисный центр" 17.00 Х/ф "Три любимые женщины" 21.20 Т/с "Понять. Простить" 22.30 Т/с "Порча" 23.35 Т/с "Знахарка" 00.05 Т/с "Верну любимого" 00.30 Т/с "Голоса ушедших душ"	ДОМАШНИЙ 08.40 Т/с "Понять. Простить" 09.40 Т/с "Порча" 11.00 Т/с "Знахарка" 11.20 Т/с "Верну любимого" 11.55 Т/с "Голоса ушедших душ" 12.30 Т/с "Кризисный центр" 12.30 Х/ф "Останется верность" 21.20 Т/с "Понять. Простить" 22.30 Т/с "Порча" 00.00 Т/с "Верну любимого" 00.25 Т/с "Голоса ушедших душ"	ДОМАШНИЙ 06.15 Тест на отцовство 08.30 Т/с "Понять. Простить" 09.40 Т/с "Порча" 10.45 Т/с "Знахарка" 11.20 Т/с "Верну любимого" 12.30 Т/с "Голоса ушедших душ" 12.30 Т/с "Кризисный центр" 17.00 Х/ф "Вернуть жизнь" 21.20 Т/с "Понять. Простить" 22.30 Т/с "Порча" 23.30 Т/с "Знахарка" 00.00 Т/с "Верну любимого" 00.25 Т/с "Голоса ушедших душ"	ДОМАШНИЙ 06.15 Тест на отцовство 08.30 Т/с "Понять. Простить" 09.40 Т/с "Порча" 10.45 Т/с "Знахарка" 11.20 Т/с "Верну любимого" 12.30 Т/с "Голоса ушедших душ" 12.30 Т/с "Кризисный центр" 17.00 Х/ф "Вернуть жизнь" 21.20 Т/с "Понять. Простить" 22.30 Т/с "Порча" 23.30 Т/с "Знахарка" 00.00 Т/с "Верну любимого" 00.25 Т/с "Голоса ушедших душ"	ДОМАШНИЙ 06.15 Тест на отцовство 08.30 Т/с "Понять. Простить" 09.40 Т/с "Порча" 10.45 Т/с "Знахарка" 11.20 Т/с "Верну любимого" 12.30 Т/с "Голоса ушедших душ" 12.30 Т/с "Кризисный центр" 17.00 Х/ф "Вернуть жизнь" 21.20 Т/с "Понять. Простить" 22.30 Т/с "Порча" 23.30 Т/с "Знахарка" 00.00 Т/с "Верну любимого" 00.25 Т/с "Голоса ушедших душ"
ПЕРВЫЙ КАНАЛ 08.10 Жить здорово! 09.00 "Информационный канал" 10.00 Новости 10.15 "Информационный канал" 11.30 АнтиФейк 12.00 "Информационный канал" 13.00 Новости 13.15 Давай поженнимся! 14.05 Мужское / Женское 15.00 "Информационный канал" 16.00 Вечерние Новости 16.30 "Информационный канал" 18.00 Т/с "Нинель"	ПЕРВЫЙ КАНАЛ 08.10 Жить здорово! 09.00 "Информационный канал" 10.00 Новости 10.15 "Информационный канал" 11.30 АнтиФейк 12.00 "Информационный канал" 13.00 Новости 13.15 Давай поженнимся! 14.05 Мужское / Женское 15.00 "Информационный канал" 16.00 Вечерние Новости 16.30 "Информационный канал" 18.00 Т/с "Нинель"	ПЕРВЫЙ КАНАЛ 08.10 Жить здорово! 09.00 "Информационный канал" 10.00 Новости 10.15 "Информационный канал" 11.30 АнтиФейк 12.00 "Информационный канал" 13.00 Новости 13.15 Давай поженнимся! 14.05 Мужское / Женское 15.00 "Информационный канал" 16.00 Вечерние Новости 16.30 "Информационный канал" 18.00 Т/с "Нинель"	ПЕРВЫЙ КАНАЛ 08.10 Жить здорово! 09.00 "Информационный канал" 10.00 Новости 10.15 "Информационный канал" 11.30 АнтиФейк 12.00 "Информационный канал" 13.00 Новости 13.15 Давай поженнимся! 14.05 Мужское / Женское 15.00 "Информационный канал" 16.00 Вечерние Новости 16.30 "Информационный канал" 18.00 Т/с "Нинель"	ПЕРВЫЙ КАНАЛ 08.10 Жить здорово! 09.00 "Информационный канал" 10.00 Новости 10.15 "Информационный канал" 11.30 АнтиФейк 12.00 "Информационный канал" 13.00 Новости 13.15 Давай поженнимся! 14.05 Мужское / Женское 15.00 "Информационный канал" 16.00 Вечерние Новости 16.30 "Информационный канал" 18.00 Т/с "Нинель"	ПЕРВЫЙ КАНАЛ 08.10 Жить здорово! 09.00 "Информационный канал" 10.00 Новости 10.15 "Информационный канал" 11.30 АнтиФейк 12.00 "Информационный канал" 13.00 Новости 13.15 Давай поженнимся! 14.05 Мужское / Женское 15.00 "Информационный канал" 16.00 Вечерние Новости 16.30 "Информационный канал" 18.00 Т/с "Нинель"	ПЕРВЫЙ КАНАЛ 08.10 Жить здорово! 09.00 "Информационный канал" 10.00 Новости 10.15 "Информационный канал" 11.30 АнтиФейк 12.00 "Информационный канал" 13.00 Новости 13.15 Давай поженнимся! 14.05 Мужское / Женское 15.00 "Информационный канал" 16.00 Вечерние Новости 16.30 "Информационный канал" 18.00 Т/с "Нинель"
REN TV 09.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым 10.00 112 10.30 Новости 11.00 Загадки человечества 12.00 Невероятно интересные истории 13.00 Засекреченные списки 14.00 112 14.30 Новости 15.00 Тайны Чапман 16.00 Самые шокирующие гипотезы 17.00 112 17.30 Новости 18.00 Х/ф "Пылающее море" 20.00 Смотреть все! 21.00 Новости	REN TV 09.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым 10.00 112 10.30 Новости 11.00 Загадки человечества 12.00 Невероятно интересные истории 13.00 Засекреченные списки 14.00 112 14.30 Новости 15.00 Тайны Чапман 16.00 Самые шокирующие гипотезы 17.00 112 17.30 Новости 18.00 Х/ф "Пылающее море" 20.00 Смотреть все! 21.00 Новости	REN TV 09.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым 10.00 112 10.30 Новости 11.00 Загадки человечества 12.00 Невероятно интересные истории 13.00 Засекреченные списки 14.00 112 14.30 Новости 15.00 Тайны Чапман 16.00 Самые шокирующие гипотезы 17.00 112 17.30 Новости 18.00 Х/ф "Пылающее море" 20.00 Смотреть все! 21.00 Новости	REN TV 09.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым 10.00 112 10.30 Новости 11.00 Загадки человечества 12.00 Невероятно интересные истории 13.00 Засекреченные списки 14.00 112 14.30 Новости 15.00 Тайны Чапман 16.00 Самые шокирующие гипотезы 17.00 112 17.30 Новости 18.00 Х/ф "Пылающее море" 20.00 Смотреть все! 21.00 Новости	REN TV 09.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым 10.00 112 10.30 Новости 11.00 Загадки человечества 12.00 Невероятно интересные истории 13.00 Засекреченные списки 14.00 112 14.30 Новости 15.00 Тайны Чапман 16.00 Самые шокирующие гипотезы 17.00 112 17.30 Новости 18.00 Х/ф "Пылающее море" 20.00 Смотреть все! 21.00 Новости	REN TV 09.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым 10.00 112 10.30 Новости 11.00 Загадки человечества 12.00 Невероятно интересные истории 13.00 Засекреченные списки 14.00 112 14.30 Новости 15.00 Тайны Чапман 16.00 Самые шокирующие гипотезы 17.00 112 17.30 Новости 18.00 Х/ф "Пылающее море" 20.00 Смотреть все! 21.00 Новости	REN TV 09.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым 10.00 112 10.30 Новости 11.00 Загадки человечества 12.00 Невероятно интересные истории 13.00 Засекреченные списки 14.00 112 14.30 Новости 15.00 Тайны Чапман 16.00 Самые шокирующие гипотезы 17.00 112 17.30 Новости 18.00 Х/ф "Пылающее море" 20.00 Смотреть все! 21.00 Новости
ЗВЕЗДА 09.00 Т/с "В поисках капитана Гранта" 11.00 Новости дня 11.25 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 13.00 Военные новости 13.05 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 15.00 Новости дня 15.15 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 16.00 Д/с "Подвиг на Халхин-Голе" 17.00 Новости дня 17.55 "По горячим следам" 18.10 "Улика из прошлого" 19.00 "Открытый эфир" 20.45 "Между тем"	ЗВЕЗДА 09.00 Т/с "В поисках капитана Гранта" 11.00 Новости дня 11.25 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 13.00 Военные новости 13.05 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 15.00 Новости дня 15.15 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 16.00 Д/с "Подвиг на Халхин-Голе" 17.00 Новости дня 17.55 "По горячим следам" 18.10 "Улика из прошлого" 19.00 "Открытый эфир" 20.45 "Между тем"	ЗВЕЗДА 09.00 Т/с "В поисках капитана Гранта" 11.00 Новости дня 11.25 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 13.00 Военные новости 13.05 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 15.00 Новости дня 15.15 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 16.00 Д/с "Подвиг на Халхин-Голе" 17.00 Новости дня 17.55 "По горячим следам" 18.10 "Улика из прошлого" 19.00 "Открытый эфир" 20.45 "Между тем"	ЗВЕЗДА 09.00 Т/с "В поисках капитана Гранта" 11.00 Новости дня 11.25 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 13.00 Военные новости 13.05 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 15.00 Новости дня 15.15 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 16.00 Д/с "Подвиг на Халхин-Голе" 17.00 Новости дня 17.55 "По горячим следам" 18.10 "Улика из прошлого" 19.00 "Открытый эфир" 20.45 "Между тем"	ЗВЕЗДА 09.00 Т/с "В поисках капитана Гранта" 11.00 Новости дня 11.25 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 13.00 Военные новости 13.05 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 15.00 Новости дня 15.15 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 16.00 Д/с "Подвиг на Халхин-Голе" 17.00 Новости дня 17.55 "По горячим следам" 18.10 "Улика из прошлого" 19.00 "Открытый эфир" 20.45 "Между тем"	ЗВЕЗДА 09.00 Т/с "В поисках капитана Гранта" 11.00 Новости дня 11.25 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 13.00 Военные новости 13.05 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 15.00 Новости дня 15.15 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 16.00 Д/с "Подвиг на Халхин-Голе" 17.00 Новости дня 17.55 "По горячим следам" 18.10 "Улика из прошлого" 19.00 "Открытый эфир" 20.45 "Между тем"	ЗВЕЗДА 09.00 Т/с "В поисках капитана Гранта" 11.00 Новости дня 11.25 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 13.00 Военные новости 13.05 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 15.00 Новости дня 15.15 Т/с "СМЕРШ. Камера смертников" 16.00 Д/с "Подвиг на Халхин-Голе" 17.00 Новости дня 17.55 "По горячим следам" 18.10 "Улика из прошлого" 19.00 "Открытый эфир" 20.45 "Между тем"

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ, ХОЛОДИЛЬНИКОВ, КОНДИЦИОНЕРОВ, СТИРИ И ПОСУДОМОЕЧНЫХ МАШИН, ВОДОНАГРЕВАТЕЛЕЙ, МИКРОВОЛНОВЫХ ПЕЧЕЙ, ВЫТЯЖЕК, КОМПЬЮТЕРОВ, КЛИМАТИЧЕСКОГО И ЭЛЕКТРОННОГО ОБОРУДОВАНИЯ, УСТАНОВКА И ПОДКЛЮЧЕНИЕ ТЕХНИКИ. БОЛЬШОЙ ОПЫТ РАБОТЫ, ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЗАПЧАСТИ ВСЕХ МАРОК, В НАЛИЧИИ И НА ЗАКАЗ.

ТЕЛ.: 8-747-604-77-48

НОТАРИУС Г.УРАЛЬСКА АМАНГАЛИЕВА И.Е., ЛИЦЕНЗИЯ № 16008342, ВЫДАННОЙ МИНИСТЕРСТВОМ ЮСТИЦИИ РК 23.05.2016, РАЗЫСКНОЙ НАСЛЕДНИКОМ ГРАЖДАНИНА ДМИТРИЕМ ВИКТОРА СТЕПАНОВИЧА, УМЕРШЕГО 5 АВГУСТА 2024 ГОДА.

ОБРАЩАТЬСЯ К НОТАРИУСУ ПО АДРЕСУ: ЭКО, ГУРАЛЬСК, МКРН. Д.А. КУНАЕВА, Д.61 Н.П. 2
ТЕЛ. 7-701-433-18-66

НОТАРИУС Г.УРАЛЬСКА БУРТОВА О.В. (ГОС.ЛИЦЕНЗИЯ № 14011836 ВЫДАНА КОМПИТЕТОМ РЕГИСТРАЦИОННОЙ СЛУЖБЫ И ОКАЗАНИЯ ПРАВОВОЙ ПОМОЩИ МИЮ РК 15.08.2014) РАЗЫСКИВАЕТ НАСЛЕДНИКОВ, БАЙЧЕРКЕШЕВА СЕРИКА ЕРМЕККАЛИЕВИЧА, УМЕРШЕГО 22 МАЯ 20