



**ПРОФЕССИОНАЛЫ**  
Кудесники огня и металла  
Стр. 4-5



**ФЕСТИВАЛИ**  
Творчество не знает границ  
Стр. 5



**ЗДОРОВЬЕ**  
Расстаёмся с ковидом  
Стр. 6



**ЁЛКА ЖЕЛАНИЙ**  
Все мы немного волшебники  
Стр. 6



## С НОВЫМ ГОДОМ!

режья Балтийского моря.

Продолжение Северного газотранспортного коридора – маршрут через Балтику. В этом году мы с вами полностью завершили строительство газопровода «Северный поток – 2». Сделали это самостоятельно, уверенно справились со всеми трудностями.

Мы реализуем проекты мирового уровня в области переработки. Приступили к строительству уникального производственного кластера в Усть-Луге, объединяющего переработку, сжижение газа и газохимию. На востоке точно в срок запустили первые линии Амурского ГПЗ. Начали производство гелия, чрезвычайно востребованного на международном рынке.

Мы наращиваем мощность и ресурсную базу газопровода «Сила Сибири». Поставляем по нему газ в Китай с превышением контрактных обязательств. Развиваем газификацию востока России – на карте страны уже есть города, подключённые к «Силе Сибири».

Газификация российских регионов – наш главный социальный приоритет. Задачи, поставленные Президентом России, будут выполнены. В первую очередь это завершение догазификации к 2023 году. А к 2030 году будет обеспечена 100-процентная технически возможная сетевая газификация России. Отмечу, что по итогам 2021 года газ поступит ещё в 342 населённых пункта.

Благодарю всех вас за добросовестную, слаженную работу. За ответственный, неравнодушный подход к делу.

Поздравляю с наступающим Новым годом! Желаю счастья, благополучия, всего самого доброго вам и вашим близким. Крепкого вам здоровья и, конечно же, новых побед.

С праздником!

**Председатель Правления  
ПАО «Газпром»  
А.Б.МИЛЛЕР**

### ТОЛЬКО ВПЕРЁД

## ПРОГРАММА ДОГАЗИФИКАЦИИ В ТАТАРСТАНЕ АКТИВНО РЕАЛИЗУЕТСЯ

**Татарстан всегда занимал лидерские позиции по газификации в стране. Об исполнении трёхлетней программы газификации в республике, а также о набирающей обороты программе догазификации рассказал генеральный директор ООО «Газпром трансгаз Казань» Руслан Усманов на брифинге в Кабинете Министров РТ.**

С 2019 года в республике реализуется региональная программа газификации, которая рассчитана до 2023 года. В её рамках в

**У**важаемые коллеги, друзья!  
Дорогие ветераны!

Сердечно поздравляю вас с наступающим Новым годом и Рождеством!

В преддверии этих праздников мы традиционно подводим итоги уходящего года. Для ООО «Газпром трансгаз Казань» он был весьма насыщенным и плодотворным.

Подводя итоги деятельности Общества в 2021 году, не могу не отметить, что уверенное развитие нашей компании, достигнутые производственно-финансовые показатели ещё раз доказывают, что наш коллектив шагает в ногу со временем.

Реализуя общую стратегию Газпрома, мы выполнили все ключевые производственные задачи, а самое главное – обеспечили надёжное и бесперебойное газоснабжение населения республики, транспортировку природного газа в другие регионы России, страны ближнего и дальнего зарубежья. Набирает обороты реализация программы догазификации. Мы вместе идём к намеченным целям, работаем на благо предприятия, Республики Татарстан и Газпрома. Хочу поблагодарить вас за добросовестный труд и преданность своему делу.

За высокими результатами сегодняшнего дня и яркими позитивными переменами стоит труд нескольких поколений татарстанских газовиков. Поэтому особое уважение и благодарность адресую ветеранам.

Уважаемые ветераны! В вашей работе главными приоритетами всегда были трудолюбие, порядочность, надёжность и высокая ответственность. Желаю вам крепкого здоровья, мира, добра и долгих лет жизни!

В настоящее время перед Обществом стоят масштабные задачи по реконструкции и модернизации газовых объектов, повышению эффективности производства, дальнейшему совершенство-

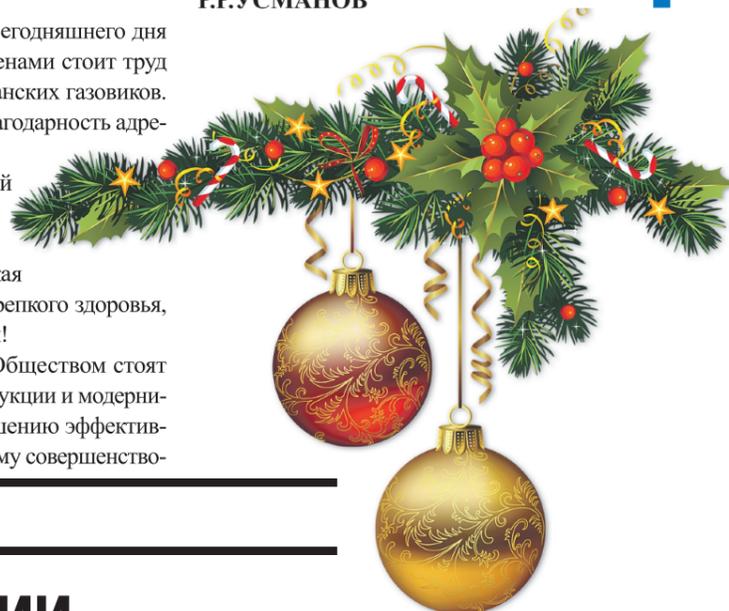


ванию структуры управления. Уверен, богатый опыт и профессионализм трудового коллектива и в дальнейшем обеспечат реализацию перспективных проектов.

От всей души желаю вам, дорогие коллеги, чтобы каждый день нового года был интересным и плодотворным. Крепкого здоровья, счастья и благополучия вам и вашим близким!

С наступающим Новым годом и Рождеством!

**Генеральный директор  
ООО «Газпром трансгаз Казань»  
Р.РУСМАНОВ**



### ЦИФРА НОМЕРА

**99,6%**

Сегодня уровень газификации в Татарстане составляет 99,6 процента.

### ЦИТАТА НОМЕРА

“С 2020 года количество поданных и использованных Обществом рационализаторских предложений возросло вдвое, число полученных патентов – в семь раз. Для внедрения в отраслевых масштабах разработана 21 уникальная технология, большинство из которых уже успешно используются. Экономический эффект от применения всех объектов интеллектуальной собственности в 2021 году превысил 155 миллионов рублей.”

возможно, будет продолжена.

Принципиальный момент: раньше газовики подводили магистральный газ до населённого пункта, а траты по последующему подключению ложились на плечи потребителя. Сейчас эти расходы берут на себя газораспределительные организации. А вот за проведение газа непосредственно на участке собственник будет по-прежнему платить сам.

## В ТАТАРСТАНЕ ПОЯВИЛИСЬ НОВЫЕ ГАЗОЗАПРАВОЧНЫЕ СТАНЦИИ

В декабре в Санкт-Петербурге состоялась рабочая встреча Председателя Правления ПАО «Газпром» Алексея Миллера и Президента Республики Татарстан Рустама Минниханова.

Стороны обсудили ход и перспективы сотрудничества. Газпром ведёт системную работу по модернизации и развитию газотранспортной инфраструктуры в республике. В 2021 году компания реконструировала магистральный газопровод «Миннибаево – Казань» на участке 220–286 км, построила от него газопровод-отвод и газораспределительную станцию «Сокуры». Ведётся подготовка объектов к вводу в эксплуатацию. Новые мощности повысят надёжность газоснабжения Казани и пригородов, включая наукоград «СМАРТ Сити Казань» и Иннополис.

На встрече отмечены высокие темпы развития рынка газомоторного топлива в Татарстане. За предыдущие шесть лет в регионе построены 14 новых АГНКС и к началу 2021 года розничная сеть газозаправочных станций компании насчитывала 22 объекта. Сегодня Газпром ввёл в эксплуатацию ещё три: две в Казани и одну вблизи с. Мелекес Тукаевского района.

В Казани одна станция расположена в Московском районе, в непосредственной близости от автобусного парка, эксплуатирующего около 300 единиц пассажирской техники на природном газе. Вторая АГНКС открыта рядом с Большим Казанским кольцом – первой в городе крупной кольцевой магистралью.

Станция возле с. Мелекес – первый пункт заправки автотранспорта газомоторным топливом между двумя крупными промышленными центрами – городами Набережные Челны и Нижнекамск.

Алексей Миллер и Рустам Минниханов подписали два документа, нацеленных на дальнейшее развитие взаимодействия компании и региона.

Заклучено Соглашение о сотрудничестве между Республикой Татарстан и ПАО «Газпром». Документ подписан в развитие предыдущего – от 2001 года – и действует бессрочно. Стороны, в частности, намерены сотрудничать в вопросах повышения эффективности транспортировки и распределения газа, диагностики и защиты газотранспортной инфраструктуры, разработки и развития геоинформационных систем и сервисов.

Подписана актуализированная Дорожная карта по расширению использования высокотехнологичной продукции организаций Республики Татарстан, в том числе импортозамещающей, в интересах ПАО «Газпром». Срок действия документа продлён до 2025 года.

### Наша справка

Между Газпром и Правительством Республики Татарстан действуют соглашения о сотрудничестве, научно-техническом партнёрстве, расширении использования природного газа в качестве моторного топлива, а также Меморандум о взаимодействии в сфере организации и обеспечения функционирования регионального образовательного центра.

Промышленный комплекс республики насчитывает более тысячи крупных и средних предприятий.

С 2015 года Газпром и Татарстан проводят совместную работу, направленную на развитие сотрудничества компании и промышленного комплекса республики.



# ПРОГРАММА ДОГАЗИФИКАЦИИ В ТАТАРСТАНЕ АКТИВНО РЕАЛИЗУЕТСЯ

стр. 3 <<<

По России программу догазификации реализует ООО «Газпром Газификация», её полномочный представитель и единственный исполнитель в Татарстане – «Газпром трансгаз Казань». Татарстанские газовики совместно с исполкомами районов предварительно рассчитали, что программа охватит около восемнадцати тысяч домовладений в 903 населённых пунктах. Уже поступило свыше 6,5 тысячи заявок, заключены 1232 договора. Общие инвестиции в проект составят около четырёх миллиардов рублей, из них 1,7 миллиарда выделит республика, остальное – ООО «Газпром Газификация». Всего будет построено более 1200 километров газопроводов.

«Программа догазификации активно реализуется в Татарстане. После её выполнения уровень газификации в республике составит 99,8 процента – это один из самых высоких показателей в России», – подчеркнул Рустем Усманов.

Генеральный директор ООО «Газпром трансгаз Казань» пояснил, что сейчас человек обращается к газовикам с заявкой на догазификацию и чётко видит конкретные сроки – когда будет построен газопровод нужных параметров, чтобы обеспечить потребности его домохозяйства в экологичном и экономичном голубом топливе. Сроки исполнения – от тридцати дней до года, в зависимости от расстояния от домовладения до существующей газораспределительной сети. Подать заявку можно в бумажном варианте через эксплуатационно-производственные управления «Газпром трансгаз Казань», а также в электронном виде на портале государственных услуг РФ и сайте единого оператора газификации (connectgas.ru).

Претендовать на право бесплатного подведения газа до границ земельного участка могут татарстанцы, владеющие индивидуальными



Глава Высокогорского района (ныне депутат Государственной Думы РФ) Рустам Галиуллин, Президент Татарстана Рустам Минниханов, Генеральный директор ООО «Газпром трансгаз Казань» Рустем Усманов, заместитель Председателя Государственного Совета РТ Марат Ахметов (слева направо)

ми и блокированными жилыми домами. Необходимый критерий – оформленное право собственности на землю и на домовладение, а также использование газа только для бытовых нужд: приготовления пищи, обогрева помещения и так далее, но не для бизнес-процессов.

Самое большое количество заявок на подключение в Татарстане пока поступило от жителей пригородов Казани и Тукаевского района республики. Впрочем, обращения граждан будут удовлетворяться по мере их поступления равномерно по всем муниципалитетам республики.

«Благодаря поддержке Президента Рустама Минниханова и Правительства в регионе проведена серьёзная работа по уменьшению бюрократических процедур при строительстве

газопроводов», – особо отметил Рустем Усманов. По его словам, в результате этой работы по многим объектам уже не надо получать разрешения на строительство. Кроме этого, со многими смежными организациями достигнуты договорённости о безвозмездной процедуре при взаимном пересечении коммуникаций. С главами районов налажено конструктивное взаимодействие по программе догазификации – все вопросы очень быстро решаются в муниципалитетах.

«Федеральная программа догазификации будет активно выполняться в Татарстане. Так же чётко мы будем работать и по республиканской программе газификации – её темпы снижаться не будут», – резюмировал Рустем Усманов.

Сергей СЕМЁРКИН

## ПРОФЕССИОНАЛЫ

# КУДЕСНИКИ ОГНЯ И МЕТАЛЛА

С 14 по 17 декабря на базе аттестационного пункта сварщиков Константиновского линейного производственного управления магистральных газопроводов (ЛПУМГ) ООО «Газпром трансгаз Казань» был проведён смотр-конкурс профессионального мастерства на звание «Лучший сварщик ООО «Газпром трансгаз Казань – 2021».

Сегодня без сварки не обходится ни одна отрасль производства, ибо современный мир – это мир металла. Особенно эта профессия востребована в Газпроме. От мастерства и ответственности сварщика зависит прочность конструкций, используемых в транзите газа, а значит, и жизнь людей. И не случайно мастеров сварки называют ювелирами, кудесниками огня и металла.

Профессия сварщика считается опасной, ведь ему приходится работать с высокими температурами и в самых разных погодных условиях. Поэтому перед началом любых работ проводится инструктаж по охране труда и пожарной безопасности, что было сделано и в этот раз для участников состязания.

– Конкурс проводится один раз в два года, – рассказывает инженер группы главного сварщика, один из членов жюри мероприятия Пётр Житков. – Сегодня у нас представлены все подразделения ООО «Газпром трансгаз Казань». Всего выступают 30 человек, из которых 21 – в номинации «Ручная дуговая сварка» и 9 – в номинации «Газовая сварка». Пять человек соревнуются в обеих категориях. Также определится победитель в общекомандном зачёте.



Команда победителей

Председателем жюри конкурса является главный инженер – первый заместитель генерального директора ООО «Газпром трансгаз Казань» Михаил Чучкалов.

Затем состоялось построение и торжественное открытие конкурса. Приветствуя участников, начальник Константиновского ЛПУМГ Марат Ахунов отметил особую роль и значимость профессии сварщика для обеспечения надёжной работы системы транспорта газа и газоснабжения потребителей.

– В этот день мы собрались, чтобы ещё раз оценить ваши навыки и профессионализм, вы-

явить сильнейших специалистов в своей профессии. В этом году выполнен большой объём работ, с хорошим качеством. Так держать и пусть победит сильнейший! – пожелал Марат Гарифович.

Выступившие на церемонии отмечали, что конкурс всегда проводится объективно, спорные моменты решаются в соответствии с положением о смотре. Они выразили надежду на честную борьбу участников, качественную оценку их стараний, навыков и умений, пожелали успехов и настроив на хороший результат.

# ТВОРЧЕСТВО НЕ ЗНАЕТ ГРАНИЦ!

Гала-концертом в казанском культурно-развлекательном комплексе «Пирамида» завершился IX ежегодный открытый республиканский телевизионный фестиваль творчества работающей молодёжи «Наше время – Безнен заман».

## КАЖДЫЙ УЧАСТНИК – УЖЕ ПОБЕДИТЕЛЬ

Мероприятие проходит с 2013 года. Его основная цель – раскрытие творческого потенциала молодых людей, работающих на предприятиях и в организациях Татарстана. В этом году в фестивале приняли участие 180 компаний и учреждений из всех муниципалитетов республики. На гала-концерте побывал Президент РТ Рустам Минниханов. Он поблагодарил организаторов фестиваля, а также руководителей предприятий и муниципальных образований за поддержку данного проекта.

«Мы видим очень позитивные результаты этой работы. Фестиваль творчества работающей молодёжи по праву стал общепризнанным татарстанским проектом. Я хочу поблагодарить участников за их активность. Вы не только хорошо трудитесь, но и находите возможность заниматься творчеством. Считаю, что каждый из участников фестиваля – уже победитель. Желаю вам дальнейших производственных и творческих успехов», – цитирует слова главы республики его пресс-служба.

## ДЕБЮТ ВЫДАЛСЯ УСПЕШНЫМ

В этот вечер внимание публики было приковано к зажигательным номерам, красочным танцам и трогательным песням молодых работников татарстанских предприятий. Нынче во всех номинациях фестиваля дебютировала команда ООО «Газпром трансгаз Казань». И весьма успешно.

В трёх номинациях работники Общества заняли первые места. Так, в номинации «Хореография – ансамбль» победил танцевальный коллектив «Фаворит» с номером «Бас эле» («Встань со мной»). В ансамбль входят Диляра Закиева

(аппарат управления), Лейсан Фаляхова (ЭПУ «Зеленодольскгаз»), Руслан Русланов (аппарат управления), Алмаз Вахитов (ЭПУ «Сабыгаз»), Ильназ Сафин (ЭПУ «Сабыгаз»), Айгуль Валиуллина (аппарат управления).

В номинации «Хореография – соло» золото завоевала Лейсан Фаляхова (бухгалтер ЭПУ «Зеленодольскгаз»). В «Вокале – ансамбле» победу одержал коллектив «Млада», состоящий из Резеды Валеевой (Инженерно-технический центр), Лимиры Шакуровой (ИТЦ) и Фариды Рахматуллиной (Управление по реализации газа населению).

«Визитка предприятия» заняла почётное второе место, а в номинации «Минута славы» Екатерина Тюлюкина (ИТЦ) и Дамир Шарафутдинов (аппарат управления) забрали заслуженную бронзу. В общекомандном зачёте Общество взяло серебро.

## БОЛЬШЕ ЧЕМ ПРОФЕССИОНАЛЫ

Нам удалось пообщаться с одним из победителей фестиваля – начальником Учебно-производственного центра ООО «Газпром трансгаз Казань» Русланом Руслановым, участником танцевального коллектива «Фаворит», созданного в 2006 году.

Под руководством главного балетмейстера Государственного ансамбля песни и танца РТ, заслуженной артистки России, народной артистки Татарстана Раили Гариповой проходила подготовка к фестивалю коллектива «Фаворит».

По словам нашего собеседника, сначала команда предприятия победила в зональном туре фестиваля (территория республики была разделена на четыре зоны) и вышла в суперфинал, в котором уже боролась за высшие призовые места.

– Руководством Общества была поставлена перед нами задача выступить достойно по всем направлениям, нацелиться на самые высокие результаты, – продолжает Руслан Русланов. – Вообще все участники фестиваля демонстрировали высочайший уровень подготовки, как профессиональные артисты. И борьба была весь-



Команда ООО «Газпром трансгаз Казань» весьма успешно дебютировала на фестивале творчества работающей молодёжи «Наше время – Безнен заман» (Руслан Русланов крайний слева)

ма напряжённой. А мы, дебютанты, изначально не знали всех нюансов проведения мероприятия и оценки номинантов. Но уже по зональному туру поняли, что уровень участников на высоте и одержать победу будет сложно.

К слову, члены конкурсного жюри особенно выделили артистизм и профессионализм участников в номинации «Хореография». Они признались, что такого концерта давно не видели даже на профессиональной сцене. Хотя здесь выступают обычные работники предприятий. Руслан хореографией занимался ещё в юности, но навыки остались. Ведь это не просто выйти и сплясать – существуют определённые требования к постановке танца.

– Понятно, что присутствует соревновательный азарт. Однако нужно знать, как себя подать, чтобы зрители получили удовольствие от выступления. Исполнитель прежде всего сам должен получать удовольствие от танца, испытывать сильные положительные эмоции, – считает Рус-

лан Русланов. – Это мероприятие – уникальная площадка, где работающая молодёжь не только показывает, на что она способна, но и тесно общается, обменивается опытом. У меня такое ощущение, что мы на какое-то время попали в другую реальность.

В завершение нашей беседы Руслан от имени всей команды поблагодарил руководство Общества «Газпром трансгаз Казань» за поддержку, оказанную при подготовке и проведении фестиваля. В частности, генерального директора Рустама Усманова, заместителя генерального директора по корпоративной защите и управлению персоналом Андрея Демидова, который непосредственно курировал корпоративных артистов-газовиков. А также генерального продюсера фестиваля «Наше время – Безнен заман» Дмитрия Туманова, создателя этой площадки.

Ирина ДЁМИНА

## НАУКА И ПРАКТИКА

# РАЦИО – ЗНАЧИТ РАЗУМ



По традиции в канун Нового года в «Газпром трансгаз Казань» прошла научно-практическая конференция молодых учёных и специалистов, нынче двенадцатая по счёту. Мероприятие началось с торжественного награждения главным инженером – первым заместителем генерального директора Михаилом Чучкаловым призёров конкурса «Лучший рационализатор и изобретатель».

В номинации «Лучший рационализатор и изобретатель» первое место завоевала инженер по расчётам режимов диспетчерской службы Альметьевского ЛПУМГ Нурия Сайфуллина, серебро досталось начальнику производственного отдела защиты от коррозии Дмитрию Мансурову, бронза – инженеру службы строительного контроля Инженерно-технического центра Николаю Вассунову. В номинации «Лучший молодой рационализатор» первенствовал старший мастер комплексной аварийно-диспетчерской службы ЭПУ «Казаньгоргаз» Денис Карабанов, второе место занял инженер-программист АСУ

ЭПУ «Челныгаз» Динар Губайдуллин, третье – инженер отдела по техническому обслуживанию и наладке КИПиА Инженерно-технического центра Денис Фаррахов.

В номинации «Лучший коллектив по рационализации и изобретательству» (I группа) победителем был признан Инженерно-технический центр, вторую ступень пьедестала почёта заняла команда Аппарата управления, в тройке призёров оказалось и Абдулинское ЛПУМГ. Во II группе соответственно ЭПУ «Елабугагаз», ЭПУ «Буинскгаз», и замкнуло группу лидеров ЭПУ «Ленингорскгаз».

Благодаря активной плодотворной работе сотрудников предприятия по итогам достигнутых в 2020 году показателей «Газпром трансгаз Казань» признано победителем в области изобретательской и рационализаторской деятельности среди дочерних обществ Газпрома. Кроме того, Общество стало лучшим среди предприятий Татарстана в данной работе, за что удостоилось награды из рук председателя Республиканского совета рационализаторов и изобретателей Асии Поваровой.

ли уровень профессиональных навыков участников.

В итоге победителем конкурса в номинации «Лучший сварщик газовой сварки» стал электрогазосварщик пятого разряда ЭПУ «Альметьевскгаз» Рашид Закиров. Второе место занял электрогазосварщик пятого разряда ЭПУ «Нурлатгаз» Ильгиз Галимов, третье – электрогазосварщик шестого разряда ЭПУ «Ленингорскгаз» Александр Лобанов.

В номинации «Лучший сварщик ручной дуговой сварки» с небольшим отрывом лидировал электрогазосварщик шестого разряда УАВР Артём Фильваркив. На втором месте – электрогазосварщик шестого разряда Константиновского ЛПУМГ Ильнур Зарипов, на третьем – электрогазосварщик шестого разряда Альметьевского ЛПУМГ Раис Галеев.

Конкурс прошёл в рамках отборочного этапа за звание «Лучший сварщик ПАО «Газпром» – 2021. Так что его победителям предстоит защищать честь ООО «Газпром трансгаз Казань» во втором этапе Всероссийского конкурса профессионального мастерства ПАО «Газпром».

По завершении официальной части главный инженер – первый заместитель генерального директора Михаил Чучкалов провёл круглый стол с участием призёров конкурса, на котором были обсуждены актуальные вопросы и предложения по дальнейшему развитию сварочного производства. Он дал ряд поручений профильным подразделениям для их оперативного решения.

Шамиль БАГАУТДИНОВ

Чсть поднять флаг ООО «Газпром трансгаз Казань» была предоставлена победителю конкурса «Лучший сварщик 2019 года» Ильназу Сабитову. Флаги Республики Татарстан и Российской Федерации подняли призёры предыдущего конкурса Андрей Староверов и Наиль Сигидуллин.

Затем была проведена подготовка контрольных соединений к практической части мероприятия.

– В конкурсе участвую второй раз, – говорит один из соревнующихся Самат Алибаев. С 2015 года Самат трудится в Управлении аварийно-восстановительных работ ООО «Газпром трансгаз Казань» сварщиком на машинах контактной (прессовой) сварки, а эта специализация требует высочайшего профессионализма. – Впервые участвовал в 2019 году, тогда я занял десятое место. У нас в «Газпром трансгаз Казань» очень серьёзная конкуренция, много хороших специалистов по сварке. Нынче я постарался ещё лучше подготовиться, надеюсь стать хотя бы одним из призёров.

Второй и третий дни мероприятия заняла практическая часть, а 17 декабря конкурсантам предстояло проверить свои теоретические знания. За соблюдением правил конкурса следило независимое жюри. После выполнения заданий каждый шов был обследован на специализированном оборудовании, позволяющем выявлять скрытые дефекты. Особое внимание уделялось проверке уровня знаний и квалификации персонала в области производственной безопасности при ведении сварочных работ.

Отметим, что члены жюри высоко оцени-

## ПОЧУВСТВУЙТЕ СЕБЯ ВОЛШЕБНИКОМ

**Детские желания обязательно должны сбываться, иначе они грозят обернуться серьёзными комплексами в зрелом возрасте. А счастливое общество состоит из счастливых людей, правда?**

Добровольный благотворительный проект «Ёлка желаний», участие в котором может принять любой желающий, давно «прописался» в ООО «Газпром трансгаз Казань». Порадовать ребятшек из социального приюта «Шатлык», воспитанников Лаишевского и Нурлатского детских домов, ГБОУ «Казанская школа-интернат №11 для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья», а также тяжело больных детей, проходящих лечение в онкогематологическом отделении ДРКБ и детском хосписе им. Анжелы Вавиловой, готовы без преувеличения все сотрудники предприятия. Чего хотят дети? Конечно, игрушек, конструкторов, машинок и кукол, а ещё – альбомов и красок, сладостей и красивой одежды. Но боль-

ше всего – человеческого тепла и доброты, сказок и чуда под Новый год. И этим чудом их готовы оделить равнодушные взрослые.

Работники Общества ежегодно проявляют большую активность, никто не остаётся равнодушным. Сотрудники принимают участие в благотворительной акции «Ёлка желаний». В хосписе сегодня 218 детей, на лечении в онкогематологическом отделении ДРКБ – около шестидесяти мальчишек и девчонок, двадцать пять маленьких воспитанников в социальном приюте «Шатлык», по тридцать два ребёнка – в Нурлатском и Лаишевском детских домах и сорок один воспитанник 11-й казанской школы-интерната. Все они получают подарки и искорку тепла в канун Нового года и наверняка попросят Деда Мороза в эту сказочную ночь исполнить самую главную свою мечту – выздороветь, увидеть маму и папу – добрых и красивых, снова оказаться дома... И эти мечты нам тоже придётся выполнять, иначе какие же мы волшебники, если не можем помочь своим детям?



Желания исполняются под Новый год

### ЗДОРОВЬЕ

## СОХРАНЯТЬ БОДРОСТЬ ДУХА И СЛУШАТЬ ВРАЧЕЙ

**Более двух лет ковид шагает по планете. Уже есть и вакцина для профилактики этого заболевания, разработаны методики его лечения. Но редко кому из переболевших удаётся выйти из болезни без осложнений – соматических или психологических. По словам главного врача медсанчасти ООО «Газпром трансгаз Казань» Зульфии Фатыховой, эту респираторную инфекцию можно отнести к разряду многосистемных, то есть «задеть» она способна любой орган. А потому в большой части случаев требуется не только лечение, но и реабилитация.**

Задача медицины – уже на этапе лечения уменьшить число осложнений, – говорит Зульфия Марсовна. – В первую очередь хочу обратиться к пациентам из так называемой группы риска – тем, кто страдает ишемической болезнью сердца, хроническими заболеваниями дыхательной системы, артериальной гипертензией, диабетикам и онкобольным, у которых иммунитет снижается на фоне лечения, тем, кто уже перешагнул 65-летний возрастной рубеж. Риск заражения у них не намного больше, чем у совершенно здоровых, а вот вероятность, заболев, получить тяжёлое осложнение – куда выше.

Источником инфекции является больной человек, причём обычно в течение первых двух недель. У гриппа, например, инкубационный период составляет три дня, тогда как, по некоторым данным, инфицированный ковидом носит в себе заразу и несколько недель. Причём даже ПЦР-тест не всегда может служить стопроцентной гарантией «неносительства» вируса. Приходилось слышать, что «вот только месяц назад переболел коронавирусом, а уже снова заболел»? На самом деле это вовсе не повторное заражение, просто человек и не выздоровел ещё, болезнь только притаилась на время. В этом случае он способен и других заразить, и получить осложнение. Какое? По некоторым данным, их насчитывается уже около сорока. Поговорим о самых распространённых.

Основной орган поражения ковидом – лёгкие. Нужно знать: вирусное воспаление всегда отражается на обоих лёгких. Одностороннее поражение – бактериальное, которое может лишь присоединиться к вирусному только в виде осложнения. Бронхит в таком случае



Самая приятная реабилитация – прогулки на свежем воздухе

встречается гораздо реже.

Вторая группа осложнений – из разряда лор-заболеваний. Это поражение верхних дыхательных путей – отиты, синуситы и т. д. Не зря же «визитной карточкой» ковида является снижение или полная потеря обоняния. Обычно нюх возвращается через пару недель, но период, когда пациент не чувствует запахов, может затянуться и на несколько месяцев. Рекомендации по лечению такого несмертельного, но неприятного ковидного шлейфа даст оториноларинголог, «потренировать» обоняние можно и самостоятельно – резкими запахами. Подойдёт, например, ватка, смоченная нашатырным спиртом.

Самое неприятное в этой ситуации, что потеря обоняния может сигнализировать о поражении некоторых отделов мозга. На третьем месте по распространённости осложнений – поражение центральной нервной системы. Проявляется она депрессией, нарушением сна, тревожностью, тремором рук, и это вовсе не капризы выздоравливающего. У пожилых часто нарушается психика, вплоть до галлюцинаций. Четвёртое тяжёлое осложнение – из разряда сердечных проблем. Это миокардиты, которые клинически проявляются тахикардией – перебоями

**После ковидной пневмонии у 20–60 процентов пациентов компьютерная томография выявляет изменения в лёгких, которые сохраняются порой до года. Если других недомоганий нет, то это, скорее всего, остаточные явления, которые не требуют лечения и обязательно пройдут сами по себе**

и нарушениями сердечного ритма. У многих начинает «прыгать» давление, вплоть до кардиогенного шока – резкого падения давления с потерей сознания. У пациентов с ишемической болезнью сердца возможны осложнения в виде инфаркта миокарда, так что приём препаратов из группы статинов им нельзя прекращать ни в коем случае.

И, пожалуй, самое опасное осложнение в плане быстрого проявления – тромбоз, грозящий самыми тяжёлыми последствиями, дающий наиболее высокую летальность от ковида. Крупный сгусток «слипшихся» эритроцитов, флотирующий по кровеносным сосудам, способен перекрыть, допустим, лёгочную артерию, а это мгновенная смерть. Часто тромбоз возникает у пациентов, долгое время подвергавшихся искусственной вентиляции лёгких. Лече-



ние таких больных длительное, даже после выписки из больницы им нужно принимать кроверазжижающие препараты. Но делать это нужно под контролем врача, потому что, к примеру, у больных язвой желудка это может спровоцировать внутреннее кровотечение.

Поражение желудочно-кишечного тракта в виде колитов, диареи чаще проявляется у детей. У взрослых встречается поражение печени после ковида – последствия воздействия вируса и лечения, довольно часто требуется назначение гепатопротекторов.

Восстановительный период после заболевания у каждого свой – от месяца до года. Половина выписанных из стационара в дополнительном лечении не нуждаются, нужны разве что витамины, физиопроцедуры, прогулки на свежем воздухе. Приблизительно сорок процентов пациентов после выписки из стационара нуждаются в лекарственном сопровождении. А вот психологическая реабилитация нужна практически всем. И не обязательно у специалиста, на самом деле это просто внимательное отношение к тем, кому сейчас плохо, поддержка родных и близких. Психологи утверждают, что пятиминутная беседа с выздоравливающим – пусть даже по телефону, заряжает его бодростью и уверенностью в своей нужности на целый день. Согласитесь, это не требует особых усилий.

У многих, перенёсших ковид, какое-то время остаётся одышка – трудно вдохнуть полной грудью. Как правило, здесь нет физического поражения лёгких, это всего лишь гипервентиляционный синдром – осложнение из разряда психологических нарушений. Тут никаких лекарств применять не нужно, тем более – заниматься самолечением. Нужно попить грудной сбор при кашле и побольше гулять на свежем воздухе.

Главное – не впадать в панику, которая усугубляет любую болезнь не только психологически, но и физически. Страхи вообще имеют обыкновение воплощаться в жизнь, если их лелеять. Нужно быть уверенным в себе и выработать правильную тактику жизни, тогда не страшны никакие болезни. А через полгода после заболевания сделать прививку, ведь сформировавшийся иммунитет не сохраняется навсегда.

Светлана АРСЕНТЬЕВА