

# ЗДОРОВЬЕ И КУЛЬТУРА МИРА

№ 1 / 2018 HEALTH AND CULTURE OF THE WORLD



# ИСКУССТВО ЖИТЬ КРАСИВО.

АБСОЛЮТНО НОВЫЙ BMW 6 СЕРИИ GT  
В БАКРЕ.



Бакра  
Официальный дилер BMW  
Краснодар  
Тургеневское ш., 23  
Тел.: (861) 279 07 07  
www.bmw-bakra.ru



С удовольствием  
за рулем

## СОДЕРЖАНИЕ *Content*

- 6 Слово издателя,  
главного редактора
- 8 Слово редактора
- ЗДРАВООХРАНЕНИЕ**
- 10 Родить нельзя прервать  
беременность? А где  
поставите запятую вы?
- 12 Предупредить инсульт
- 16 Аллергия. Цена цивилизации
- 20 Не будьте заложником  
болевого синдрома
- 24 Что мы знаем  
о редких болезнях
- Детский психолог**
- 28 Как выстроить общение  
с ребенком.  
Психологический минимум
- СИТУАЦИЯ НА ДОРОГАХ**
- 32 Маленькие пассажиры –  
большая ответственность  
для родителей
- АЛЬТЕРНАТИВНАЯ МЕДИЦИНА**
- 36 Сильный ответ  
«всемогущей» таблетке
- КУЛЬТУРА И ИСКУССТВО**
- 40 Слово министра культуры  
Краснодарского края  
Виктории Лапиной



10



40



42



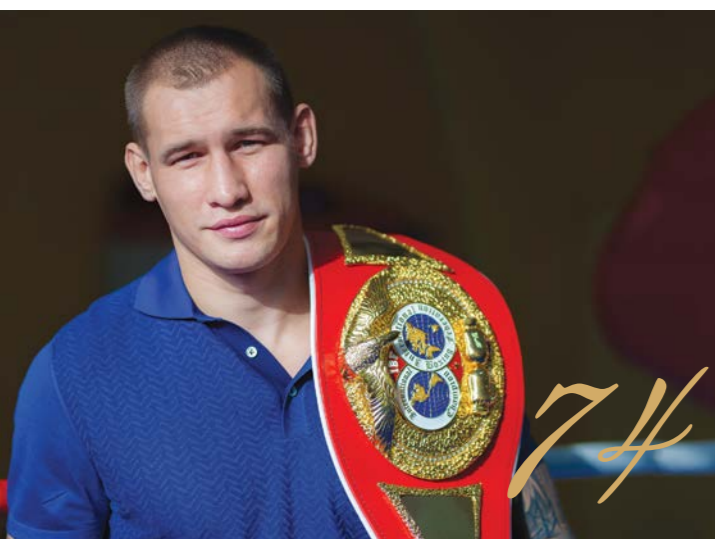
54



64



68



74



78

42

Азимут народной  
певческой культуры

Исцелись верой

50

«Цветы зла» бездуховности  
не растут в душе верующего

Ремесла Кубани

54

Выразительное  
пространство гобелена

Поэзия

60

Валентин Негрецулов.  
Избранное

СПОРТ

64

Программное интервью  
генерального менеджера  
ПБК «Локомотив-Кубань»  
Алексея Саврасенко:  
«Моя задача –  
создание условий  
для больших достижений»

68

Тарас Хтей: «Молодежь  
нуждается в том, чтобы в нее  
поверили, помогли выработать  
психологию победителя»

74

Руслан Файфер: «В квадрате  
ринга нужно драться за честь  
своей страны до конца!»

78

ССК «Сокол»

GESUNDHEITSFÜRSORGE

80

Kinder kriegen oder nicht?  
Wofür entscheiden Sie sich?

KULTUR UND KUNST

82

Das Azimut der Gesangkultur  
des Volkes

## ЗДОРОВЬЕ И КУЛЬТУРА МИРА

HEALTH AND CULTURE OF THE WORLD

Издатель, главный редактор **ЮЛИЯ БУГАЕНКО** / Publisher, Editor-in-Chief **YULIA BUGAENKO**

Редактор **СВЕТЛАНА ТЕЛНОВА** / Editor **SVETLANA TELNOVA**

Директор отдела спорта **АНДРЕЙ ВАГЕНЛЕЙТНЕР** / Director of Sports Section **ANDREY WAGENLEVTNER**

Пресс-служба **ДМИТРИЙ КОЧАНОВСКИЙ** / Press Service **DMITRY KOCHANOVSKY**

Фотографы / Photographers

**НИКОЛАЙ ХОРЬКОВ** / **NIKOLAY HORKOV**

**ДМИТРИЙ МАЙСТРЕНКО** / **DMITRY MAYSTRENKO**

Переводчик **РОМАН ПОРТНОЙ** / Translated by **ROMAN PORTNOY**

Дизайнер **ЕЛЕНА СКЕМИХ** / Designed by **ELENA SKEMIH**

Учредитель и редакция: **ООО «Издательство Центурион»**, [www.world-of-health.ru](http://www.world-of-health.ru).

Адрес: 350049, Краснодарский край, г. Краснодар, ул. Красных Партизан, д. 371, оф. 2.6; тел. +7 (861) 226 08 65.

Перепечатка, включение информации, содержащейся в рекламных и иных материалах, во всевозможные базы данных для дальнейшего их коммерческого использования, размещение таких материалов в любых СМИ и Интернете допускается только с письменного разрешения редакции. Мнение редакции может не совпадать с мнением наших авторов. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Претензии принимаются в течение двух недель после выхода номера. Все права защищены. По вопросам сотрудничества и распространения журнала просим обращаться на e-mail: [world\\_health@mail.ru](mailto:world_health@mail.ru). Вся информация по изданию представлена на сайте: [www.world-of-health.ru](http://www.world-of-health.ru).

Ежеквартальный журнал  
«ЗДОРОВЬЕ И КУЛЬТУРА МИРА»

Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС 77-71607 от 13.11.2017 выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).

Отпечатано в типографии **PRINTHIT.ORG** (ООО «Полипринт»)  
Адрес: г. Ростов-на-Дону, ул. Варфоломеева, д. 259, оф. 12; тел. +7 (863) 308 24 12.  
Тираж 2000 экз. Заказ № 27462.

Дата выхода журнала «ЗДОРОВЬЕ И КУЛЬТУРА МИРА» № 1/2018 — 20.01.2018.

Территория распространения: Россия и зарубежные страны.

Цена свободная.

Фото на обложке: Даниил Разумов «Зима», 9 лет.

[www.world-of-health.ru](http://www.world-of-health.ru)

16+



*Sehr geehrte Leser  
und Leserinnen!*

*Дорогие читатели!*



Для меня, как издателя, вопросы, поставленные журналом, неразрывно связаны с проблемой восприятия окружающего мира в целом. Всеобщая индустриализация материального и духовного производства, столь характерная для нашей эпохи, ведет к небывалому усложнению и принципиальной множественности предметной реальности.

Типологическое разнообразие вещей стремительно увеличивается, нам все труднее в них ориентироваться: тяжело их опознавать и отличать, догадываться об их назначении. Нам нелегко занимать по отношению к явлениям действительности ту или иную позицию, мы все сейчас переживаем некоторый кризис ориентации в объективном пространстве. Есть ли надежда на его преодоление? Да, стоит лишь скорректировать, внести в него несколько большую организованность и элементы созависимости.

Специалисты все чаще говорят о том, что нужно помочь людям лучше понимать логику причинно-следственной связи и коммуникационных каналов физического мира, обострить их видение, выработать у них более совер-

шенные навыки рецепции и оценки положения дел. Но кто сможет этому научить? Это задача художников, музыкантов, композиторов, врачей, священнослужителей. Однако освоение знаний, как и общение, – процесс обоюдоострый и взаимообогащающий одновременно!

Пора напомнить и об ответных обязанностях публики. К ней надо предъявлять требования не менее высокие, чем к экспертам. Но возникает дилемма: последних специально воспитывают и подготавливают, после чего профессионалы поддерживают и развивают нормы своей деятельности. А что в этом смысле есть у аудитории?

Если упорядочение воспринимаемого и обучение восприятию – две стороны единого в своих основах творческого процесса, то к решению главных целей и миссии, стоящих перед изданием, нужно обязательно идти двумя путями, которым суждено сойтись в одной точке. Наилучшим местом для встречи были бы ваши письма, где редакция и читатели могли бы вступать в непосредственное творческое взаимодействие, обмениваясь интересующей информацией. ■

*С уважением,  
издатель и главный редактор  
Юлия Бугаенко*

Für mich wie eine Verlegerin sind die von der Zeitschrift gestellten Fragen untrennbar verbunden mit dem Problem der Wahrnehmung der Umwelt im Ganzen. Die allgemeine Industrialisierung der materiellen und geistigen Produktion, die für unsere Epoche so typisch ist, führt zu einer nicht dagewesenen Verkomplizierung und einer gründlichen Mehrheit der materiellen Realität.

Die typologische Vielfältigkeit der Dinge wächst immer schneller und wir finden es immer schwieriger, uns darin zu orientieren: es ist beschwerlich, Dinge zu erkennen und zu differenzieren sowie deren Bestimmung zu verstehen. Es ist uns schwierig, eine Stellung zu einer Tatsache der Realität zu nehmen. Wir befinden uns alle in einer gewissen Krise, die unsere Orientierung in der objektiven Welt erschwert. Kann man auf eine Beseitigung dieser Krise hoffen? Ja, man braucht nur die Welt richtigzustellen, deren Organisationsgrad zu steigern und einige Co-Abhängigkeitselemente einzubringen.

Experten sprechen immer öfter von der Notwendigkeit, Menschen dabei zu helfen, die Logik des Ursache-Wirkungs-Zusammenhangs und der Kommunikationskanäle der physischen Welt besser zu verstehen, ihre Visionen

zu schärfen und eine vollkommenerere Fähigkeit zur Sachstandsrezeption und – beurteilung zu erwerben. Wer kann das aber lehren? Das ist die Aufgabe der Maler, Musiker, Komponisten, Ärzte und Pfarrer. Die Erwerbung, genauso wie die Kommunikation, ist gleichzeitig ein zweiseitiges und beiderseitig bereicherndes Verfahren!

Ich soll Sie jetzt auch an die Gegenpflichten des Publikums erinnern. Man soll dem die genauso hohen Forderungen stellen wie bei Experten. Hier kommt doch ein Dilemma: die Letzteren werden vorsätzlich erzogen und gelehrt, woraufhin sie die Normen ihrer Tätigkeit pflegen und weiter entwickeln. Was hat aber das Publikum in diesem Sinne?

Wenn die Regelung des Aufgefassten und das Lehren aufzufassen die zwei Seiten eines schöpferischen Verfahrens sind, dann sollen die Hauptziele und –aufgaben der Zeitschrift auf zwei Wegen ausgefüllt werden, die prädestiniert sind, sich in einem Punkt zu einigen. Ihre Briefe könnten der beste Treffpunkt für eine unmittelbare schöpferische Zusammenwirkung des Redaktionsstabs und der Leser und Leserinnen sowie einen Austausch von Informationen von Interesse sein. ■

*Mit freundlichen Grüßen,  
Herausgeberin und Chefredakteurin  
Julia Bugajenko*



# Sehr geehrte Leser und Leserinnen!

## Уважаемые читатели!

Как случилось, что в век неистового потребления, сотен и тысяч материальных благ и вещей человек остро переживает одиночество?

Кризис не возник на пустом месте: он берет свое начало в диссонансе между избытком предметно-осязаемого мира и неутоленным желанием ощутить космизм древнего сознания и глубинные ценности любви и гармонии. Вне зависимости от архетипов национального менталитета, каждая отдельная личность, рано или поздно, сталкивается с философскими поисками самоидентификации и духовного смысла существования. Когда удастся свести свои исследования в единую картину, то раскрывается поразительная по простоте истина: генетическая память тяготеет к фундаментальным основам Бытия, возвышенной мудрости, пронизательности и созерцанию прекрасного. Но, ежедневно оказываясь в стихийном информационном потоке, мы не замечаем действительно важных событий и искренних историй, рассказываемых самой жизнью. И только

чистое искусство, рожденное окрыленными Творцами, не несет отпечатков пространственно-временного хаоса: в нем нет ни одной лишней детали, ни одного пустого сантиметра плоскости, штриха или фальшивой ноты. Его созидательная энергетика на подсознательном уровне реконструирует утонченнейшие эстетические предпочтения, нравственную чуткость, богатый художественный вкус, творческую интуицию. Непостижимым образом наши глаза настраиваются с помощью универсальных законов красоты на то, чтобы увидеть и почувствовать в первозданном и неискаженном облике все, что вмещает в себя «горизонталь» и «вертикаль» культуры: вечность и историчность ее смыслов. А не к этому ли мы стремимся, преодолевая опасности и катастрофы, таящиеся в массовых штампах цивилизации? Давайте же как можно дольше беречь в себе вдохновенный родник жизни, наполняя и подпитывая его, в том числе и чтением журнала «Здоровье и культура мира». ■

С уважением,  
редактор Светлана Тельнова

Wie ist es dazu gekommen, dass sich der Mensch im Zeitalter des Massenkonsums mit Hunderten und Tausenden von materiellen Gütern so vereinsamt fühlt?

Die Krise ist nicht grundlos entstanden: sie entfließt einer wasserreichen Quelle – der Dissonanz zwischen den materiellen Reichtümern der greifbaren Welt und dem unbefriedigten Wunsch, den Kosmos des urzeitlichen Bewusstseins und die tieferliegenden Werte der Liebe und der Harmonie zu ergründen. Ungeachtet der Urvorstellungen der nationalen Mentalität beginnt jede einzelne Persönlichkeit mit der philosophischen Suche nach Selbstidentifizierung und dem geistigen Sinn des Daseins. Und wenn sich aus dieser Suche ein einheitliches Bild ergibt, dann zeigt sich eine erstaunlich einfache Wahrheit: das genetische Gedächtnis gravitiert nach den fundamentalen Grundlagen des Daseins, der erhöhten Weisheit, der Einsicht und der Kontemplation des Schönen. Wenn wir uns aber täglich in einem unkontrollierten Informationsstrom befinden, bemerken wir nicht die wirklich wichtigen Ereignisse

und die authentischen Geschichten, die das Leben selbst erzählt. Und nur die wahre Kunst selbst, kriecht von beflügelten Schöpfern, trägt keine Spuren des Raum-Zeit-Chaos. Sie hat keine entbehrlichen Details, keinen leeren Zentimeter Raum, keinen unnützen Strich oder keine falsche Note. Ihre schöpferische Energie hergestellt die feinsten ästhetischen Bevorzugungen, das moralische Feingefühl, den feinen Kunstgeschmack und die schöpferische Einfühlungskraft unbewusst wieder. Unerklärlich bekommen unsere Augen mit Hilfe von allgemeingültigen Schönheitsgesetzen das Vermögen, die Horizontale und die Vertikale der Kultur in ihrer ursprünglichen Gestalt zu sehen: die Ewigkeit und die Geschichtlichkeit ihres Sinnes. Ist das nicht gerade unser Ziel, nach dem wir streben, indem wir die von den Massenstereotypen der Zivilisation verursachten Unbestimmtheiten, Gefahren und Katastrophen überwinden?

Wollen wir doch die Lebensquelle in uns möglichst lange wahren und durch das Lesen der Zeitschrift „Die Gesundheit und die Kultur der Welt“ stärken! ■

Mit freundlichen Grüßen,  
Redakteurin Svetlana Telnova

# РОДИТЬ НЕЛЬЗЯ ПРЕРВАТЬ БЕРЕМЕННОСТЬ?



фото: Дмитрий Коновалов

*А где поставите зачатую вы?*

**В соответствии со ст. 36 Федерального закона от 21.11.2011 № 323-ФЗ (ред. от 29.07.2017) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» каждая женщина имеет право самостоятельно решать вопрос о материнстве.**

шивания первенца на возраст – 25–26 лет. Период от становления репродуктивной функции до появления на свет ребенка увеличился за последние десятилетия практически в два–три раза и составляет – 10–15 лет. Результатом такого поведения становятся личные трагедии прерванных беременностей, социальные проблемы роста материнской заболеваемости (снижение или потеря здоровья и потенциала в целом) и смертности, рост количества бесплодных браков.

Важнейшими причинами нереализованной потребности рождения детей в отдельных группах населения еще долго будут оставаться последствия абортов. При условии полного устранения осложнений после них, а еще лучше – отказа, согласно экспертным оценкам акушеров-гинекологов и демографов, современная семья фактически в каждом третьем–четвертом случае могла бы достичь ожидаемого числа наследников.

Одним из факторов, влияющих на состояние репродуктивной функции, является предупреждение нежелательной беременности. Нередко женщина стоит перед тяжелым выбором: оставить зародыш или избавиться от него на самой ранней стадии? Тяжело и драматично решается этот вопрос при наступлении такого «неожиданного» события у девушки-подростка. Аборт, особенно при первой беременности, может нанести серьезную психологическую травму и даже привести к гормональным и иным нарушениям. В то же время решение дать жизнь будущему ребенку означает для нее отрыв от сверстников, а уход из школы, как правило, ставит под угрозу дальнейшую учебу и приобретение профессии. Каждая ситуация должна рассматриваться индивидуально, бережно и с большим пониманием.

Некоторые родители, учителя, общественные и религиозные лидеры выражают опасение, что приобщение молодежи к планированию семьи, правильному пониманию физиологических процессов, происходящих в организме в определенные возрастные периоды, и контрацепции поощрит безответственное поведение и увеличит сексуальную активность вне брака. Опыт многих стран, где были разработаны программы в области полового просвещения, свидетельствует об обратном. Концепции, реализованные на практике, формируют у подростков серьезное и осознанное отношение к чувственно-эротическим аспектам. В связи с этим происходит повышение возраста начала половой жизни, что помогает юношам и девушкам полностью реализовать заложенный в них потенциал, сохранить физическое и нравственное здоровье, уберечься от ошибок, иметь крепкое и выносливое потомство в перспективе.

Однако и для взрослых людей проблема нежелательной беременности не менее важна. Именно поэтому в деятельности акушеров-гинекологов большое место отводится ее профилактике, а также медико-социальному консультированию, чтобы женщина не принимала решение об аборте под влиянием временных эмоциональных переживаний или жизненных неудач (материальных и жилищных трудностей, несогласия мужа и др.). Кто-то хочет завершить обучение, у кого-то из-за беременности отменяется устройство на престижную работу, а кто-то говорит: «Мне еще рано». Очень часто женщины или будущие родители считают, что тот, кто мешал их намерениям, еще не человек, и станет им очень не скоро. Врачи уверены – это не причины для того, чтобы избавиться от ребенка.

В момент зачатия появляется уникальная единая клетка (в результате соединения мужской и женской), в которой сконцентрирован генетический «паспорт»: пол, раса, рост, а также остальные физические и иные особенности (цвет глаз, волос и т.д.). Где-то на третьей неделе регистрируется биение сердца; на шестой – активная мозговая деятельность (его импульсы), что, согласно Конституции РФ и других стран мира, является неоспоримым юридическим фактом того, что человек живой; на седьмой – первые движения ног; на девятой – кисти начинают вращательные и хватательные действия; на 11-й – сформированы все системы органов. И наконец, приблизительно на 130-й день малыш уже окончательно развит. Значит, убийство зародыша равносильно убийству ребенка. Обществу нужно совместными усилиями преодолеть пропасть непонимания таких элементарных вещей, которые почему-то даже в наш век высоких технологий и величайших открытий продолжают подменяться ложными тезисами.

Здравоохранение Краснодарского края не остается в стороне от проблем, с которыми сталкиваются будущие родители, и про-

водит активную политику в серьезном деле искоренения прерываний беременности. Для оказания всесторонней поддержки в женских консультациях функционирует 61 кабинет медико-социальной помощи. В них организовано психологическое направление, которое 62 медицинских психолога и 44 социальных работника ведут с каждой женщиной, стоящей перед репродуктивным выбором, индивидуально, в зависимости от обстоятельств, толкнувших ее на аборт. Часто работа проводится с мужчинами, которым также нужна помощь профессионалов. Участие в непростых судьбах принимают и священнослужители. По данным специалистов женских консультаций Кубани, за 11 месяцев 2017 г. из 8 516 пришедших за направлением на прерывание беременности – 2 512 (или 29%) сохранили ее после проведенной доабортной разъяснительной беседы.

В дополнение к положительной динамике сокращения указанных случаев можно добавить и итоги информационно-просветительского движения среди всех слоев населения: только в этом году в рамках пяти «недель без абортов» акции «Подари мне жизнь!» из 727 представительниц прекрасного пола, собиравшихся прекратить свое «интересное положение», – 388, а это более 53%, отказались от рокового шага.

Сегодня они счастливые мамы здоровых деток. Конечно, такие результаты не возникли сами по себе. Этому способствовал комплекс мероприятий, включающий не только распространяемый в женских консультациях яркий раздаточный материал, но и полезное, откровенное общение с врачами акушерами-гинекологами, работниками социальных служб, психологами, юристами, деятелями религиозных конфессий на семинарах, круглых столах, выставках и открытых показах соответствующей видеопроодукции.

Есть достойный повод для гордости: за прошедшие пять лет (с 2012 по 2016 гг.) наметилась тенденция стойкого сокращения числа абортов на Кубани: на 24,3%, что в абсолютных числах – 6825 (с 28061 (в 2012 г.) до 21236 (в 2016 г.)). При этом показатель абортов на 1000 женщин фертильного возраста снизился на 24,2% (с 21,1 до 10); а на 100 родившихся живыми и мертвыми – на 30,5% (с 40,7 до 28,3). Количество искусственных легальных прерываний беременности уменьшилось на 39,9%, или на 6980 (с 17513 до 10533), доля их в общем количестве – с 62,51% до 49,6% соответственно; цифра абортов у первобеременных сократилась на 37,7%, или на 784 (с 2079 до 1295), со снижением и их доли в общей величине – с 7,4% до 6,1%. Кроме того, за 11 месяцев 2017 г., в сравнении с аналогичным периодом 2016 г., число абортов уменьшилось на 22,4%, или на 4564: с 20381 (в 2016 г.) до 15817 (в 2017 г.); количество искусственных легальных абортов – на 28%, или на 2812 (с 10040 до 7222); показатель абортов на 100 родившихся снизился на 14,6% (с 28,1 до 24,0); соотношение родов к абортам составило следующую пропорцию: на 100 родов – 24 аборта (2016 г. – 28 абортов на 100 родов).

А значит, благородная цель проводимой работы – повышение уровня рождаемости, увеличение числа многодетных семей, крепостью, духовными ценностями и традициями которых всегда славился наш край, – находит свою максимальную реализацию. ■

Министр здравоохранения  
Краснодарского края,  
д-р мед. наук  
Евгений Филиппов

# Предупредит ИНСУЛЬТ



Причиной более половины смертей, как говорит статистика, являются сердечно-сосудистые заболевания. Известный всем недуг остается также одной из главных причин инвалидности как в мире, так и в России. По данным Всемирной организации инсульта, каждый шестой человек планеты переживал инсульт. Как ни печальны эти цифры, но ежегодно эту тяжкую болезнь переносят не менее 15 млн жителей земного шара.



Инсульт возникает при сдавлении, закупорке или разрыве сосудов, кровоснабжающих головной мозг.

Большая часть инсультов являются ишемическими. Чаще всего причиной становится атеросклеротическая бляшка, находящаяся в одной из мозговых артерий. Она разрушается, а в месте повреждения образуется кровяной сгусток – тромб, который закрывает просвет сосуда. Клеткам мозга не хватает кислорода, и, если соседние артерии не могут взять кровоснабжение этого участка на себя, то в течение нескольких минут они умирают. Гораздо реже просвет артерии закупоривается каплями жира или пузырьками воздуха (жировая и воздушная эмболии), тромбами из сердца или сдавливается извне в результате травмы или опухоли.

Реже встречаются геморрагические инсульты (или кровоизлияния). В этом случае происходит разрыв стенки дефектной артерии. Причиной может стать аневризма, или нарушение целостности сосудистой стенки из-за того же атеросклероза, а провоцирующим фактором – повышение артериального давления. В результате кровь разливается по ткани мозга. Клетки гибнут от недостатка кислорода, а разлившаяся кровь пропитывает и сдавливает соседние ткани, мешая их нормальной работе.

Предвестником инсульта может служить преходящее нарушение мозгового кровообращения, или транзиторная ишемическая атака (да-

лее – ТИА). Она может произойти за недели или месяцы до настоящего инсульта. Это – «маленький инсульт», временно приостанавливающий циркуляцию крови в мозге. Из-за недостатка крови мозг не может нормально функционировать. Симптомы ТИА очень похожи на симптомы инсульта, однако полностью проходят через короткое время. На этом этапе организму еще удастся достаточно быстро восстановить нормальное поступление крови и избежать негативных и необратимых процессов.

Во время развития инсульта часть нервных клеток погибает, и организм утрачивает одну из функций, за которую отвечали данные клетки. Поэтому последствия инсульта напрямую зависят от того, в какой части мозга произошла катастрофа. Это может быть паралич (полная обездвиженность) или парез (частичное нарушение движений) руки или ноги на стороне, противоположной очагу поражения, серьезные нарушения речи и письма, чувствительности, расстройства памяти и др.

Важно уметь распознать инсульт как можно раньше. Для этого больного просят выполнить несколько действий:

1. Вытянуть руки перед собой ладонями вверх с закрытыми глазами. Если одна из рук начинает неконтролируемо «уходить» вниз и вбок, то это является признаком инсульта.
2. Поднять обе руки над головой. Они должны подниматься равномерно на одинаковую высоту. Высунуть язык. Если он видоизменен (изогнут) и/или «заваливается» в сторону, то это еще один признак инсульта.
3. Выговорить одно несложное предложение. При инсульте часто появляются дефекты речи, ухудшается дикция и артикуляция.
4. Улыбнуться. У больного, перенесшего инсульт, улыбка будет искажена, а уголки губ – «смотреть» в разные стороны.

Если подозрения на инсульт подтвердятся, то необходимо немедленно вызвать скорую помощь и сообщить врачам о замеченных симптомах. Предрасполагающими факторами к развитию инсультов являются: ишемическая болезнь сердца, пороки сердца, мерцательная аритмия, неконтролируемая артериальная гипертензия, сахарный диабет, атеросклероз сосудов головы и шеи. Кроме того, среди лиц молодого возраста болезнь могут вызвать следующие причины: нарушение свертываемости крови, врожденные изменения сосудов головы и шеи, мигрень, прием пероральных контрацептивов. Безусловно, огромное значение имеет и наследственный фактор.

Фото: Дмитрий Кочаковский; www.shutterstock.com





## СИЛА РЕАБИЛИТАЦИИ – ВОЗВРАЩАТЬ РАДОСТЬ ПОЛНОЦЕННОЙ ЖИЗНИ

Уже более 20 лет в мире комплексным восстановлением пациентов после многочисленных заболеваний занимаются врачи-реабилитологи, под руководством которых команда специалистов из различных областей соответствующей медицины помогают больным людям вернуться к полноценной жизни или (если последствия недуга необратимы) адаптироваться в социуме. Это направление, названное «медицинская реабилитация», в нашей стране длительное время было не реализовано в силу кадровой разобщенности. Каждый врач лечил «свой» недуг, не взаимодействуя со смежными профессионалами для выполнения единой миссии. И, к сожалению, блестяще проведенная хирургом операция зачастую не имела ожидаемых результатов, т.к. в следующем за данным вмешательством периоде не осуществлялась целостная репаративная терапия. Особенно актуально и остро этот предмет обсуждения находил свое выражение в нейрохирургии, неврологии, ортопедии.

Для решения поставленной задачи с начала августа 2017 г. на базе ГБУЗ «Краевая клиническая больница № 1 имени профессора С.В. Очаповского» МЗ КК открыто новое подразделение – отделение реабилитации пациентов с нарушением функции центральной нервной системы. Здесь получают всю необходимую помощь люди, перенесшие инсульт, тяжелые травмы головного или спинного мозга, прошедшие нейрохирургическое лечение.

Медицинскую реабилитацию проводят в залах, оборудованных современными тренажерами лечебного назначения. Среди них – самые передовые роботизированные системы обучения ходьбе Lokomat и восстановления утраченных двигательных навыков рук Armeo и Amadeo, а при нарушениях координации – стол для кинезотерапии, а также балансировочный. Есть специальный зал для занятий лечебной физкультурой, кабинет мануальной и рефлексотерапии. Непосредственно в палатах проводятся различные методы физиотерапевтических ма-

Фото: Дмитрий Кочневский

нипуляций: магнито-, лазеро-, электро-, свето-, механо- и ультразвуковая терапия, а также массаж, логопедическая и психологическая коррекция и другие процедуры.

Тесное взаимодействие специалистов находит свою логическую реализацию в решении ряда трудных моментов, недоступных отдельному врачу. Например, при выраженном болевом синдроме невозможно проведение активной лечебной физкультуры: предварительная обезболивающая физиотерапевтическая процедура и подобранная неврологом медикаментозная терапия настраивает пациента к занятию в реабилитационном зале. Психолог, мотивируя пациента на результат, в случае депрессивного состояния больного и апатии, помогает повысить эффективность лечения.

Решение некоторых проблем (нарушение глотания, речи) нередко имеет положительную динамику только при взаимодействии всех специалистов под руководством логопеда.

Важную роль в реабилитации отводят физическим упражнениям, т.к. пациенты с поражением центральной нервной системы страдают, прежде всего, нарушениями движений. Их заново учат сидеть, стоять и ходить. Если больной утратил различные бытовые и профессиональные навыки, то эрготерапевт занимается восстановлением имевшихся либо проработкой и закреплением новых, которые лучше всего подходят для него. На всех этапах реабилитации, наряду с традиционными формами, используются рефлексотерапия и мануальная терапия, которые хорошо себя зарекомендовали как вспомогательные методы. Все специалисты-реабилитологи регулярно обсуждают состояния каждого пациента и совместно внедряют тактику и стратегию лечения, корректируют способы лечения в зависимости от полученных успехов. По окончании курса в стационаре производится оценка состояния пациента при выписке по шкалам, намечается реабилитационный потенциал больного. И уже на основании такого исследования и рекомендаций специалистов невролог определяет следующий этап реабилитации, показанный ему. Своевременность и последовательность указанной цепочки действий, а также желание, терпение и упорство пациента, поддержка родственников, семьи, коллег по работе во многом гарантируют достижение конечной цели – жить полноценной жизнью, радоваться каждому новому дню. ■



Увеличивают риск возникновения этого тяжелого и зачастую приводящего к инвалидности заболевания такие факторы, как неправильное питание, недостаточная двигательная активность, курение и чрезмерное употребление алкоголя. Исследования врачей показали, что даже небольшой шаг к здоровому образу жизни существенно снижает риск инсульта. В мировой литературе встречаются сведения о том, что в целом восстановление после инсульта в молодом возрасте происходит значительно быстрее.

Важным модифицируемым фактором является диета. Общеизвестно, что употребление в пищу продуктов, содержащих антиоксиданты, полиненасыщенные жирные кислоты и ликопин, снижает риск возникновения инсульта. Они содержатся в морской рыбе, томатах, цитрусовых и т.п.

Развитие медицины и инновационные подходы к изучению инсульта предполагают новые способы углубленной диагностики и рациональной терапии.

Стационарное лечение болезни четко регламентировано в зависимости от типа, степени тяжести заболевания, сопутствующих расстройств, а также наличия или отсутствия осложнений. Современные методы направлены, в первую очередь, на возобновление кровотока в зоне инсульта, и включают тромболитическую терапию («быстрое растворение тромба») и различные хирургические манипуляции. Амбулаторное же лечение должно быть ориентировано на социальную адаптацию, возвращение утраченных навыков и психологическую поддержку.



Заведующая неврологическим отделением для пациентов с острым нарушением мозгового кровообращения ГБУЗ «Краевая клиническая больница № 1 имени профессора С.В. Очаповского» МЗ КК, врач-невролог высшей категории Людмила Тимченко





# Аллергия



Слово аллергия происходит от греческих слов *allos*, что означает «другой», и *ergon* – «действие». Сами термин и понятие были придуманы венским педиатром по имени Клеменс фон Пирке в 1906 г. Он заметил, что симптомы некоторых из его пациентов могли быть ответом на внешние раздражители, такие как пыль, пыльца или определенные продукты.

Аллергия – это реакция гиперчувствительности организма, развивающаяся вследствие неадекватной работы иммунной системы. В тело человека ежедневно поступает множество различных элементов, на которые может возникать, в том числе и негативная симптоматика. Результатом защитного механизма, заложенного самой природой, служит интенсивное образование антител, которые должны нейтрализовать поступивший аллерген, из-за чего высвобождается вещество гистамин, вызывающее сопутствующий «отклик». Как правило, иммунная система реагирует только, если вредный «объект», такой как бактерии, «нападает» на организм. Для людей с рассматриваемым недугом она функционирует слишком сильно и проявляет свое противоречивое отношение к происходящему даже тогда, когда присутствуют относительно безопасные вещества, например, пыльца. Тяжесть аллергической реакции может варьироваться от легкого дискомфорта до критических для жизни ситуаций. Для ее прогрессирования необходимы три фактора: соответствующий генетический фон, контакт с аллергеном и агентами окружающей среды (время, количество и частота его воздействия).

Как аллергены попадают в организм? Они могут вдыхаться (пыльца растений, пыль), употребляться (пищевые продукты) или вводиться (укусы и лекарства).

## КАКИЕ ОБЛАСТИ ТЕЛА МОГУТ БЫТЬ ЗАТРОНУТЫ?

При аллергических реакциях наблюдается сочетание следующих симптомов: чихание, заложенность носа, кашель, зуд в глазах, насморк, боль в животе, зуд на коже, крапивница, усталость, раздражительность.

Интенсивность воздействия зависит от аллергена и области тела, в которую он попадает. Не лишним отметить, что при его первом поступлении внутрь запускается сенсибилизация (повышение чувствительности к конкретному веществу), т.е. образование специфических антител, которые обуславливают бурное течение реакций при повторном прецеденте. Так, пыльца при вдыхании через нос обычно «купирует» не только данную локацию, но и глаза, горло. Активно высвобождается гистамин, вызывая отечность и воспалительный процесс слизистой верхних дыхательных путей, сопровождаемый чиханием, зудом, слезотечением, болью в горле, а также секретом, отделяемым из носа.

Аллергия на продукты питания обычно провоцирует как проблемы с желудком или кишечником, так и крапивницу или даже затрагивает несколько органов и систем одновременно. Список продуктов, которые в первую очередь ассоциируются с ней: арахис, орехи, молочные и морепродукты, яйца, соя, пшеница и рыба. Однако данный перечень сугубо

индивидуален для каждого, кто находится в группе риска. Встречается даже пищевая гиперчувствительность.

Не редки и проблемы с кожей, такие как экзема (сухой, зудящийся эпидермис) и опять же крапивница. Нельзя не указать и анафилаксию (анафилактический и анафилактоидный шок) – быстроразвивающаяся и тяжелая, угрожающая жизни аллергическая реакция. Наиболее грозное ее проявление, требующее немедленного распознавания и медицинского вмешательства, приводящее к летальному исходу при неадекватной терапии.

## ТЕОРИИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ АЛЛЕРГИИ

Значительное увеличение распространенности аллергии за последние десятилетия подтолкнуло ученых глубже рассмотреть эту проблему. Сейчас существует целый ряд гипотез, объясняющих это явление.

Есть множество доказательств, подтверждающих ее генетическую основу, поскольку у родителей, имеющих данный недуг, дети также страдают им. Однако некоторые аллергические реакции не соответствуют последовательности генеалогий. Например, у отца или матери она может провоцироваться арахисом, но у их детей – на амброзию.

Другие исследования показали, что отдельные виды обычных паразитов, таких как кишечные черви (например, анкилостомы), секретируют иммунодепрессанты (вещества, подавляющие клетки иммунной системы) в стенку кишечника и кровотока, которые не дают организму ударить по «чужаку». Связь их с аллергией порождает новый уклон «гипотезы о гигиене» – предположение, что эволюция их и человека привела к появлению иммунной системы, которая функционирует правильно только при их наличии, в противном случае, становится неуравновешенной и сверхчувствительной. Тот факт, что изучаемая болезнь более распространена среди людей из развитых стран, чем из экономически отсталых, поддерживает эту версию. Кроме того, утверждается, что, поскольку дети в них ведут во всех смыслах чистую жизнь (меньше воздействия грязи, дополнительное применение дезинфицирующих средств и т.д.), их иммунитет не так подвержен воздействию указанных и других патогенов, чем у их ровесников в других частях света или десятилетия назад. Не имея разумной цели, данные клетки непреднамеренно активируются экологическими антигенами, которые могут провоцировать незначительные реакции у других. Симптомы этого преувеличенного ответа рассматриваются как аллергический приступ.

Другая теория – это использование и злоупотребление химическими веществами в богатых государ-

# ЦЕНА ЦИВИЛИЗАЦИИ



ствах со времен Второй мировой войны. Огромное количество химических элементов вводится в нашу внутреннюю и наружную среду, к сожалению, практически без каких-либо испытаний на их токсичность для живых существ. Качество воздуха в помещениях, как считается, значительно ухудшилось, поскольку в 1970-х гг. были изменены строительные нормы для того, чтобы сделать здания более воздушными и сохранить энергию. Побочные реакции на современные яды варьируются от одного человека к другому, включая его урологические и эндокринные системы, а также признанные симптомы аллергии, перечисленные выше.

В 2004 г. совместная шведско-датская исследовательская группа обнаружила очень прочную связь между рассматриваемым недугом у детей и фталатами (химикаты, часто добавляемые к пластикам для повышения гибкости), входящими в состав поливинилхлорида (ПВХ) (Vornehag, 2004).

## ДИАГНОСТИКА АЛЛЕРГИИ

Аллергия на сегодняшний день достаточно трудна для лабораторного определения. Важным аспектом является основная ориентированность на совокупное состояние человека. Все тесты подразделяют на *in vivo* и *in vitro*. Диагноз заболевания основывается на корреляции между клинической его картиной, анамнезом и результатами исследований. Он не может быть поставлен только на основании лабораторной или кожной диагностики.

**ТЕСТЫ IN VIVO.** Методы: скарификационные, аппликационные (патч-тесты), внутрикожные и прик-тесты.

Скарификационные (тесты «царапиной») и внутрикожные пробы в настоящее время не рекомендовано использовать ввиду их малой точности, высокого риска системной реакции и большой частоты ложноположительных результатов.

**ПРИК-ТЕСТЫ.** Широко используются для подтверждения иммуноглобулин Е-зависимой аллергии (Ig E). Они менее травматичны, требуют меньшей поверхности эпидермиса, соответственно, можно провести многочисленные замеры. Это единственная проверка, разрешенная к применению у детей любого возраста, дающая низкий процент ложноположительных реакций.

**ПРОВОКАЦИОННЫЕ ТЕСТЫ.** Метод выявления сенсibilизации, основанный на введении аллергена в орган-мишень (нос, глаза, бронхиальное дерево). Незаменимы в случае неясности диагноза.

**ПАТЧ-ТЕСТЫ** (аппликационные накожные испытания) применяются для дифференциальной диагностики специфического контактного агента (профессиональный аллергический контактный дерматит).

**ТЕСТЫ IN VITRO.** В настоящий момент не актуальны для скрининга или подтверждения аллергии (общего Ig E), т.к. имеют неудовлетворительную оригинальность.

Определение специфических Ig E (при противопоказаниях к испытаниям на коже). Оценивается всегда в совокупности с анамнезом и клиническими данными.

Детерминирование специфических Ig G (G4). Диагностическая польза отсутствует.

Распознавание триптазы крови. Является маркером анафилаксии.

Эозинофилы крови и эозинофильный катионный белок. Не всегда указывает на аллергию, должны оцениваться совместно с общей картиной.

Фото: www.shutterstock.com

## ПРИНЦИПЫ ТЕРАПИИ И ПРОФИЛАКТИКИ

Суть лечения аллергии – максимальное обеспечение адекватного качества жизни пациента. Все используемые группы препаратов служат для устранения ее симптоматики.

Сегодня зарегистрирован только один способ этиотропного (терапия причины) врачевания Ig E-зависимой разновидности – аллерген-специфическая иммунотерапия (АСИТ), т.н. алерговакцинация. Она заключается во введении в организм пациента квалифицированными специалистами в условиях лечебного учреждения нарастающих доз возбудителя, ответственного за клинические проявления у конкретного пациента (только при наличии четких доказательств связи аллергена с симптомами).

Профилактика заключается в уменьшении или устранении контакта с аллергеном. Иногда добиться полного исключения такого взаимодействия невозможно, но, в результате выполнения рекомендаций, оно

существенно ограничивается, а значит, облегчается течение, снижается потребность в лекарственных средствах.

Нужно помнить, что не существует «гипоаллергенных» животных. А одноименные диеты заключаются в избегании конкретных продуктов, являющихся причиной реакций, после получения четких доказательств. Внимательно изучаются составы их, а также медикаментов, бытовой химии.

Больным с анафилаксией необходимо иметь при себе лекарственные средства для купирования симптомов, телефон лечащего доктора. Желательно носить бирку или браслет с информацией о заболевании.

Эффективность элиминационных мероприятий зависит от отношения врача, мотивации пациента и правильной идентификации всех причинно-значимых аллергенов. ■

*Педиатр, аллерголог-иммунолог,  
член общества специалистов доказательной медицины  
Елизавета Редько*

## КАЛЕНДАРЬ ЦВЕТЕНИЯ РАСТЕНИЙ НА КУБАНИ

Название	Период*
Кизил	20.01–20.02
Лещина	15.02–10.03
Подснежник	20.02–15.03
Кипарис	20.02–15.03
Мимоза	20.02–12.03
Граб	02.03–15.03
Сосна	20.02–20.03
Верба	05.03–20.03
Тополь пирамидальный	01.04–15.04
Алыча	20.03–30.03
Абрикос	25.03–15.04
Персик	25.03–15.04
Ива	05.04–10.04
Черешня, вишня	05.04–25.04
Клен американский	01.04–20.04
Клен канадский	10.04–30.04
Ясень	20.04–30.04
Дуб	20.04–30.04
Орех грецкий	25.04–10.05
Платан	25.04–10.05
Рапс	20.04–30.06
Лисохвост	20.04–30.06
Пырей	20.04–30.06
Сирень	25.04–20.05
Мак	10.05–20.06
Шелковица	25.05–20.06
Одуванчик	20.04–30.04
Рожь	20.06–30.06
Черемуха	25.04–20.05

Название	Период*
Акация	15.05–30.05
Овсяница	15.05–30.05
Ежа	15.05–30.05
Костер	20.05–30.05
Райграс	20.05–30.05
Тимофеевка	01.06–30.06
Ромашка	10.05–30.05
Орех черный	15.06–10.06
Каштан декоративный	20.05–10.06
Свекла	01.06–25.06
Шток роза	май–июнь
Катальпа	01.06–30.06
Камыш	01.06–30.06
Невеста	июнь
Липа	10.06–30.06
Табак	15.06–30.08
Подсолнечник	20.06–30.08
Золотарник	июнь–сентябрь
Конопля	05.07–30.07
Полынь горькая	01.07–20.07
Кукуруза	20.06–30.07
Клещевина	01.07–30.07
Бузина	01.07–30.08
Дурнишник	01.07–30.07
Софора японская	15.07–30.07
Лебеда	20.07–30.08
Рис	01.08–20.08
Амброзия	01.08–30.09
Полынь однолетняя	15.09–до заморозков

\* плюс-минус одна неделя в зависимости от погоды

# НЕ БУДЬТЕ *заболотником*

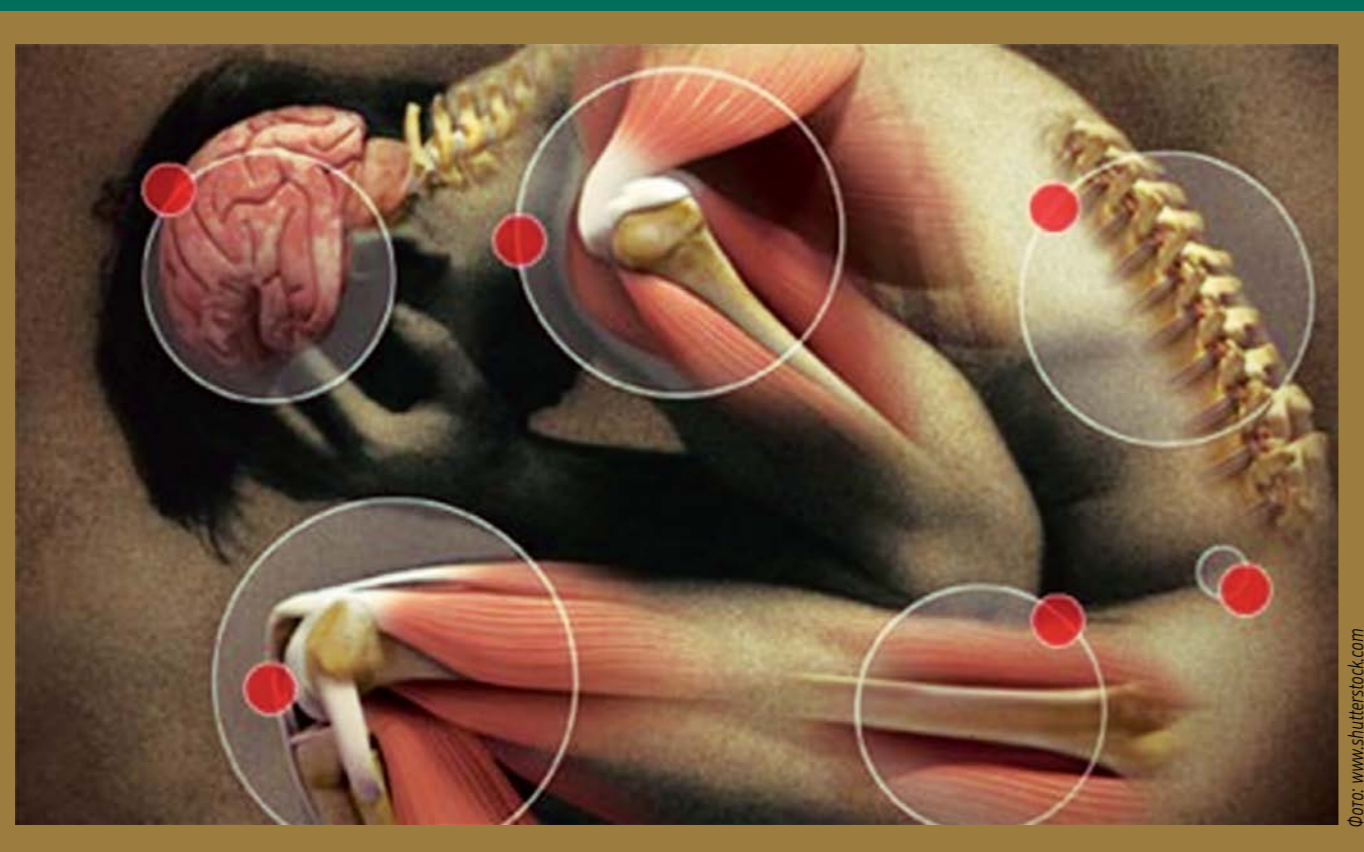


Фото: www.shutterstock.com

## БОЛЕВОГО СИНДРОМА!

# Здравоохранение

По определению Всемирной организации здравоохранения, заболевание – «это жизнедеятельность организма, выражающаяся в изменении функционирования, нарушении строения органов и тканей, возникающее под влиянием чрезвычайных для данного организма раздражителей внешней и внутренней среды».



Исходя из содержания официальной формулировки, боль выступает как естественный ответ организма на целый ряд воздействий, имеющих, в том числе, и сугубо физиологическую этимологию. Данная проблема находится на особом контроле выдающихся представителей международного научного сообщества. Однако, даже несмотря на уже достигнутые успехи в области обезболивания, в США и странах Европы полноценную и своевременную терапию проходят не более четверти пациентов, обратившихся за медицинской помощью. В нашей стране, к сожалению, цифры статистики красноречиво свидетельствуют о еще более слабой динамике: менее 10% россиян получили адекватное и эффективное облегчение симптомов на первом приеме у врача, а порядка 60% – при четвертом и последующих посещениях докторов разного профиля.

Фото: Дмитрий Кочановский

Отсюда логично вытекает вопрос: «Почему дипломированные специалисты с такой пугающей частотностью оказываются бессильны быстро решить рассматриваемую задачу?» Приведем основные «ложные шаги», совершаемые ими на пути к качественному обезболиванию населения. В общемировой практике, как правило, актуальны следующие причины:

- до сих пор не преодолена пропасть в понимании разницы между острой и хронической болью. Отсюда грубые просчеты в способах ее купирования;
- все участники (пациенты и врачи) в равной мере допускают халатное отношение к выполнению предписаний по режиму приема и дозировки лекарственных препаратов данной направленности;
- больные игнорируют медицинские рекомендации;





– операционные вмешательства нередко являются практически необоснованными для людей с болевыми синдромами.

Россия, увы, не отстает по количеству указанных нарушений:

– медикаменты, выписываемые в ряде соответствующих учреждений, лишены достаточной доказательной базы по устранению боли;

– во многих клиниках наметилась пагубная тенденция роста количества врачей, принятых на работу без должного контроля их квалификационной пригодности, а потому не способных справиться с болевыми синдромами;

– спад случаев удачного избавления от симптоматики заранее негативно настраивает пациента с хронической болью к врачу;

– граждане делают выбор в пользу самолечения, предпочитая приобретать препараты «наугад», без консультации и сдачи анализов. Стоит ли говорить, что последствия несерьезного отношения к собственному здоровью не совпадают с ожиданиями: боль никуда не исчезает.

Учитывая все эти обстоятельства, мы решили открыть на базе многопрофильного учреждения ГБУЗ «НИИ-ККБ № 1 имени профессора С.В. Очаповского» МЗ КК отделение реабилитации и восстановительного лечения с центром лечения острой и хронической боли. К нам попадают люди с достаточно сложными патологиями. И в противовес болезни мы располагаем арсеналом возможностей Краевой клинической больницы, в которой оказываются все виды медицинских услуг в любое время дня и ночи, выделяя нас из числа реабилитационных центров страны самого передового уровня, наравне с аналогичными в столице. Это позволяет специалистам браться за сложные случаи, используя мультидисциплинарный подход: у каждого из них в арсенале не просто действенные алгоритмы и программы реабилитации, но и обширная материальная база, позволяющая с огромной любовью и творчеством подходить к своей работе. В штат входят:

- травматолог-ортопед;
- невролог;
- терапевт;
- анестезиолог-реаниматолог;
- специалист по лечению хронических болевых синдромов;
- врач и инструктор лечебной физкультуры;
- логопед;
- психолог;
- массажист.

Отделение оказывает многокомпонентную поддержку при нарушениях систем организма (опорно-двигательной, церебральной, респираторной, когнитивной), а также паллиативную – пациентам с онкологическими заболеваниями. При этом взяты на контроль все отделения больницы, в том числе – реанимация.

Как известно, выздоровление – это степень комфорта человека в социальной среде, вне больницы. Мы способствуем максимальной адаптации (физической и психологической), внедряя индивидуальную программу тренировок с применением актуальных способов, шкал и мануально-мышечного тестирования: кинезотерапии, постизометрической релаксации, эрготерапии, распри-

торной гимнастики, массажа, кинезиотейпирования и др. Врачи следуют единой миссии: создать благоприятные условия для скорейшего выздоровления больного, облегчения восприятия симптоматики. Для травматолога – это восстановление двигательных функций, для альголога – устранение болевых ощущений, для невролога – коррекция неврологических расстройств, для психолога – формирование адекватной оценки своего состояния, мотивации к излечению и дальнейшему развитию и т.д. На нашей базе функционирует отделение лечения острой и хронической боли для тех, кому чаще всего не удается устранить болевой синдром даже с помощью большой хирургии. Как правило, речь идет об онкологических пациентах, нуждающихся в ежедневном обезболивании: обычные способы доставки препаратов (путем внутривенных инъекций) становятся со временем неэффективными, а иногда – опасными. Для них мы устанавливаем порт-системы, наглядно демонстрируя, в том числе и родственникам, как пользоваться ею, вводить данные вещества, ориентируясь на личные ощущения. Такой метод для инкурабельных (неизлечимых) больных более 10 лет используется в мире, а в нашей стране его внесли в перечень обязательного медицинского страхования совсем недавно.

Мы гордимся первыми серьезными результатами: за прошедший год более 500 пациентов с острой и хронической болью, в том числе нейропатической, связанной с дисфункцией опорно-двигательного аппарата, онкологические пациенты, требующие паллиативного вмешательства, прошли терапию в нашем центре. За почти шесть месяцев с момента открытия отделения реабилитации и восстановительного лечения 35 клиентов закончили курс с невероятными положительными результатами.

На фото – один из пациентов отделения, который вследствие падения с высоты, получил травмы, как говорят люди не медицинской профессии, не совместимые с жизнью: головы, позвоночника, грудной клетки, живота, конечностей. Молодой человек был не способен перемещаться и изъясняться. Каждое из повреждений не осталось без внимания врачей: уже в течение двух недель у него появился интерес к жизни, более того, он стал передвигаться, вести диалог. Достижения вдохновили и его родственников ознакомиться с нашими приемами и заниматься в домашних условиях. А значит, близким людям после лечения и инструктажа не страшно выписываться из больницы: к этому моменту они уже обладают необходимым набором знаний, чтобы помочь члену семьи справиться с недугом и вернуться к полноценной жизни. Ради стремительного роста счастливых пациентов с положительной динамикой выздоровления мы каждый день совершаем маленькие и большие врачебные подвиги. ■

Фото: Дмитрий Кочановский

Заведующий ОАР № 6 ГБУЗ  
«НИИ-ККБ № 1 имени профессора С.В. Очаповского» МЗ КК,  
врач – анестезиолог-реаниматолог Иван Шолин,  
заведующий отделением  
реабилитации и восстановительного лечения ГБУЗ  
«НИИ-ККБ № 1 имени профессора С.В. Очаповского» МЗ КК,  
врач – анестезиолог-реаниматолог Дмитрий Григорьев



Не терпите боль,  
обращайтесь круглосуточно по адресу:  
г. Краснодар, ул. 1-го Мая, 167,  
ГБУЗ «НИИ-ККБ №1  
имени профессора С.В. Очаповского» МЗ КК,  
1 этаж (старый корпус)  
Тел. +7 (918) 352 34 50  
E-mail: scholin.i@mail.ru

# ЧТО МЫ ЗНАЕМ

## о редких БОЛЕЗНЯХ

Основным принципом, определяющим здоровье каждого человека, является генетическая программа, заложенная родителями и передаваемая своим потомкам. Общеизвестно, что заранее, еще до рождения малыша, можно установить потенциальный цвет глаз, волос, форму носа, наличие в семье идущих из поколения в поколения ярко выраженных особенностей организма.



Все данные механизмы обусловлены биологическим сходством с отцом и матерью и входят в понятие «наследственность». Тщательно изучается генетическая информация их обоих, а затем с высокой вероятностью выявляется риск развития у ребенка той или иной патологии.

Непосредственное влияние на уровень физических показателей индивидуума оказывают факторы внешней среды, которые способствуют формированию и течению недуга. При условии сопоставления и комбинирования указанных выше моментов, специалистам не сложно просчитать процент реализации противоестественных процессов и спрогнозировать исходы.

Многие редкие заболевания сопровождают человека всю его жизнь, и около 30% детей, страдающих от них, к сожалению,

не преодолевают пятилетний возрастной рубеж. Природа их возникновения – генетический дефект, который иногда вообще никак не обозначает себя сразу после рождения. Применение лекарственного препарата (орфанного средства) – постоянно и под контролем врачей.

Если говорить о редких (орфанных, сиротских) проявлениях, то необходимо отметить, что эти сбои, затрагивающие небольшую часть популяции, могут встречаться с разной частотой в других регионах.

Впервые о рассматриваемом феномене стало известно, когда в США зафиксировали около 1600 заболеваний и медикаментов, применяемых при них. Для привлечения внимания международной общественности к серьезности проблемы и объеди-





нения усилий для борьбы с ней в календаре был официально выбран и утвержден день – последнее число февраля.

В нашей стране относительно недавно ввели понятие «редкие болезни»: для получения данного статуса частота поражения недуга должна быть определена как 1 из 10000. Каждое государство самостоятельно составляет их перечень, что обусловлено территориальной спецификой, уровнем миграции населения, наличием близкородственных связей, количеством детей в семьях, качеством и доступностью медицинского обслуживания.

Близкородственные «кровные» браки – главный фактор передачи «дефектного» гена. Положение усугубляется, если они становятся культурной традицией. К наиболее распространенным заболеваниям из этой группы относятся: муковисцидоз, галактоземия, гистидинемия, адреногенетальный синдром, гемофилия, гипотиреоз, синдром мальабсорбции.

При использовании новых подходов к диагностике количество пациентов будет постоянно увеличиваться. По разным сведениям, в России могут проживать от 300 тыс. до нескольких млн человек, страдающих недугами.

Клиническая картина при наследственных заболеваниях разнообразна, но имеются схожие признаки: нарушения со стороны нервной системы и пищеварения; отставание в умственном и психическом развитии; повторный судорожный синдром; аномалии строения скелета, кожи, волос; наличие поражения мышц; увеличение размеров печени и селезенки; идентичность симптоматики у близких родственников (сестер и братьев).

Положительная мировая практика находит широкую реализацию и в нашей стране. Приказ № 185 от 22.03.2006 Минздрава РФ «О массовом обследовании новорожденных детей на наследственные заболевания» регламентирует всеобщий неонатальный скрининг, который проводят в родильных домах: в первые дни жизни у ребенка исследуют сухую каплю крови, взятую на специальный тест-бланк. После ее обработки в медико-генетической консультации (центре) вычисляется аномальный фермент, провоцирующий фенилкетонурию, врожденный гипотиреоз, адреногенетальный синдром, галактоземию, муковисцидоз. При этом не требуется дополнительной подготовки: хорошая переносимость, отсутствие технических трудностей. Пациенты с выявленными положительными результатами приглашаются на повторные дообследования.



## ТЕСТ-БЛАНК НА НАСЛЕДСТВЕННЫЕ БОЛЕЗНИ ОБМЕНА ДЛЯ НОВОРОЖДЕННЫХ ДЕТЕЙ

Полную расшифровку генетического кода человека, а также его предрасположенность к недугам, можно сделать по анализу ДНК с помощью биохимических обследований, молекулярного тестирования, геномного секвенирования.



## ДНК ЧЕЛОВЕКА

После подтверждения диагноза редкого заболевания дети наблюдаются несколькими специалистами: педиатром, генетиком, неврологом, эндокринологом и т.д. Осуществляется медико-генетическое консультирование семьи в соответствующем центре, что позволяет просчитать риск развития потомства с выявленной патологией. Кроме того, рекомендации актуальны и для людей, которых постигло данное несчастье в период взросления.

## СОСТАВЛЕНИЕ ГЕНЕАЛОГИЧЕСКОГО ДЕРЕВА

Ключевые позиции лечебной тактики включают специфическую диетотерапию с ограничением группы продуктов питания, лекарственные препараты (гормоны, ферментозамещающую терапию). Последние, в свою очередь, с 2012 г. определены правительством Российской Федерации для 24 орфанных заболеваний, при которых их применение носит пожизненный характер.

Выявление патологий, рост новых разновидностей которых наблюдается ежегодно, является одной из приоритетных задач педиатрической службы. Пациенты и их родители нуждаются не только в медицинской, но и психологической, социальной поддержке, что активно разрабатывается и внедряется государством. ■



Фото: www.shutterstock.com

Доцент кафедры педиатрии № 1  
ФГБОУ ВО КубГМУ Минздрава России,  
канд. мед. наук  
Олеся Первишко



Фото: из личного архива Екатерины Косовой

Каждый день ко мне в кабинет приходят родители и задают огромное количество вопросов, связанных с воспитанием, развитием и обучением детей. Как правило, подобные дилеммы подкрепляются такими чувствами, как страх, тревога, злость, бессилие и сопровождаются опасениями, сомнениями, неуверенностью в правильности своих действий.

Проблемы и запросы у каждой семьи сугубо индивидуальные, но есть те, которые, к сожалению, повторяются с завидной регулярностью. Вот о них и пойдет речь в статье.



# Как выстроить общение с ребенком



Фото: www.shutterstock.com

## СТОП! УБЕРИТЕ РЕМЕНЬ!

«Бить детей нельзя!» – направо и налево кричат педагоги, психологи, общественные деятели, идеальные мамочки и даже блогеры! В избытке написано статей и книг о том, как пагубно влияет применение физической силы на будущее ребенка. А вот о причинах ее использования пишут в разы меньше... Давайте разбираться вместе, почему мама, девять месяцев бережно вынашивавшая малыша, посещавшая курсы для беременных, изучившая кучу «полезной» литературы, ловит себя на мысли, что только что налупила (!) больно (!) по попе своего двухлетнего малютку.

Причин подобной произвольной агрессии много. Но если углубиться в каждую, то, зачастую, «корень зла» у них все-таки один – слабость родителя! Признаться самому себе, что устал (поэтому и нет сил поддержать или успокоить разбушевавшегося в магазине отпрыска) намного сложнее, чем шлепнуть по пятой точке. Осознать, что с ним что-то происходит, а вы не знаете что (от хорошей оплеухи он быстро приходит в себя, вы вроде бы опять хороший). Или ответить рядом сидящей в транспорте женщине, что ребенок хочет спать или просто не в настроении, надо еще решиться, а начать его упрекать и больно схватить за руку – это, увы, гораздо привычнее.

Многие поколения воспитывали ремнем. Но! Не от большой любви к наследникам или от каких-то особых знаний в области психологии личности. А просто из-за того, что они – младше по возрасту, меньше по росту и ниже по положению, а значит, и прав, по идее, у них тоже нет никаких – не доросли еще. И самое примитивное в данном случае – ударить (т.е. унижить), чем начать разбираться, что у дочери или сына происходит в душе. А это все – что? Верно, это – человеческая слабость! И заключается она, прежде всего, в патологическом страхе объявить себе и окружающим, что чего-то не знаете, не понимаете, не умеете, не справляетесь с обязанностями... И начинать нужно всегда с причины болезни: факт рукоприкладства – всего лишь симптом.

Почему часто отцы берут ремень? Да потому что не знают, что еще можно сделать. Не нужно стесняться или бояться быть честными: отважьтесь показать и свою «слабую» сторону. Если понимаете, что не можете преодолеть данный «барьер», то обратитесь к специалистам. И это не стыдно, даже, наоборот, становится модным.

## ОДИНОЧЕСТВО КАК РЕСУРС

Теперь мы подошли к важному аспекту: умению быть наедине с самими собой... Как вы считаете, это важный навык? А хотите, чтобы малышу было не скучно или грустно в одиночестве и тишине, а, напротив, он получал от этого удовольствие? Обсудим вместе, как обучить важной привычке.

Мама жалуется: «Ребенок совершенно не хочет и не любит играть в Лего, паззлы и кубики без меня: все быстро надоедает... Не отпускает даже в туалет! И это – в четыре года!» Знакомо?

Так, уже с рождения, в периоды бодрствования, его можно оставлять одного с погремушками, включать мобиль, детские песенки. Начинать

стоит с одной минуты, постепенно увеличивая время. Главное, чтобы ребенок был сыт и в хорошем настроении, не хотел спать: привыкая к этим мгновениям, он станет испытывать радость.

Взрослеющего наследника необходимо знакомить с книгами. В первую очередь, в твердом переплете: удобнее всего держать в руках, а при желании – и погрызть. Не покупайте маленьким детям дорогие или коллекционные издания, которые будете жалеть и не давать потрогать. Приступайте к чтению со стихов и потешек: малыши хорошо воспринимают их на слух! А затем, дав книгу, оставьте наедине: яркие картинки наверняка привлекут внимание. Раз за разом продлевайте данный период.

Если вы с ранних лет предоставляете свободу быть в комнате без взрослых, рассказываете, что у мамы или папы есть домашние и иные дела, которые необходимо выполнять, что вы далеко не уходите, вас всегда можно позвать, то малыш будет расти с пониманием нормы: у родителей есть то, чем они хотят позаниматься без него. И в дальнейшем разлука в детском саду или в деревне у бабушки не станет для него трагедией. Одиночество: всегда ли это грустно и плохо? Это время, когда можно побыть со своими мыслями, фантазиями и мечтами, послушать музыку, почитать журнал, посмотреть фильм. И очень здорово, если вы умеете проводить его не только с пользой, но и с наслаждением, на собственном примере показывая маленькому гражданину правильную модель поведения. ■

Консультирующий психолог  
в сфере детско-родительских отношений  
Екатерина Косова

Тел. +7 (928) 236 36 82


 katerina\_\_kosova



Фото: www.shutterstock.com





# МАЛЕНЬКИЕ ПАССАЖИРЫ – *большая* ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



Ежегодно в нашей стране в авариях погибает около одной тысячи детей, а еще около двадцати тысяч получают травмы, после которых многие становятся инвалидами. Начинает больно щемить сердце, когда понимаешь, что за сухими цифрами статистики – искаленные судьбы. Данные ГИБДД России обращают на себя пристальное внимание общественности и в очередной раз заставляют серьезно задуматься о средствах безопасности, которые уже сейчас в силах применить каждый родитель, чтобы сохранить жизнь и здоровье своего ребенка. И в числе самых основных и передовых – специальные удерживающие кресла и устройства.

Автор: Светлана Тельнова. Фото: автора

## «АВОСЬ, ПРОНЕСЕТ», ИЛИ НЕРАЗУМНАЯ ЭКОНОМИЯ

Согласно обновленным Правилам дорожного движения 2017 г., перевозка детей в машине без соответствующего кресла возможна при достижении ими семилетнего возраста. Ранее это было разрешено, если ребенку исполнилось 12 лет. Теперь есть разделение на две возвратные группы. Транспортировка пассажиров младше семи лет в легковом автомобиле и кабине грузового автомобиля, конструкцией которых предусмотрены ремни безопасности либо ремни безопасности и детская удерживающая система ISOFIX, должна осуществляться с использованием детских удерживающих систем (устройств), соответствующих весу и росту ребенка. Малышей, которым уже есть семь лет, допускается перемещать на заднем сиденье легкового авто с пристегнутым ремнем безопасности. На переднем сиденье легкового автомобиля обязательно применение автокресла до достижения ими 12-летнего возраста. За невыполнение данных требований ПДД на водителя налагается штраф в размере 3000 рублей.

Казалось бы, сумма равна средней рыночной цене на рассматриваемые изделия, однако все равно находятся родители, которые ежедневно надеются: «Авось, пронесет и без них». Этим безответственным поведением они уже ответили своей совестью на во-



По данным УГИБДД ГУ МВД России по Краснодарскому краю, в 2017 г. произошло 709 аварий с детьми. В них 37 человек погибли и 751 - получил ранение. Из 37 погибших детей - 22 были пассажирами.

прос о том, можно ли экономить на благополучии наследников. И таких, «взрослых» только по паспорту, граждан, к сожалению, не мало. Чтобы выяснить, как ситуация с нарушителями обстоит в краевой столице, мы вместе со старшим инспектором по пропаганде БДД УГИБДД ГУ МВД России по Краснодарскому краю капитаном полиции Павлом Окружко отправились в небольшой рейд по детским автокреслам.

### ГЛАВНЫЙ МИФ: МАЛЫШАМ ДО ГОДА НЕ НУЖНО УДЕРЖИВАЮЩЕЕ УСТРОЙСТВО

Водитель белых жигулей, 65-летний Валентин Н., заметно нервничает и даже высказывает недовольство стражу порядку: «Мы с женой везем восьмимесячную внучку к педиатру и не хотим опоздать на прием. Можно уточнить, что я нарушил и по какому поводу вы меня остановили?» На переднем сидении женщина держит на руках малышку. На вопрос полицейского, почему в машине нет автолюльки, мужчина отвечает просто: «Ребенку гораздо удобнее и надежнее ехать под присмотром бабушки». А затем, как бы невзначай, добавляет: «А разве это запрещено?»



Однако незнание закона – не освобождает от ответственности. И в данной ситуации нельзя ограничиться положенным административным наказанием, ведь даже он не гарантирует, что нарушитель не продолжит и впредь играть с законом и судьбой. В ход идут проверенные средства профилактической беседы – веские доводы и аргументы.

– К сожалению, это самое распространенное заблуждение. Приходится объяснять гражданам, что дети до года должны перевозиться не на руках, а только в адаптированных «автолюльках», которые имеют почти полностью горизонтальное положение и предусматривают мягкий вкладыш для новорожденных, – рассказывает Павел Окружко. – А для тех, кто до сих пор сомневается, приобретаю или нет спецустройство, приведу простой пример: если автомобиль ударяется о препятствие со скоростью 50 километров в час, то вес ребенка увеличивается почти в 30 раз. То есть при его массе, например, в пять килограмм в момент столкновения она возрастает до – 150! Родитель не удержит на весу такого «потяжелевшего» отпрыска, который неминуемо ударится о переднее сиденье или полетит в сторону лобового стекла, либо может придавить его собственным телом. Также необходимо помнить, что, если вес отпрыска меньше 13 килограмм, то лучше закрепить кресло спиной к движению. Но когда транспортное средство оснащено подушками безопасности, его разрешено устанавливать на переднее сидение только в случае отключения фронтальных подушек.

Хочется верить, что слова полицейского не остались без внимания нарушителя.

### АВТОЛЕДИ И ДЖЕНТЛЬМЕНЫ КРАСНОДАРА

Однако не может не радовать тот факт, что наравне с теми, для кого, как говорится, закон не писан, на

дорогах Краснодара нам встретилось немало автоледи и джентльменов, которые перевозили детей согласно ПДД.

Так, многодетная мать Лариса К. снабдила салон своей серебристой «Мазды» тремя удерживающими устройствами: «автолюлькой» на переднем сидении для семимесячного сынишки и двумя детскими креслами на задних – для пяти- и четырехлетней дочерей.

– Для меня никогда не стоял вопрос: покупать данные приспособления или нет, – рассказывает Лариса К. – Но прежде чем определиться с конкретной моделью, а их на рынке представлено – множество, мы с супругом изучили литературу, а также Интернет-форумы. И в итоге остановили свой выбор на качественных немецких детских креслах. Они пусть и немного дороже, но зато, когда я отвожу своих девочек в школу, я не волнуюсь за то, что с ними все будет хорошо в дороге.

И хотя законодательная практика применения удерживающих устройств в нашей стране имеет пока всего лишь немногим более десятилетнюю историю, она уже принесла положительные результаты.

По данным Международной организации здравоохранения, использование детских автокресел для перевозки несовершеннолетних граждан позволяет уменьшить смертность среди детей от рождения до 1 года – на 70%, а среди маленьких пассажиров старшего возраста – на 55%.

На этом фоне заявления о том, что приобретение кресла – лишние расходы, не выдерживают критики. Ведь никакая сумма или штраф не сравнится с бедой, которая может постигнуть любого, кто пренебрегает простыми, но эффективными мерами и средствами безопасности в пути. ■



# Ситуация на дорогах

# СИЛЬНЫЙ

## *ответ*

# «ВСЕМОГУЩЕЙ»

# ТАБЛЕТКЕ



Практика врача-реабилитолога Полины Витальевой включает целый спектр известных методик из различных областей традиционных восточной и западной медицины, психофизиологии, а иногда и знахарства. Их объединяет, в первую очередь, принцип «не навреди»: то, о чем сегодня мы, зачастую, забываем в погоне за мгновенным результатом. А правильно подобранные (в соответствии индивидуальными особенностями человека, временем года, геомагнитными возмущениями и т.д.) и воплощенные искренне, с душевным стремлением помочь ближнему, они дают впечатляющий лечебный эффект.



– Профессия врача – это титанический ежедневный труд. Сразу вспоминается мудрое латинское изречение – *per aspera ad astra*. Путь к признанию, как правило, приходится прокладывать через колючие кусты препятствий в виде непонимания, зависти и даже предательства. А сквозь какие, образно выражаясь, тернии пришлось пройти Вам?

– Началось все с самого детства. Помню, как сильно переживала, увидев на улице котенка или собачку с печальными глазами. Дома у нас всегда жили животные, и родители с пониманием относились к тому, что периодически обездоленные четвероногие оставались на ночевку.

Повзрослев, поняла, что всем помочь, к сожалению, не получится, и приняла решение поддерживать слабых. А кто в нашем обществе – самые слабые? Дети, конечно же. С выбором профессии по сердцу сомнений не было – педиатрия.

Уже в годы учебы стала исследовать дополнительные методики массажа, физиотерапии, ЛФК, хатха-йоги, аюрведы. Постепенно сформировалось представление о позвоночнике как о центральном столпе здоровья человека. Поэтому мои приемы во многом направлены на исцеление именно позвоночника, а через него – и всего организма.

После окончания института начала работать участковым педиатром. И сразу же столкнулась с жесткими реалиями муниципальной медицины. Ну как, скажите мне, возможно за отведенные на прием 10 минут раздеть–успокоить–осмотреть–диагностировать–одеть–приласкать трехлетнего малыша? Или, например, приходишь по вызову: у ребенка банальное ОРЗ, температура – 38,5 (самая оптимальная для выработки антител самим организмом). Предлагаешь несколько дней побыть дома, настой шиповника, молоко с медом и специями... а его «любящая» мама чуть ли не кричит в ответ: «Не могу я чай с ним распивать, на работу надо, а в садик с соплями не берут. Выписывайте



Фото: www.shutterstock.com

# *Альтернативная медицина*



таблетки, да посильней, чтобы завтра в садик взяли!» Вот и назначаешь химпрепараты, а у самой слезы на глазах: ведь знаю, что вреда от них в дальнейшем больше, чем сиюминутной выгоды. В общем, около года продержалась в таком конфликте со своей душой, а затем ушла из поликлиники.

Частная практика тоже во многом – не сахар. Но есть в ней важный момент: могу сама определять, сколько времени необходимо уделить пациенту, как его лечить. А новые условия не только повысили требования ко мне как к специалисту, но и предоставили возможности продолжить овладевать новыми техниками.

Конечно, сначала все применяю на себе. Потом на близких: они доверяют, и первые отзывы об эффективности получаю от них. Это важно, чтобы верили, ведь многие средства – специфические.

**– Полина Юрьевна, расскажите, пожалуйста, подробнее.**

– Взять, например, гирудотерапию. Веками люди прибегали к этому способу исцеления. Сегодня на фоне «всемогущей таблетки» его позабыли, да и спонтанное чувство отвращения к пиявке многим сложно преодолеть. Однако она дает отличный эффект не только как прекрасное самостоятельное решение многих проблем, но и в комплексе с массажем, мануальными приемами и джень-цзю – прогреванием полыньными сигарами.

Применяю и еще один из древних приемов оздоровления – Хиджама – локальное кровопускание при застойных явлениях в определенных областях тела. Владею в совершенстве и аутогемотерапией – методом стимуляции иммунитета – известной с начала XX в. и активно применяемой в 1960–70-х гг. Однако сейчас редко используется.

Наряду с традиционными приемами, хорошо зарекомендовал себя и СКЭНАР – электронный прибор, изобретенный в 1980-х гг. Он воздействует слабыми токами непосредственно на биоактивные зоны тела.

А вот «сухая игла» – подход, рожденный на стыке восточной и западной медицины – работает через стимуляцию триггерных точек и активирует неспецифический иммунитет.

**– Вы в совершенстве используете древние и современные средства. Откуда столь неординарный набор знаний?**

– Информация появляется разными путями. Бывает, ищешь и осваиваешь методику направленно, когда обращаются больные со сложными комплексными нарушениями. Или она, что называется, «возникает сама», например, при общении с коллегами-единомышленниками. Но, так или иначе, доводить ее до необходимого уровня приходится через труд, порой долгий, но всегда интересный, творческий, благодатный. В жизни встречались прекрасные люди, ставшие для меня учителями. К великому сожалению, некоторых из них уже нет с нами... Среди них – Николай Павлович Смоликов. Он прошел путь от врача-невропатолога до главного врача клиники и помог мне сформировать мировоззрение о человеке как сложном, интегральном существе, делился секретами мануальной терапии. Андрей Андреевич Толстоносков – вот, действительно, настоящий профессионал, разработавший авторскую методику на базе лечебной физкультуры и массажа для пациентов с поражением опорно-двигательного аппарата. Повезло мне обучаться и у специалиста по мануальной терапии – Залины Зугаевой, владеющей знаниями потомственных знахарей, передающихся в ее семье из поколения в поколение.

Как видите, применяемых принципов много, и свою миссию как целителя вижу в тонком и индивидуальном их сочетании для каждого. Поэтому и стандартной схемы лечения у меня нет даже в двух случаях идентичного диагноза. Придет один больной – почувствую и начну с массажа, а над другим, возможно, сначала и молитву почитаю. Главное, чтобы он ушел с приема в лучшем, более здоровом состоянии. И ему во благо, и мне в радость.

**– Полина Юрьевна, Ваш подход основан на глубоком личностном восприятии. Но одинаково с Вами чувствующего человека, очевидно, найти сложно. Есть ли у Вас последователи?**

– Техническими аспектами, конечно, делюсь с желающими. Более того, всем своим пациентам настоятельно рекомендую осваивать правильный подход к питанию, образу жизни. На этапах реабилитации многих обучаю простым упражнениям, позволяющим поддерживать себя в форме. Радуюсь, когда кто-то идет в этом направлении дальше.

Также есть сложившийся круг общения с соратниками, работающими в области медицинской реабилитации. Многие живут в разных городах и даже странах, но два-три раза в год обязательно встречаемся в рамках курсов повышения квалификации, где и обмениваемся опытом и инновациями.

**– Нашим читателям было бы интересно узнать о правилах максимального раскрытия и использования своего потенциала. Поделитесь, пожалуйста, самыми действенными из них.**

– Каждый человек уникален, и широкой аудитории рекомендации можно давать лишь самые общие, никому не вредящие. Вот лишь некоторые:

- ежедневно поддерживайте важнейшие виды активности в удобной для вас форме: физическую, эмоциональную, интеллектуальную. Гармонично сочетайте их с правильным отдыхом;
- соблюдайте умеренность во всем;
- ограничивайте, вплоть до полного отказа, употребление распространенных в нашей цивилизации ядов, содержащихся в табаке и курительных смесях, алкогольных и энергетических напитках, консервированных продуктах;
- постепенно исключайте из своего рациона так называемые «быстрые» углеводы – сахар, кондитерские и хлебобулочные изделия;
- всегда ешьте пищу теплой, избегайте охлажденной ниже комнатной температуры. При этом в холодные периоды она должна быть более энергоемкой (овощи и фрукты – в тушеном, запеченном или вареном виде); в остальное время года – более легкая, преимущественно растительная;
- будьте осторожны с применением модных методик стремительного «оздоровления» и «закаливания»: большинство из них дают кратковременный результат за счет стрессовой активизации резервных сил организма, но как восполнять их – такие «авторы» умалчивают. Далее наступает значительное ухудшение здоровья, вплоть до эндокринных и онкологических заболеваний, о чем обычно не доводится до общественности;
- постоянно познавайте себя как частицу окружающего мира, преодолевайте собственное невежество;
- и, конечно, любите – уверенно, сильно, долго. Счастья вам и здоровья! ■

Врач-реабилитолог Полина Витальева  
ведет прием по адресу:  
Р. Абхазия, г. Сухум,  
ул. Генерала Дбар, д. 3 («Дом Москвы»)

Предварительная запись по тел.: 7 (940) 991 90 32

Фото: www.shutterstock.com, из личного архива Полины Витальевой





## Sehr geehrte Leser und Leserinnen!

## Дорогие читатели!

**Культура Кубани - это богатейшая сокровищница народной мудрости и вместе с тем постоянно развивающийся живой организм.**

В ее основе лежат вечные ценности - народные традиции, истинный патриотизм, высокая нравственность. Из этих семян выросли и все песни Кубанского казачьего хора.

Уникальность этого коллектива в том, что в его творчестве традиции всегда звучат актуально, они дышат подлинной историей и в то же время обращены в современность, наполнены ее живой энергией. Поэтому на концертах хора

всегда есть молодежь, и многие приходят как раз для того, чтобы прикоснуться к легенде.

Не случайно в нашем крае растет молодежная аудитория театральных постановок, музейных экспозиций, выставок изобразительного искусства. Это результат постоянного поиска новых форм вовлечения публики в культурный процесс.

Только в рамках Всероссийской культурно-образовательной акции «Ночь искусств» проходят десятки таких мероприятий, которые с большим удовольствием посещают тысячи кубанцев всех возрастов. Я сама наблюдала, с каким упоением молодые люди слушали бессмертные стихи Анны Ахматовой и Марины Цветаевой, звучавшие в спектакле «Тайная тетрадь» по произведению молодой краснодарской поэтессы Юлии Бонд.

В сочетании вечного и современного, в гармонии бережно сохраняемых традиций и высоких классических образцов с современными технологиями и формами работы - залог решения одной из важнейших задач современной культуры: воспитания нового поколения достойных граждан нашей великой страны. ■

Министр культуры  
Краснодарского края,  
заслуженный работник культуры Кубани  
Виктория Лапина

**Die Kultur der Kuban-Region ist eine reiche Schatzkammer der Volksweisheit und gleichzeitig ein sich immer weiter entwickelndes Lebewesen.**

Dieser Kultur liegen die ewigen Werte zugrunde: Volkstraditionen, eine echte Vaterlandsliebe und hohe moralische Normen. Diese Samen schenken Leben an alle Lieder des Kuban-Kosakenchors.

Die Einzigartigkeit dieser Künstler besteht darin, dass ihre Auftritte alte Traditionen immer auf moderne Weise widerspiegeln, sie atmen mit Geschichte, sind aber gegenwartsorientiert und mit lebhafter Energie gefüllt. Daher gibt es immer so viele Jugendliche auf Konzerten des Chors und viele von denen kommen gerade deswegen, weil sie die Legende berühren wollen.

Es ist kein Zufall, dass in unserer Region die Anzahl der Jugendlichen, die Theatervorstellungen, Museums- und

Bildkunstaussstellungen besuchen, immer weiter wächst. Dies ergibt sich aus der ständigen Suche nach neuen Wegen, das Publikum in den kulturellen Prozess einzubinden.

Allein im Rahmen der Kunstnacht, eines allrussischen Kultur und Bildungsevents, werden Dutzende von Veranstaltungen regionsweit durchgeführt, die von Tausenden von Menschen aller Altersstufen gerne besucht werden. Ich war selbst ein Zeuge davon, mit welchem großen Vergnügen sich Jugendliche die Gedichte von Anna Achmatowa und Marina Zwetajewa auf einem Schauspiel nach einem Buch der jungen Dichterin aus Krasnodar Julia Bond anhörten.

Das Zusammenbringen des Ewigen und des Modernen, die Anpassung der sorgfältig gepflegten Traditionen und Sitten an moderne Technologien und Kunstformen sichern die Lösung einer der wichtigsten Aufgaben der heutigen Kultur, und zwar Bildung und Erziehung einer neuen Generation würdiger Bürger unseres großen Vaterlandes. ■

Kulturministerin  
der Region Krasnodar,  
verdiente Kulturschaffende von Kuban  
Viktoria Lapina



В канун своего 80-летнего юбилея художественный руководитель и главный дирижер Государственного академического Кубанского казачьего хора, народный артист России и Украины, Республик Адыгея, Абхазия и Карачаево-Черкесия, лауреат Государственной премии Фонда святого всехвального апостола Андрея Первозванного, Герой труда Кубани, профессор, композитор Виктор Гаврилович Захарченко размышляет о пройденном пути, о содержании концептуальных понятий веры, культуры и патриотизма, ярко и самобытно переплетающихся в искусстве народных песни и танца.



Беседу провела Светлана Тельнова. Фото: Дмитрий Качановский

### КАК ЗАКАЛЯЛСЯ СТАЛЬНОЙ ХАРАКТЕР ПОТОМСТВЕННОГО ЧЕРНОМОРСКОГО КАЗАКА

Наш герой, вдохновенно сочетающий в себе как минимум три основополагающие ипостаси – композитора, хормейстера и ученого, родился 22 марта 1938 г. в станице Дядьковской Краснодарского края в казацкой семье.

– В трехлетнем возрасте лишился ушедшего на фронт отца. Мать, несмотря на полученную похоронку, не смирилась с потерей и ждала его

на протяжении всего военного лихолетья, – вспоминает Захарченко. – Не спомнится под грузом тягот и забот о семерых детях (троих из них она похоронила) помог сильный характер, невероятная любовь к жизни. Спасали и песни – могучие, протяжные, лирические или шуточные, которые пели буквально везде: на полевом стане, дома или в гостях... А потому с малых лет уже знал, кем стану, когда вырасту. В пятом классе написал письмо Сталину: «Хочу быть артистом и заниматься музыкой, а у нас в школе нет баяна...» Но тогда детской мечте не суждено было осуществиться: приехавшая с проверкой московская комиссия сняла директора и возвратилась обратно в столицу, так и не забрав с собой учиться. А меня начали дразнить, злорадствуя и дав

# АЗИМУТ

*в народной певческой*

# КУЛЬТУРЫ



*Культура и искусство*



прозвище, сверстники и учителя: «Смотрите, Артист идет!» Под таким психологическим прессингом забросил учебу. Спустя несколько месяцев практически полного затворничества снова вернул меня в школу ее новый руководитель: он поговорил с мамой, пообещал прекратить нападки и приобрести баян. Так, я освоил не только данный инструмент, но и балалайку, гармошку. Кстати, завершив обучение, последнюю из этого списка взял с собой, чтобы попытаться счастье на пробах в музыкальное училище им. Римского-Корсакова, проходивших в Краснодаре. Однако столкнулся с непроходимым консерватизмом членов приемной комиссии: для них было принципиальным знание сольфеджио, а для меня как станичного жителя в ту пору слово было не знакомым... От переполнявшего разочарования хотел спрыгнуть с моста. Но Божественное провидение остановило: окрикнувший в роковую секунду мужчина по стечению обстоятельств оказался преподавателем музыкально-педагогического училища. С его легкой подачи меня приняли, открыли все сложности нотной грамоты. Затем десять лет я был главным хормейстером Государственного академического Сибирского русского народного хора. Продолжил свое образование в аспирантуре института им. Гнесиных, где моим настав-



ником оказался интеллигент в нескольких поколениях Евгений Гиппиус, родственник писательницы Зинаиды Гиппиус. Сложно представить, но в далеком 1974 г., когда на Покрова Пресвятой Богородицы руководство над Кубанским казачьим хором принял Виктор Гаврилович, достояние России, особо ценный объект культуры Краснодарского края находился на грани закрытия: ему на смену должно было прийти модное низкосортное варьете. Но трагического исхода удалось избежать благодаря титаническим усилиям, непобедимой силе духа ярчайшего гения страны. Чтобы передать накопленный опыт и знания, которые собирал буквально по крупицам, в том числе и в Сибири, маэстро сформировал мощную кузницу кадров – систему образования, охватывающую школьное и академическое обучение народной культуре. Десятки выпускников его учреждений – певцы и танцоры – уже стали звездами на эстрадном небосводе и пополнили стройные ряды хора. Захарченко инициировал проведение массовых краевых и всероссийских фольклорных фестивалей, дав великолепный шанс как молодым людям, только начинающим карьеру, так и состоявшимся профессионалам показать все, на что способны. Записи и фонограммы, сделанные во время их

проведения, а также в период регулярных поездок по населенным пунктам Краснодарского края, хранятся в центре традиционной народной культуры, созданном при хоре почти 30 лет назад. Старинные песни и обряды ждут своего часа, чтобы предстать во всей красе, не преданные вечному забвению, а запечатленные на бумажных или аудионосителях: сквозь время и пространство, артефакты со скрупулезной точностью воссоздадут в воображении потомков образ родной земли с душой родниковой...

В честь 70-летия Виктора Гавриловича дому его семьи, сменившему не одного хозяина, после выкупа, передачи в муниципальную собственность и реставрации, присвоен статус музея, а улице, на которой он стоит, – имя земляка, прославившего свою малую Родину. К знаменательной дате был торжественно открыт и обновленный Дом культуры, а также с широким размахом организован фестиваль народного творчества. А значит, связь поколений в родной Дятьковской уже не прервется, а будет только укрепляться через развитие традиционной кубанской культуры – декоративно-прикладного искусства, хорового пения, танца, виртуозной игры на духовых и народных инструментах.

## НЕСТОР, ПОВЕСТВУЮЩИЙ О ЗАГАДОЧНОЙ ДУШЕ РУССКОГО ФОЛЬКЛОРА

Исследователи и почитатели уникального наследия маэстро единодушно отмечают поразительную полифоничность народных образов, чутко и бережно сотканых в живописное панно из песни, слов и движений. Композиционная напряженность туго сбитых планов и объемов неумолимо втягивает зрителя в манящую многомерность творческой интерпретации. С одной стороны, в каждом произведении Захарченко слышится торжественность симфонической музыки таких мэтров, как Прокофьев, Чайковский, Бетховен, Шуберт... С другой, завораживает глубина драгоценных жемчужин русской классической литературы – бессмертных стихотворений Пушкина, Лермонтова, Полонского, Некрасова, Дельвига, Блока, Тютчева, Есенина, Цветаевой, Северянина, Алексея Толстого... Красной нитью пролегает фольклорный способ освоения, искусно используемый Виктором Гавриловичем: в результате получается самостоятельное авторское толкование, но в то же время, уходящее своими корнями в универсум сознания русской нации.

Фото: Дмитрий Кочановский; из архива Государственного академического Кубанского казачьего хора





Захарченко принадлежит к тем мастерам, которые находятся в самой гуще актуальных проблем искусства. От его пронизательного взгляда не укрыется ни щемящая боль, ни глухая надломленность и тоска современника по живительному источнику народного духа. Ему чужды кривые зеркала, в которых уродливыми гримасами отражаются образцы массовой поп-культуры. По сути, он светом своего творчества противостоит разрушительной тенденции «на поток». Деликатно, но уверенно, берется за переложение на музыку остросоциальных стихов Николая Зиновьева, Николая Рубцова, Юрия Кузнецова. Затрагивая наиболее злободневные явления в жизни общества, Виктор Гаврилович обжигает сердца аудитории не всегда удобной правдой.

– Не могу молчать о политическом горе двух кровных «братьев» – России и Украины, жители которых до сих пор не оправились от страшной исторической несправедливости, – подчеркивает Захарченко. – В репертуаре Кубанского казачьего хора особое место отведено песням на стихи Леси Украинки и Тараса Шевченко о трагически фатальном надломе, об увеличивающейся пропасти между нами.

## ТВОРЕЦ, СОЗДАЮЩИЙ НЕЗАБЫВАЕМЫЕ МУЗЫКАЛЬНЫЕ, ПОЭТИЧЕСКИЕ И ИСТОРИЧЕСКИЕ ОБРАЗЫ КАЗАЧЕСТВА РОССИИ

Великий российский ученый Михаил Ломоносов в научном трактате об истории славян с пророческой мудростью подчеркивал: «Народ, не знающий своего прошлого, не имеет будущего». Слова, сказанные почти три столетия назад, не теряют своей актуальности и сегодня. Виктор Гаврилович Захарченко своим подвижническим и созидательным трудом открывает все величие тайны и глубину нравственной силы казачьей культуры.

– Идейным вдохновителем и основателем ансамбля по праву считается духовный наставник, воспитатель черноморцев протоиерей Кирилл Россинский. Под его началом были объединены несколько десятков хористов, – рассказывает о зарождении легендарного певческого коллектива Захарченко. – Их быт и образ жизни отличался скромностью: не в зарабатывании денег видели они цель, а в служении высоким идеалам и истине. И с достоинством пронесли свой крест и миссию, несмотря на суровые обстоятельства.

Началом тягостного изгнания стал 1920 г.: 27 из них, словно повторяя судьбу учеников Христа, разошедшихся по всему свету после Его распятия и чудесного воскрешения, в кровавых событиях раскулачивания и разрушения привычного уклада, храмов и монастырей, иммигрировали в Сербию, как и большинство наших земляков. Лишенные дома кубанские казаки учредили свой штаб, оберегая самое ценное – православие и символы войсковой чести – регалии и знамена.

Виктор Гаврилович не только подвергает анализу ход истории страны как строгую хронологическую последовательность событий, режимов и правителей, но и на собственном примере показывает важность продолжения и активного преобразования традиций, начатых до него выдающимися деятелями искусства. Наш герой с нескрываемым восхищением и гордостью говорит о жизни первого художественного руководителя Кубанского войскового певческого хора – музыканта, композитора и хорового дирижера Григория Митрофановича Концевича, считая себя лишь скромным преемником его богатейшего поэтического и песенного наследия. Уникальны совпадения в ключевых моментах многогранного творческого пути каждого из них.

– Григорий Митрофанович родом из станицы Старонижестеблиевской. Свои музыкальные дарования, проявленные еще в детстве, он развивал в Кубанской учительской семинарии, а затем на регентских курсах при Петербургской капелле, где и приобрел неповторимую вокальную технику, – продолжает Захарченко. – Удивительно умело сочетал педагогическую работу, регентство в войсковом хоре и невероятную страсть в поисках талантливых людей в селах и станицах. Большинство были не

только не грамотны, но и далеки от профессиональной техники исполнения песен. Концевич подолгу занимался с ними, раскрывал секреты мастерства. Лучшие из них впоследствии становились членами певческого коллектива. Но главная его заслуга перед Отечеством заключается в бережном коллекционировании шедевров фольклора, которые дошли в своем неизменном виде до наших дней, заняв почетное место и в репертуаре хора. На нотный стан впервые легли традиционные казачьи и адыгейские песни и наигрыши. Однако Григорий Митрофанович не обошел вниманием и классические произведения Римского-Корсакова, Бортнянского, Чайковского (в частности, неподражаема обработка увертюры «1812 год»).

Жизнь Концевича трагически оборвалась во время массовых и беспощадных сталинских репрессий. Невосполнимая утрата до сих пор отдает горечью... В 70-летнюю годовщину со дня его мученической кончины в знак уважения к блестящему таланту, который не замыкался в рамках какого-то одного направления, а охватывал все ипостаси народного песенного искусства, был посвящен большой концерт.

Стараниями Захарченко официально закреплена связь старейшего профессионального казачьего ансамбля, основанного еще в 1811 г. в Екатеринодаре, с Кубанским казачьим хором.

## «ВОСПРИЯТИЕ ПОДЛИННОГО ИСКУССТВА, КАК И ВСЕГО ПРЕКРАСНОГО И ЧИСТОГО, ПРОИСХОДИТ НА УРОВНЕ СЕРДЦА»

Московская консерватория, Санкт-Петербургская хоровая капелла, Храм Христа Спасителя, Государственный Кремлевский дворец, саммит Большой восьмерки, встречи и мероприятия на высшем государственном уровне, – вот далеко не полный список знаменитых сцен, религиозных, правительственных и деловых площадок, где прозвучали исконно русские мотивы, порой раскрашенные в философски спокойные или,

напротив, неожиданно дерзкие цвета музыкальной палитры и авторского прочтения. Энергетике и харизме свободолюбивой казачьей удали, отчаянной смелости и заразительному веселью покорились члены жюри престижных международных фольклорных фестивалей и восторженная публика на пяти континентах.

– Восприятие подлинного искусства, как и всего прекрасного и чистого, происходит на уровне сердца, а значит, для него не существует культурных и языковых барьеров, – рассуждает Виктор Гаврилович. – Эмоционально насыщенное общение между артистами и зрителями будоражит и пробирает до дрожи, ведь каждое выступление – на пределе чувств, моральных и физических возможностей.

Отсюда искренняя преданность аудитории, неизменные аншлаги с многотысячными залами, где со слезами на глазах, слушают стоя, и часами не отпускают со сцены с просьбами сыграть на бис пронзительную «Ой, шо ж воно тай за ворон», «Распрягайтэ, хлопци, конэй», «Когда мы были на войне», «Любо, братцы, любо», «Калинку», молитву «Вечная память», игривую и заводную колядку «Щедрык-вэдрык»...

Свой 207-й концертный сезон старейший национальный хор России, пережив суровые падения и триумфальные взлеты и отвовав без единого выстрела право быть духовным стержнем и святыней всего русского казачества, встречает с гордой атаманской статью на вороном коне вдохновения и со звонкой песней на устах. ■



Фото: из архива Государственного академического Кубанского казачьего хора





## ПРОЩАЙ, МИЙ КРАЙ, ДЭ Я РОДЫВСЯ

Протяжная казачья песня  
Слова народные. Музыка народная,  
в обработке В. Захарченко

Прощай, мий край, дэ я родывся,  
Дэ пэрву жизнь свою выдав.  
Дэ козаком на, ой, свит явывся,  
Родной Кубани, ой, прысягав.  
Дэ диды, прадида служили  
У пользу русьскому Царю.  
За Русь головы, ой, положили,  
Колы же нужна – отдам свою.  
Настав тяжелый час розлуки,  
Я йду за Родину служить.  
Змогли диды, зумиють внуки  
Живот за веру положить.

## НЕ ОСЕННИЙ ЧАСТЫЙ ДОЖДИЧЕК

Музыка В. Захарченко,  
слова А. Дельвига

Не осенний частый дождичек  
Брызжет, брызжет сквозь туман:  
Слезы горькие льет молодец  
На свой бархатный кафтан.

Припев: Полно, брат молодец!  
Ты ведь не девица:  
Пей, тоска пройдет;  
Гей, гей, гей, гей –  
Пей, тоска пройдет!

«Не тоска, друзья-товарищи,  
Грусть запала глубоко,  
Дни веселия, дни радости  
Отлетели далеко».

Припев...

«И как русский любит родину,  
Так люблю я вспоминать  
Дни веселия, дни радости,  
Как пришлось мне горевать».

Припев...

## ПО ГОРАМ КАРПАТСКИМ

Историческая песня  
донских казаков

По горам Карпатским метелица вьется,  
Лютые морозы зимою трещат.\*  
Проклятый германец на нас наступает,  
На нашу державу, на крест золотой.  
А мой милый черный, черный, чернобровый  
С германцами бьется за веру свою.

Хотели германцы, чтоб наши казаки  
К ихнему престолу служить бы пошли.  
А наши казаки, славные ребята,  
К ихнему престолу служить не пошли.  
Заиграли трубы, трубы-барабаны.  
Отворились двери, и вышел басурман.  
Закипела битва, битва беспощадна,  
Попилась рекою горячая кровь.  
Казак Бога просит, слезно умоляет,  
Чтоб наши головушки в курган не сложить.  
На этом кургане веселые пташки  
Весело играют за веру свою.

\* Каждое двустушие повторяется.

## КОГДА МЫ БЫЛИ НА ВОЙНЕ

музыка и слова народные

Когда мы были на войне,  
Когда мы были на войне,  
Там каждый думал о своей  
Любимой или о жене.

И я бы тоже думать мог,  
И я бы тоже думать мог,  
Когда на трубочку глядел,  
На голубой ее дымок.

Но я не думал ни о чем,  
Но я не думал ни о чем,  
Я только трубочку курил  
С турецким горьким табачком.  
Как ты когда-то мне гала,  
Как ты когда-то мне гала,  
Но сердце девичье свое  
Навек другому отдала.

Я только верной пули жду,  
Я только верной пули жду,  
Что утолит печаль мою  
И пресечет нашу вражду.

Когда мы будем на войне,  
Когда мы будем на войне,  
Навстречу пулям полечу  
На вороном своем коне.

Но только смерть не для меня,  
Да, видно, смерть не для меня,  
И снова конь мой вороной  
Меня выносит из огня.

## ТРАВА МОЯ, ТРАВА

Записана  
в ст. Новорожественской  
Тихорецкого района

Трава моя, трава, трава зеленая,  
Я по той по травке ходила-гуляла.  
Ходила-гуляла да й не нахожуся,  
Кого верно люблю да й не налюблюся.

Люблю я деву, деву молодую.  
Ох, дева молодая, душа мое сердце.  
По двору ходила, коника водила,  
Коня вороного милого своего.  
– Что же ты, мой милый, недавно приехал,  
Недавно приехал, опять уезжаешь?  
Заночуй, мой милый, ноченьку со мною.  
– Ну что ж, заночую, сбуди меня рано.  
Сбуди меня рано, чтоб не рассветало,  
Чтоб те трубачи в трубы не играли,  
Чтоб те казаки коней не седлали.  
Трава моя, трава, играю зеленая,  
Я по той травке ходила-гуляла.

## ОЙ СТОГА, СТОГА

Музыка В. Захарченко,  
слова графа А. Толстого

Ой стога, стога,  
На лугу широком!  
Вас не перечеть,  
Не окинуть оком!  
Ой стога, стога,  
В зеленом болоте,  
Стоя на часах,  
Что вы бережете?

«Добрый человек,  
Были мы цветами,  
Покосили нас  
Острыми косами.  
Раскидали нас  
Посредине луга,  
Раскидали врозь,  
Дале друг от друга».

От лихих гостей  
Нам нет обороны,  
На глазах у нас  
Черные вороны.  
На глазах у нас,  
Затмевая звезды,  
Галок стая вьет  
Поганые гнезда.

Ой орел, орел,  
Наш отец далекий,  
Опустился к нам,  
Грозный, светлокий!  
Ой орел, орел,  
Внемли нашим стонам!  
Доле нас срамить  
Не давай воронам!

Накажи скорей  
Их высокомерье,  
С неба в них ударь,  
Чтоб летели перья.  
Чтоб летели врозь,  
Чтоб в степи широкой  
Ветер их разнес  
Далеко, далеко!»



Фото: Дмитрий Качановский

## РОСПРЯГАЙТЭ, ХЛОПЦИ, КОНЭЙ

Строевая казачья песня,  
записанная  
в ст. Дядьковской

Распрягайтэ, хлопци, конэй  
Та й лягайтэ спочивать,  
А я пиду в сад зэлэный,  
В сад крыныченьку копать

Припев:  
Маруся, раз, два, три, калына,  
Чорная дивчина  
В саду ягоды рвала.

Копав, копав крыныченьку  
У зэлэном у саду.  
Чи нэ выйдэ дивчинонька  
Рано-вранци по воду?

Припев:  
Выйшла, вышла дивчинонька  
Рано-вранци воду брать,  
А за нэю козаченько  
Вздэ коня напувать.

Припев:  
Просыв, просыв видэрэчко –  
Вона його нэ дала,  
Дарыв, дарыв з рук колэчко –  
Вона його нэ взяла.

Припев...

Знаю, знаю, дивчинонька,  
Чим я тэбэ огорчив,  
Що я вчора из вчора  
Краще тэбэ полюбив.

Припев...  
Вона ростом нэвэлычка,  
Щей годамы молода.  
Руса коса до пояса,  
В коси лента голуба  
Припев...

## ЛЮБО, БРАТЦЫ, ЛЮБО

Народная песня линейных казаков

Как на быстрый Терек, на высокий берег  
Вывели казаки сотни тысяч лошадей,  
И устлал берег, и устлал Терек  
Сотнями порубанных, пострелянных людей.

Припев:  
Любо, братцы, любо, любо, братцы, жить,  
С нашим атаманом не приходится тужить.  
Любо, братцы, любо, любо, братцы, жить,  
С нашим атаманом не приходится тужить.

А первая пуля, а первая пуля,  
А первая пуля в ногу ранила коня.  
А вторая пуля, а вторая пуля,  
А вторая пуля-дура ранила меня.  
Припев...

А жена узнает, немного погорюет,  
Выйдет за другого, позабудет про меня.  
Жалко только волю, что во чистом поле,  
Мать мою старушку да буланого коня.  
Припев...

## НЕ ДЛЯ МЕНЯ ПРИДЕТ ВЕСНА

Казачий романс

Не для меня придет весна,  
Не для меня Дон разольется.  
И сердце девичье забьется  
С восторгом чувств не для меня.

Не для меня сады цветут,  
В долине рощи расцветают.  
Там соловей весну встречает,  
Он будет петь не для меня.

Не для меня придет Пасха,  
За стол родня вся соберется.  
«Христос воскрес» из уст польется  
В пасхальный день не для меня.

А для меня кусок свинца.  
Он в тело белое вопьется,  
И слезы горькие прольются...  
Такая жизнь, брат, ждет меня.



Фото: Дмитрий Майстренко

# «ЦВЕТЫ ЗЛА»

*Бездуховности*

## НЕ РАСТУТ В ДУШЕ ВЕРУЮЩЕГО

**Иногда все, что происходит с нами, мы принимаем как должное: работа, деньги, семья, дети. Но когда случается плохое, как правило, думаем: «За что мне это?» и «Кто в этом виноват?» Если вокруг нас не находятся «провинившиеся» люди, то начинаются внутренние рассуждения: «Почему Бог наказал меня? Вследствие чего Он послал именно эти испытания, дал такой тяжелый крест?» И на данные вопросы человек «околоверующий» никогда не отыщет ответа. Он твердо убежден: «Если не убиваю, не краду и не делаю того, за что меня могут посадить в тюрьму, то все отлично: я примерный гражданин».**

Распространенное мнение ошибочно, иллюзорно и вводит в заблуждение. Невозможно одновременно являться сознательной личностью и не быть православным христианином. Как можно утверждать, что искренне и всем сердцем веришь в Бога, если позволяешь себе двойные стандарты: нарушать правила дорожного движения, вовремя не оплачивать квитанции за услуги ЖКХ, не уступать пожилым людям, беременным или женщинам с детьми... Разве это образец поведения православного? Нет. Только атеиста и эгоиста, которые живут для себя и требуют от других, чтобы те действовали исключительно в их интересах. Они верят не в Создателя, а только в убеждение, что им все и всегда должны. Водитель, который выехал на встречную полосу, считает, что лучше других или даже — единственный, кто опаздывает на работу. К сожалению, становится нормой, когда женщина в положении в поликлинике стоит в очереди, а все сидят. Зато, например, пожилая «леди» в аналогичной ситуации будет громко и осуждающе говорить, какие все плохие: не предоставили ей место.

У религиозного человека никогда не возникнет дилеммы: уступить или остаться равнодушным, помочь или пройти мимо. Он, напротив, стремится проявить высшие духовные качества. И хочет показать, что его вера во Христа истинная: не на словах, не в книге, а на деле. Каждые мысли и поступки он связывает не с выгодой для себя, а посвящает Господу, показывая на личном примере Его величие и любовь, которая может распространяться на всех. И благодарит Его за то, что посылается в этой жизни: скорби, болезни, сложные обстоятельства даются для спасения души.

### МАЛЕНЬКАЯ ИСТОРИЯ БОЛЬШОЙ НАДЕЖДЫ

Бог свел меня с женщиной, история семьи которой вызывает уважение. У ее дочери после развода с супругом на руках остался ребенок-инвалид. Не нам судить такого «отца», но, согласно Писанию, мужчина, разорвавший



Фото: Дмитрий Майстренко



брачные узы и оставивший больного наследника – плоть от плоти своей, за грех будет отвечать по всей строгости на Страшном Суде: «Если же кто о своих и особенно о домашних не печется, тот отрекся от веры и хуже неверного» (1 Тимофею 5:8).

Вслед за предательством и трусостью мужа последовал очередной психологический удар. Врачи поставили диагноз, который звучал как приговор: «Неоперабельная опухоль головного мозга. Долго малыш не проживет...» Как вы думаете, что чувствовала в тот день мать, какие тягостные эмоции ее переполняли? Не многим дано это понять... Но когда человек проходит подобные испытания, его кругозор расширяется и мысли становятся глобальнее. Он ищет путь, благодаря которому сможет решить проблему, и убежден, что именно этого от него и хочет Бог. Сильная духом женщина не впала в отчаяние, а приняла решение взять под опеку ребенка из детского дома, ни секунды не сомневаясь, что пока она делает добро, ее первенец будет жить. И вот уже 15 лет мальчик, благодаря вере своей мамы, здоров и счастлив.

Сейчас у нее на попечительстве девять ребятишек-отказников: кто-то из них болен, а кого-то бросили «родители». Все вместе ютятся в небольшой квартире. Но, как говорится, в тесноте да не в обиде. По крайней мере, накормлены, есть крыша над головой и... мать. Может быть, кто-то возразит: «Зачем брать на себя так много обязанностей и обязательств, тем более, перед детьми, которым поставили неутешительный диагноз?» Но Господь, видя ее смирение, труды и терпение, посылает помощь разными путями. Так, многие частные учреждения берут шефство над многодетными семьями, снабжая, по мере необходимости, денежными средствами, вещами или продуктами.

Однажды к нашей героине домой пришла девушка из подобного фонда и принесла хлеба. В разговоре она поделилась, что ей как приезжей затруднительно устроиться на нормальную работу и снять жилье. Растроганная до слез хозяйка предложила после ужина остаться на ночь, на что незнакомка согласилась, а на утро ушла. Через некоторое время выяснилось, что в тот вечер их посетила фотомодель, участвующая в телепроекте, по правилам которого не могла рассказать, кто она на самом деле. А после финала программы подарила гостеприимным домочадцам два млн рублей и пригласила на отдых в Египет. Христос завещал нам: «Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас; возьмите иго Мое на себя и научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем, и найдете покой душам вашим; ибо иго Мое благо, и бремя Мое легко» (Мф. 11:28–30).

### ПРАВЕДНОСТЬ БЕРЕТ НАЧАЛО В СЕМЬЕ

Однако ростки щедрости, нежности, преданности, сострадания и милосердия всходят лишь на благодатной почве. Согревает лучом надежды тот факт, что в современной России растет количество супружеских пар, над которыми совершается таинство Венчания, не исключение и наш регион. Это значимый показатель постепенного духовного возрождения.

С вступлением в брак люди всегда связывают светлые ожидания на преобразование своей жизни. Очень важно, чтобы молодожены не перекладывали всю ответственность за личное счастье исключительно на религиозный обряд, но и осознавали в полной мере свои обязательства перед друг другом. Традиции православной семей-

ной жизни, в которой все ее члены воцерковлены, могут и должны стать фундаментом крепкой ячейки общества. Великий Божий промысел находит воплощение через людские дела и поступки, носящие печать истинной мудрости. В х. Копанском г. Краснодара при храме Покрова Пресвятой Богородицы планируется создать духовно-просветительский центр в честь святых благоверных князя Петра и княгини Февронии, чья земная судьба является символом супружеской любви и верности. Сложно переоценить тот вклад, который священнослужители, прихожане и специалисты различных профессий вносят в организацию социальной сферы. Их будущий совместный труд пойдет на консолидацию всех слоев социума. Исходя из этого, разработан план мероприятий, состоящий из следующих разделов. Ознакомиться с ними будет полезно каждому.

1. Огласительные беседы со всеми желающими пройти таинство Крещения или Венчания: только в откровенном разговоре открываются глубины замысла Создателя, и данный шаг уже перестает быть для многих просто данью моде.

2. Регулярные групповые занятия по темам: «Основы православной культуры. Православный брак как часть православной культуры», «Роль мужчины, роль женщины в православном браке», «Православная семья и общество», «Воспитание детей в православной семье», «Любовь и Верность навсегда: опыт земной жизни святых благоверных князя Петра и княгини Февронии», «Вопросы к родителям, желающим крестить чадо, или мой младенец – православный»; «Многодетная семья: крест и награда».

3. Психологическое обучение с православными психологами: «Ответственность за выбор: этапы развития семьи», «Психологические вопросы материнства, отцовства», «Беременность и роды: нас скоро станет больше, или

кого Бог пошлет?», «Первый год жизни: любовь и доверие на всю жизнь», «Мама, папа, я: вопросы перехода к триадным отношениям», «Психологические этапы развития семьи: кризис отношений как симптом роста и развития», «Особенности возрастной психологии: что стар, что млад».

4. Юридическая консультативная служба по вопросам защиты материнства и детства. Возможны поддержка и сопровождение усыновления.

5. Студия духовно-эстетического развития детей и их родителей «Светлячок». Секции для возрастной группы от рождения до шести лет: развитие мелкой моторики и речи; рисование; основы православного пения, воспитания и этики; математика; языки; логика и др. Уроки пройдут под руководством педагогов, педагогов-психологов, логопедов, приглашенных специалистов.

6. Церковно-приходская школа (занятия по утвержденному плану по воскресеньям после литургии).

7. Курс катехизации для взрослых.

8. Формирование и деятельность инициативной группы добровольцев из числа прихожан «Семейный совет» по поддержке молодых, многодетных, не полных семей, семей с приемными детьми.

*Конечно, простой обыватель может и не придать особого смысла написанному и, что называется, отвернувшись, в сомнениях пройти мимо, но люди верующие обязательно используют центр в качестве пространства для создания новых идей, их обсуждения, сплочения вокруг династических ценностей православия. ■*

Настоятель храма Покрова Пресвятой Богородицы иерей Иоанн Мельник

# ВЫРАЗИТЕЛЬНОЕ пространство ГОБЕЛЕНА

## Культура



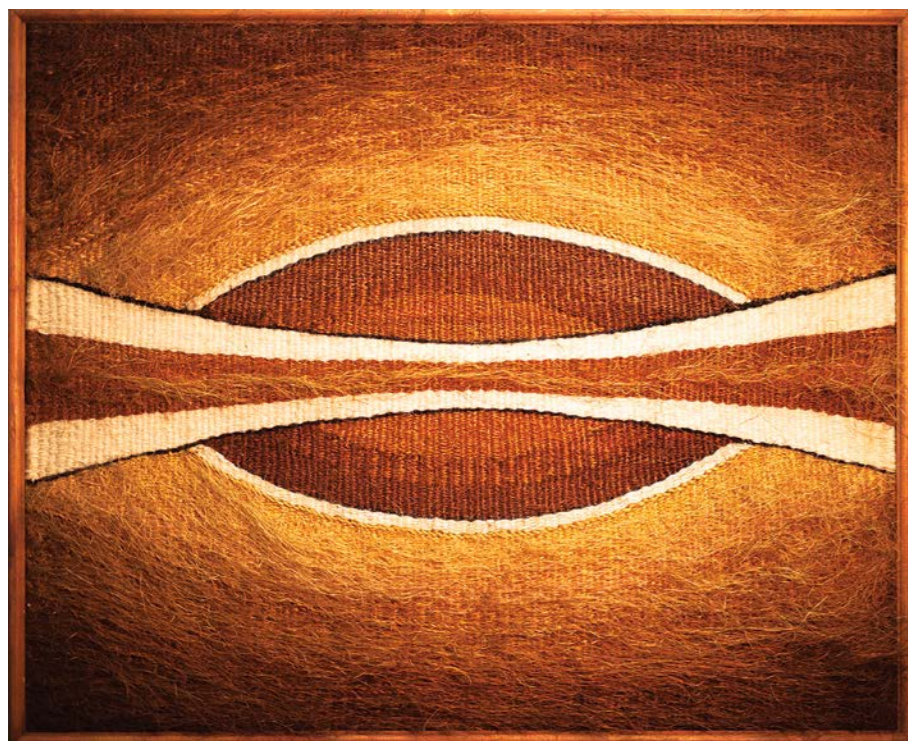
Текст: Светлана Тельнова. Фото: Дмитрий Кочановский

Один из важнейших эволюционных этапов в развитии современного гобелена произошел в конце 60-х гг. XX в., когда совершился стремительный скачок от строгого советского подхода к свободному и динамичному искусству монументального панно. Пространственное мышление художников вырвалось, словно птица из клетки, в поисках новых путей к гармоничному соединению декоративно-монументальных и пластических искусств через сложную и самобытную экспрессию цвета, фактуры и форм. Романтика наших дней с поразительной точностью передается в технически выверенных приемах, взятых, в том числе, из архитектуры, и умело перенесенных на полотно.

Автор, действуя в соответствии со своим темпераментом и дарованиями, каждый раз проходит экзамен на подлинную способность к личностному переустройству материальной среды, при этом сохраняя и приумножая творческое наследие и опыт поколений мастеров, вдохновенно трудившихся над гобеленом десятилетия и даже столетия назад.

Член Союза художников России Лариса Зубкова преданно служит однажды выбранному призванию. Окончив Московское художественное промышленное училище, она приезжает в столицу Кубани и трудится в Краснодарском художественном комбинате. В своей мастерской делает много проектов для общественных интерьеров в различных техниках: цветной витраж, резьба по гипсу и дереву (ее работа «Казак и казачка» до сих пор украшает зал ресторана «Краснодар»), батик, ручные росписи для задников и занавесей (бывший Дом культуры ХБК, ВДЦ «Орленок» (г. Туапсе) – размером 12х6 м и т.д.). Дерзко и ярко она, находясь на передовой актуальных задач, стоящих перед социумом и творцами различных жанров и направлений, исследует и отбирает лучшие образы и средства пластической интерпретации. Диапазон ее поисков, ограниченный только фантазией, включает монументальное искусство, скульптуру, живопись... Но на первом месте всегда был и остается – текстиль. Грაციоз-

## и искусство



ное изящество и податливость легкой нити или волокна, удивительная способность к самым смелым и неповторимым комбинациям переплетений и фактур – вот та специфика, за которую Лариса Михайловна страстно и буквально с первого взгляда влюбилась в гобелены, посетив в молодости славившуюся художниками по ткани Прибалтику. Под энергичным напором ее неистощимой выдумки и созидательного труда объединяются цвет и пластика, рождая в чутком порыве напряженное и выразительное композиционное пространство. Проектируя объемную и плоскостную визуальную и тактильную реальность, Л. Зубкова лаконично играет с внешними и внутренними планами, уровнями и принципами пластики и архитектуры с учетом последних тенденций. Подтверждением редчайшей авторской интуиции служат созданные ею монументально-величественные панно: «Кубанская Нива», «Цветы Кубани», «Море», «Орнаментальный гобелен». Их по достоинству оценили члены жюри как на престижных краевых и российских специализированных выставках, так и на международных – в Германии, Канаде, США, Кубе. Многие гобелены созданы для общественных интерьеров (г. Москва), ВДЦ «Орленок» (г. Туапсе), базы отдыха «Энергетик» (г. Туапсе) и «Прибой» (Р. Крым), АО «Русь» (г. Сочи), санаторий «Горячий Ключ») и находятся в частных коллекциях разных стран, а также приобретены Российским музеем декоративно-прикладного и народного искусства.

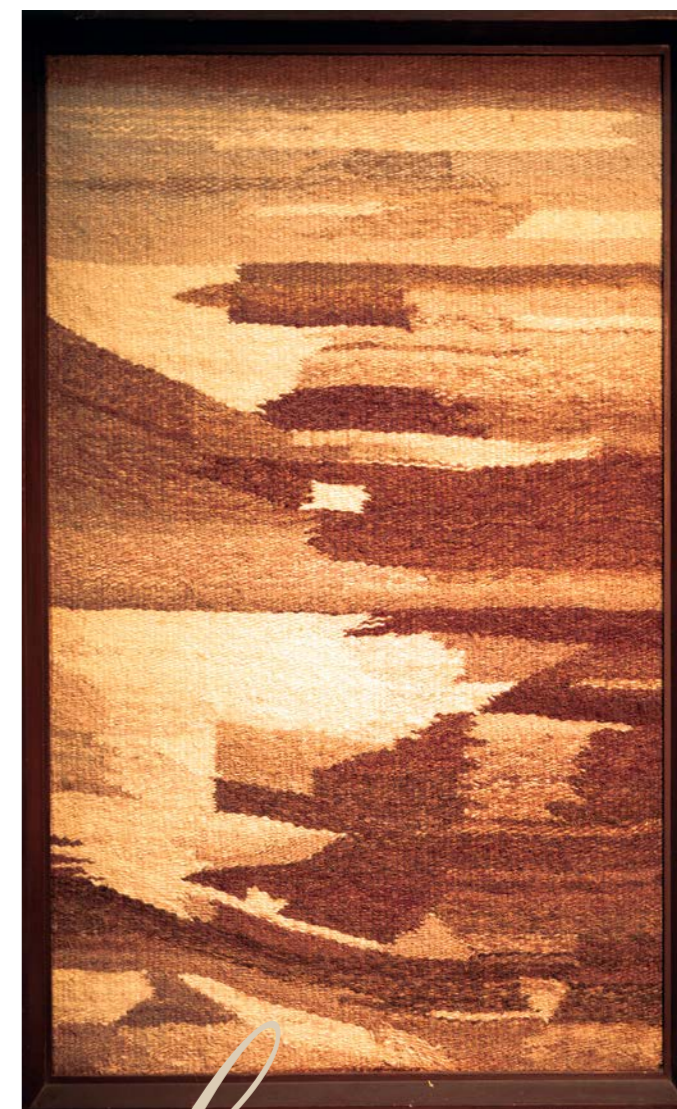
В ее произведениях две микросреды – реальная и вымышленная (замкнутая в узких границах самого полотна гобелена) – идеально сопрягаются

фото: Дмитрий Кочановский

и соотносятся с пропорциями и масштабом интерьерного пространства, не теряя романтической привлекательности и иллюзорности вымысла. Они являются своеобразным автографом, органично иллюстрирующим захватывающее и откровенное творческое начало Л. Зубковой, которому не дано потеряться в архитектуре даже значительного по площади строения или помещения. Она безошибочно подчеркивает природу архитектоники, опираясь на ткаческое и живописное ядро.

Всматриваясь в трехмерность овалов и кругов «Орнаментального гобелена», мы погружаемся в таинственное царство чарующих переплетений, оттенков и фактур. На наших глазах разыгрывается сцена стремительного, но воображаемого прорыва за пределы полотна с помощью пластических и физических качеств: плоскостных перепадов рельефа, линий, цвета и света. Вручную создавая текстильное панно, Ларисе Михайловне под силу пробудить в краске вполне осязаемую материальность, а в пластике – тончайшие цветовые нюансы.

В гобеленах «Цветы Кубани», «Орнаментальном гобелене» выстраивается ассоциативная переключка с лаконичными и сдержанными оттенками строительных материалов – песка, камня, металла. Не выходящая из моды натуральная гамма комбинируется в многоступенчатом контрасте: противопоставлении или, напротив, слиянии фона и отдельных деталей. Зато в гобелене «Море» пропорции и колорит провоцируют необузданный темперамент стихии «выходить» из берегов. И везде Л. Зубкова изобретает новаторские техники





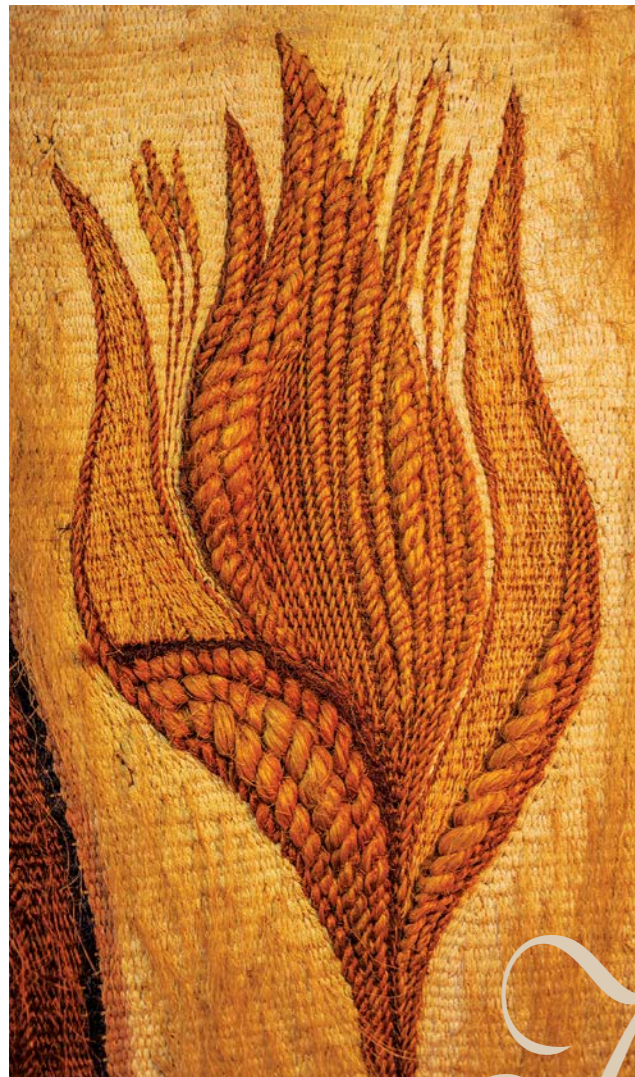
ткацкого переплетения, в которых нить передает объему осязательность и полифоничность за счет анилиновой синтетики и сизаля, шерстяной пряжи и волокон искусственного происхождения, медной проволоки.

В фокусе внимания – всегда интерес к человеку, активно и целенаправленно расширяющему границы привычных представлений о мире в целом и окружающей его действительности в частности. Leitмотивом ее панно

Фото: Дмитрий Кочановский

красной нитью проходят истинно гуманистические идеалы и принципы. Отсюда восхищающая зрителя глубина, сменяющаяся мажорной легкостью и свежестью, а также монументальной торжественностью. Каждое произведение как признание победы Личности, триумф ее чувств, эмоций и разума. Патетически прекрасна даже философская грусть, ностальгия и высокая тоска композиций, в которых не может не прослеживаться и статическая гамма драматических переживаний...

Лариса Михайловна является одновременно автором художественной идеи и исполнителем своего замысла от начала и до конца. Она делает уникальные гобелены для современных квартир и домов с учетом всех параметров, поэтому они колористически вписываются в интерьер, подходят под мебель и другие элементы дизайна. Это изысканные штрихи, способные придать любому пространству роскошный вид, сделать уютнее, превратить даже самую скромную по площади комнату в достойный дворца уголок. ■



# Культура и искусство



Фото: Николай Хорьков

ВАЛЕНТИН НЕГРЕЦКУЛОВ

# Обратное



Разбужу тебя утром ранним,  
Поцелую иконку в углу,  
Помолюсь перед ликом страданий  
За влюбленную душу твою...

Принесу подвенечное платье,  
И кольцо для любимой руки,  
Ты, храни ее, милый избранник,  
И очей ее свет сбереги...

Буду долго держать корону,  
Над чужою, любимой женой,  
И просить у всеблагото Бога  
Одарить мою страсть тишиной.

А когда прикоснетесь губами  
В поцелуе средь божьих стен,  
Не гляди на меня с виною,  
Только счастье пошло взамен.

Вспомню снег на помятом конверте,  
Как носил твои чувства ему,  
Почтальон для любимого сердца  
Если большего я не могу...

Как щемили в груди те строки,  
Ах, зачем ты читала их мне...  
Как текли твои юные слезы,  
По моей обнаженной душе.

Принесу вам венчалные свечи,  
Лепестками усыплю постель,  
И пойду по знакомой дороге  
Где, все так же качается ель.

Посижу с поседевшей березкой,  
Крест нательный к губам прижму,  
Помолюсь перед ликом страданий  
За влюбленную душу твою...



Я с прежней кротостью оглядываю мир,  
Хоть и устал от мысленных скитаний...  
Для оправданий миг не наступил –  
Мы все бредем по тропам обещаний.

И как в глазах мне честность отыскать?  
Как не узреть бесчестного обмана?  
У великанов крупные глаза,  
Но и с низов глядят на великана!..

И видно мне, нам каждому – свое –  
У всех своя душевная забота...  
Что у страны не просто тошнота –  
По всей стране одна сплошная рвота!

Но кто-то скажет – это, как укол –  
Сперва болит, но есть оздоровленье.  
Скажите лучше смертности процент?  
Нам пережить подобное леченье?!

Нам главный врач так сладостно шептал...  
Ах, сколько их у нас уже сменилось...  
И каждый что-то новое ваял,  
Пока палата с болью не смирилась.

И, может быть, не мне о том судить,  
Какой рецепт выписывать на счастье.  
Но в той стране, где нам досталось жить,  
Дано избрать врачебное начальство?..

И среди всех межкоечных бесед,  
В нестиранном, разодранном халате,  
Я ясно видел – умирал сосед,  
Когда наш врач сползая по палате...

И мы всем хором этому врачу:  
«Взгляни же, доктор, – парень помирает!»  
А он в ответ: «Подумаешь – один...  
Зато другой прекрасно выживает...»



Спи, красавица, нежнее,  
Засыпай милей,  
Спи, любимая, чудесно  
В окрике ночей.

Пусть волнующие мысли  
Каплей утекут,  
Спи, мечта моя, прелестней,  
Когда все заснует.

Я увижу лунный отблеск  
На твоей щеке,  
И глаза твои улыбкой  
Подмигнут звездам.

Только пусть не тронет горе  
Этот райский сон,  
Спи, мой ангел, а все злое  
Бог прогонит вон...



Мне бы только согреться,  
Чтобы боль улеглась,  
Чтобы чувствам раздеться,  
Никого не стыдясь.

Чтобы лунная кожа  
Не казалась больной,  
Чтобы сердце смерилось  
Все делить с тишиной.

Мне бы только согреться  
И немного поспать,  
Чтобы лунные руки  
Не качали кровать.

Чтобы мир не казался  
Безнадежно больным,  
Чтобы друг оставался  
Навсегда молодым.

Чтобы жизнь не скрипела,  
Как полы над душой,  
Чтобы смертное тело  
Не пускалось в запой.

Мне бы только согреться,  
Да коснуться креста,  
Чтобы тихо молиться,  
За родного отца.

Чтобы ночь не казалась  
Бесконечно родной,  
Чтобы память устала  
Наслаждаться тобой.

Чтобы плакали строчки,  
Как живая печаль,  
Словно кровь проливалась  
На бумажную даль.

Мне бы только согреться,  
Мне бы только идти,  
Меж заснеженных веток  
По дорожной груди.

Никого не смущаясь  
Ничего не боясь,  
Мне бы только согреться,  
Чтобы боль улеглась...



Когда-нибудь приду на край земли,  
Там, где шумят колосья полевые  
И к озеру спускаются лучи,  
Сбежавшие от солнца, как живые...

Там будет маленький, смиренный уголок,  
Церквушка старая, в пыли иконы светят...  
И в первый раз, пронзая тишину,  
Я закричу, а люди не заметят.

Там встречу милую, прижмусь к ее груди,  
И сердце вдруг забьется чуть потише,  
И вдалеке увижу, как теплом  
Прижались аисты к птенцам на старой крыше...

Возьмусь за руку, прикоснусь душой,  
И дождь, как купидон, любовью жизнь простудит  
И здесь никто... никто и никогда  
Печаль мою глазами не осудит...



Я перестал тебя бояться,  
Моя назначенная смерть,  
Я перестану оступаться,  
Приняв с тобой земную твердь.

Все исчезает. Непрестанно.  
Уходят годы за черту...  
И счастлив тот, кто благодарно  
Хранит далекую мечту.

Кто жил и чувствовал спонтанно,  
Кто Савла в Павла обратил,  
Кто в мире адских разрушений  
Кого-то помнил и любил.

Кто возвращался и не видел  
Ни дом. Ни улицу. Ни крест.  
Где среди тысяч бомб падений  
Уж не узнать знакомых мест.

Где, возвращаясь – проклинаясь,  
Все, что возврату не дано...  
Где, память сердце не протащит  
В свое заветное окно. ■

**6 февраля**  
ДК ЖД

# ЛЮБОВЬ ПО- СОВЕТСКИ



П  
ПЕРФОМАНС  
ТЕАТРАЛЬНАЯ КОМПАНИЯ

А.Якин  
Ю.Сулес  
С.Степин  
Д.Белоцерковский  
Н.Скоморохова  
Н.Балякина



заказ билетов : 8 938 52 161 21

KEBAS  
HOUSE

ТЕАТРАЛЬНО-  
КОНЦЕРТНАЯ  
КАССА

241-13-11

СТК

СОЮЗ  
ТЕАТРАЛЬНЫХ  
КОМПАНИЙ

Е

8-861-203-47-87 KASSIR.RU

РЕКЛАМА

БИЛЕТЫ  KASSIR.RU

**11** МАРТА 19:00

**ДКЖД**

# СУПЕР ХИТЫ 80-х



the best hits

## BONEY M.

6+

Живой  
Звук



## Dschinghis Khan

ТЕАТРАЛЬНО-  
КОНЦЕРТНАЯ  
КАССА  
241-13-11



**214-80-23**

ДОСТАВКА  
БИЛЕТОВ:

**8-928-422-73-89**

РЕКЛАМА



# «МОЯ ЗАДАЧА – СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДЛЯ БОЛЬШИХ ДОСТИЖЕНИЙ»

Программное интервью генерального менеджера ПБК «Локомотив-Кубань» Алексея Саврасенко



Алексей Дмитриевич по праву является одной из ярчайших звезд отечественного баскетбола – заслуженный мастер спорта России, трехкратный чемпион Евролиги, обладатель Еврокубка, шестикратный чемпион России и двукратный чемпион Греции, обладатель Кубка Греции. В интервью прославленный спортсмен, выигравший чемпионат Европы 2007 г., делится планами по формированию современной системы подготовки кадров и конкурентной среды, а также стратегией возвращения российского баскетбола на вершину пьедестала почета.



– Алексей Дмитриевич, какие задачи считаете для себя первоочередными?

– Я горжусь тем, что могу реализовать свой потенциал, передать накопленный опыт и знания подрастающему поколению, служить на благо родного Краснодара. За полтора года сформировал полное представление о том, как устроен клуб и чем он «живет». Это помогает в решении ряда управленческих задач. В частности, в отборе претендентов

на попадание в основной и молодежный составы, в организации качественной и бесперебойной работы тренерского штаба. Также принимаю участие в трансферной политике клуба.

Нельзя забывать и о таком ответственном направлении деятельности, как поддержка молодежных и юношеских команд. Уже в ближайшем будущем они станут достойными преемниками традиций клуба. Молодые игроки и тренеры, которые пополнят



Спорт



коллектив после открытия баскетбольного центра, должны чувствовать себя комфортно на новом месте. Моя задача – создание условий для больших достижений.

– Как происходит формирование резерва кадров и игроков?

– Нам есть, чем гордиться. В 10 школах Краснодара в рамках проекта «Локостарт» на постоянной основе действуют баскетбольные секции. Ребята с первого по четвертый классы пробуют себя в спорте под наблюдением профессиональных тренеров. При этом общеобразовательные учреждения получают необходимый для занятий инвентарь.

Руководство «Локомотива-Кубань» поощряет талантливых тренеров, показывающих положительные результаты. Если команда под их началом выигрывает матчи, а ее участники становятся заметны не только на краевом уровне, но и российском, приглашаются в сборную страны, то это уже – заявка на успех. Таких преданных делу людей мы будем мотивировать двигаться только вперед.

Также сейчас решается вопрос о создании кафедры баскетбола на факультете физической культуры и спорта КГУФКСТ. Ее научные дисциплины и методы обучения будут соответствовать мировым стандартам.

– Пару лет назад клуб инициировал строительство баскетбольной академии и современного тренировочного центра. Расскажите, пожалуйста, подробнее.

– Начну с центра. Мы надеемся, что тренировочный центр послужит спортивной кузницей для будущей команды Суперлиги. Ее появление станет трамплином для молодежных команд, стремящихся попасть в команду Единой Лиги ВТБ. Она будет отвечать всем современным требованиям: два тренировочных зала с бросковыми зонами, мини-гостиница на 60–80 мест, кафе-столовая. Но главное удобство заключается в его расположении, в поселке Колосистом: ребята, проживающие в интернате, будут в разы быстрее добираться на тренировки. Кроме того, автоматически снизится нагрузка на залы «Баскет-Холла», в которых все наши команды не всегда помеща-

Фото: из личного архива Алексея Саврасенко



ются. Центр также станет отличной площадкой для проведения соревнований, в том числе финальных стадий детско-юношеских чемпионатов России.

– Академия – более масштабный проект?

– Это уже совсем другой объект. Планируется, что он займет довольно обширную территорию в районе пересечения улиц Дзержинского и Западный обход. Около 700 ребят всех возрастов смогут проходить в нем обучение по новейшим спортивно-образовательным методикам. В центре также будет расположен мини-отель, спа-комплекс, бассейн, зоны для тренировок и восстановления.

– Какими ещё социальными проектами занимается клуб?

– 12 лет назад прошел первый турнир «Локобаскет – Школьная лига». За 11 игровых сезонов турнир стал масштабным федеральным проектом, внесенным в Единый календарный план Министерства спорта и Министерства образования РФ. Сегодня в «Школьной лиге» участвуют более 180 тысяч школьников из 18 регионов России. Приятно видеть, что столько детей, так или иначе, связывают свою жизнь с лучшей игрой с мячом.

Клуб также активно участвует в благотворительном проекте One Team, организованным Евролигой. В прошлом году мы работали с группой слабовидящих детей. Чирлидеры «Локомотива-Кубань» обучали ребят танцам, один из которых они представили на паркете «Баскет-Холла» в перерыве одного из домашних матчей команды.

Еще мы сотрудничаем с фондом «Анастасия». Совсем недавно провели благотворительный баскетбольный турнир «Игра для жизни». В нем приняли



участие ветераны «Локо», представители администрации края, бизнесмены и культурные деятели. Игроки и тренеры нашей команды также посетили мероприятие, встретились с болельщиками. Главный тренер Саша Обрадович даже приобрел одно из баскетбольных джерси на благотворительном аукционе. Средства, собранные в тот день были направлены на лечение маленького мальчика Ильи, который продолжает бороться с онкологическим заболеванием.

Я также принимаю участие в благотворительных матчах, организованных фондом «Шаг вместе». Фонд создан по инициативе Гоши Куценко и занимается помощью детям с синдромом ДЦП. ■



# Спорт

Тарас Хтей:

«**МОЛОДЕЖЬ**  
НУЖДАЕТСЯ В ТОМ, ЧТОБЫ  
В НЕЕ ПОВЕРИЛИ,  
ПОМОГЛИ ВЫРАБОТАТЬ  
**ПСИХОЛОГИЮ**  
**ПОБЕДИТЕЛЯ**»

Интервью провела Светлана Тельнова. Фото: из личного архива Тараса Хтея



Олимпийский чемпион, завоевавший золото Лондона в 2012 г., Тарас Хтей, попрощавшись с мячом, остался верен однажды выбранному по велению сердца волейболу. Перешагнув двадцатилетний рубеж, отданный большому спорту, он делится воспоминаниями о победах и поражениях, а также строит серьезные планы на будущее на посту президента «Белогорья».

*Спорт*

– С недавних пор Вы завершили блистательную карьеру волейболиста. Легко ли далось это решение? И не хотелось бы вернуться обратно, к романтике игровых будней?

– Переломным для меня моментом стал декабрь 2016 года, когда на Кубке России мы заняли утешительное третье место. В течение следующего полугодия, пока длился сезон, морально готовился к серьезному шагу: понимал, что в родном «Белогорье» ребята ждут от меня только значительных результатов, всегда задавая соответствующий темп, и я не имею права их подвести. В «Финале шести» честно признался самому себе и команде, что после перенесенных операций на тазобедренном суставе, не смогу выйти на прежний высокий уровень. Позади, как у каждого спортсмена, были времена и спада активности, связанные, в том числе с долгим восстановлением общего физического состояния и здоровья, и успешного взлета, но надо давать дорогу молодым. В России много талантливых людей, нуждающихся в том, чтобы в них поверили, помогли выработать психологию победителя. Конечно, я колебался, в голове возникали сомнения: «А что будет дальше»? В тот период меня поддержали семья и ближайшее окружение.

– На Вашем жизненном пути встречалось много выдающихся учителей. Но к первой из них – детскому тренеру Ольге Вербовой – у Вас особое отношение.

– Действительно, она щедро поделилась со мной – обычным украинским 14-летним подростком, страстно желавшим освоить все тонкости и секреты мастерства, уникальными техническими знаниями и стратегиями. Благодаря ее протекции, мне выпал шанс уже в таком юном возрасте перебраться из Запорожья в Москву и затем состояться в профессии. Ольга Григорьевна научила чувствовать слабости соперника, использовать их в свою пользу, просчитывать игру на несколько ходов вперед. Достижения не заставили себя ждать: наша команда разгромила сверстников на чемпионатах страны (трижды) и на первенствах Москвы. На протяжении всего вузовского обучения состоял в студенческом клубе МГУ, достойно отстаивая его спортивную честь. 1999 год стал для меня судьбоносным: под руководством прославленного тренера основной сборной России Сергея Шляпникова выиграл золотые медали чемпионатов Европы и мира среди юниоров. А в 2001 году встал на первую и вторую ступеньки пьедестала почета на чемпионате Европы и мирового первенства среди молодежных команд соответственно. Играл за столичный «Динамо», «Искру». Затем, после нескольких лет пребывания в Белгороде, возвратился в Москву и выступал в составе сборной на самых престижных мировых турнирах.



– Победа на Олимпийских играх в Лондоне стала настоящим апогеем в Вашей карьере. Расскажите читателям, что больше всего сохранилось в памяти из тех олимпийских событий 2012 года и кого считали главным конкурентом?

– На тот момент (с 2009 по 2012 годы) мы буквально «рождались» как единый сплоченный коллектив. Так, в 2010 году стали лидерами Мировой лиги, сломив мощный натиск фаворитов – бразильцев, которые на протяжении 10 лет не подпускали к себе ни одну команду. Они забирали все титулы, являясь, что называется, номер один. Нам приходилось самоотверженно бороться, идти до конца на пределе физических и моральных возможностей. В итоге в 2011 году, обогнав их по общим очкам, завоевали первое место на Кубке мира. Команда поверила в собственные безграничные возможности и силы. Хотя на Олимпиаду

ехали не в очень хорошем состоянии: я после перенесенной операции за несколько месяцев с нуля заново научился ходить и вернул ту форму, которая позволила попасть в Лондон в статусе капитана; у Сергея Титюхина были проблемы с сердечной мышцей; у Александра Волкова – с больным коленом; Максим Михайлов подворачивает ногу прямо перед самым началом; Александр Бутько делает операцию на мениск. Но та невероятная сплоченность, настрой и вера в друг друга, которую мы испытывали на протяжении всего этого времени, помогли сконцентрироваться на главном, набрать необходимые обороты и тонус, сотворить настоящее чудо. Конечно, в тот день на нашей стороне была и удача. Словом, игра перевернула принятое положение дел с ног на голову. А совсем недавно на канале «Матч ТВ» показали подборку 10 самых драматичных побед наших спортсменов, где на втором месте оказался данный многострадальный, но знаменательный эпизод, уже вписанный в историю отечественного волейбола.

Фото: из личного архива Тараса Хтея





— Ваша новая должность президента областной федерации волейбола — общественной организации «Федерация волейбола „Белогорье“» ставит ответственные и сложные задачи. Какие тактические шаги считаете первоочередными?

— Держу уверенный курс: побеждать на каждом турнире. Понятно, что в спорте нельзя выиграть абсолютно все. Но мы к этому стремимся, дорогие читатели, болельщики, и очень переживаем. Мной движет огромное желание «Белогорье» привести к почетному статусу самого титулованного клуба России, каким его люди и привыкли считать. А значит, нужно постоянно анализировать и корректировать ошибки и промахи, укреплять командный дух, двигаться дальше и развивать любительское направление за счет привлечения молодежи.

Пожалуй, основные проблемы здесь возникают на этапе отбора и пополнения квалифицированного кадрового состава тренеров. Понимаю, что именно от них зависит не только качество преподавания, но и будущее нашей сборной: ведь дети, повзрослев и получив соответствующий опыт, смогут пополнить ее ряды. Мы боремся и с печальной тенденцией, когда «специалисты» формируют группы всего на два-три года, а потом бросают и берут следующую. Для того чтобы устранить такой пробел в работе, лично посещаю институты, спортивные школы и на собственном примере вдохновляю ребят.

— Тарас Юрьевич, Вы богатый папа: у Вас подрастают четверо дочерей. Хотели бы, чтобы они пошли по Вашим стопам и продолжили спортивную династию, начатую Вашим отцом, представляя уже женскую сборную страны по волейболу?

— Арина и Алиса проявляют интерес к волейболу, но я не настаиваю именно на нем, хочу, чтобы они занимались тем, что выберут сами. Тем более, все данные, чтобы стать первоклассными спортсменами, имеются. После школы, для поддержания отличной физической формы, они ходят на спортивные танцы. А мы с их дедушкой Геннадием Шипулиным помогаем в любых начинаниях.



— У Вас очень плотный рабочий график. Но когда появляется свободное время, как обычно его проводите?

— Моя сфера деятельности требует практически полной отдачи 24 часа в сутки. Например, накануне мы вернулись из двух сложных туров по маршруту: София, Нижневартовск и обратно домой. Поездка заняла четверо суток и принесла две победы.

Из-за частого и длительного отсутствия ценю каждую минуту, посвященную общению со своей семьей в теплой душевной атмосфере: люблю приготовить пасту, запечь мясо и выпить бокал вина. Стараюсь уделить больше времени для походов в кинотеатры с детьми, у которых, помимо учебы, есть репетиторы, хобби... Не могу отказать себе и в удовольствии сходить с друзьями на рыбалку и охоту, а также поучаствовать в занимательной и динамичной военно-тактической игре страйкбол. ■



Фото: из личного архива Тараса Хтея

Спорт



Интервью провела Светлана Тельнова. Фото: Дмитрий Колчановский

Руслан ФАЙФЕР:

# «В КВАДРАТЕ РИНГА НУЖНО ДРАТЬСЯ ЗА ЧЕСТЬ СВОЕЙ СТРАНЫ ДО КОНЦА!»

Руслан Файфер – непобежденный российский боксер-профессионал, выступающий в первой тяжелой и тяжелой весовых категориях. В интервью нашему журналу обладатель титулов чемпиона по версии WBC Baltic Silver (2014) и по версии IBF International (2017) в 1-м тяжелом весе и титула чемпиона России (2015) в супертяжелом весе рассказал о боксе, жизненных ценностях и не только.

– Руслан Владимирович, как Вас свела судьба с боксом?

– Наблюдая с детства за отцом, который занимался этим видом спорта, у меня появилась мечта – тоже оказаться на ринге в перчатках. Но я рос в маленьком сибирском поселке Усть-Баргузин, где, к сожалению, не было ни одной такой секции. Когда мы с родителями переехали в Джубгу, в возрасте девяти лет самостоятельно нашел зал, записался к тренеру Аруту Карабетовичу Бедросову, который являлся директором местной школы. Он очень сильно повлиял не только на меня, но и воспитал кандидатов в мастера и мастеров спорта.

– От тренера многое зависит?

– Когда ты находишься еще в юном возрасте, то важно, как тебе преподнесут обучение: от его качества зависит, сформируется любовь к спорту или, наоборот, отвращение. Ведь все тренеры – это те же учителя. Конечно, было разное: и пропускал, и бросить хотел. Но

Спорт

Арут Карабетович меня удержал. Он воспитывал нас, ребят, настоящими мужчинами, бойцами и защитника. Всегда относился с пониманием, когда обращались за советом, делились переживаниями. Но за дело мог и наказать.

**– А как Вы совмещали учебу и спорт?**

– Считаю, что прививаемая дисциплина только способствует хорошей учебе, т.к. произвольно начинаешь переносить ее из спорта в жизнь. Распорядок дня, физическая активность, правильное питание, – все идет в комплексе. У меня всегда на первом месте стояло образование. Не предполагал, что профессионально займусь боксом. У меня было так. Поступил в институт в Иркутске, тренировался у Аркадия Николаевича Казюка, выиграл на третьем курсе чемпионат среди студентов. Однако до последнего хотел пойти трудиться по специальности. Уже на госэкзаменах, получив несколько предложений по работе, я почувствовал, что не все сделал в спорте, у меня еще есть потенциал, который

могу реализовать. За несколько дней пришло осознание, поэтому решил поставить точку в этом вопросе: стать юристом я успею, а, упустив момент, вернуться в бокс будет невозможно.

**– Как удается поддерживать себя в постоянной безупречной физической форме и восстанавливаться после боя?**

– В самом начале карьеры все идет по нарастающей: от слабых к сильным противникам. Когда достигаешь высокого уровня, то требуется соответствующая подготовка. Сегодня она проходит в несколько этапов: сборы, лагерь тренировочный и спарринговый – два–три месяца перед боем. Для закрепления результата необходимо несколько спарринг-партнеров, имеющих схожую манеру ведения боя с предстоящим соперником: знаменитый российский боксер-профессионал Максим Власов, Александр Усик (Олимпийский чемпион, выступающий в составе сборной Украины), Майрис Бриедис (латвиец, чемпион мира по версии WBC, обладатель пояса WBO).



**– С каким видом спорта Вы сравнили бы бокс?**

– Трудно собрать идеального боксера. Мы с прославленным тренером Виктором Николаевичем Петраченко, воспитавшим чемпионов мира, анализируем многое. У кого-то есть ударная техника, у кого-то – отлично поставленная защита, передвижения, кто-то строит на бой тактически правильный план. Смотришь, берешь лучшее и воплощаешь. И моя цель – придумать что-то свое, новое. Но для этого нужно расти и совершенствоваться, быть открытым новым идеям. В спорте, как и в любом деле, срабатывает этот принцип.

Фото: Дмитрий Качановский

Тренер, например, ассоциирует бокс с футболом из-за быстроты мышления. Какие-то упражнения мы берем из него и из волейбола. В отведенные дни играем в настольный теннис. Также у меня есть тренер по физической подготовке, с которым прорабатываем легкоатлетические упражнения, на выносливость. В боксе важно мастерство технико-тактическое, приобретаемое именно в процессе тренировки. Конечно, есть люди, бо-

лее или менее расположенные к боксу. Но на высоком уровне все только одаренные, потому что это работа каждодневная.

**– Расскажите о бое, которым Вы особенно гордитесь.**

– В моей карьере было три таких боя, где я находился буквально на грани. За 10 или 12 раундов проносится столько мыслей в голове, проживаешь целую жизнь. Думаешь о родных, что буду делать дальше, как это воспримут люди, общественность. Нужно терпеть и психологически не сломаться до конца. Боковым зрением вижу, как Виктор Николаевич сидит в углу, у него от волнения на лице выступают вены. Знаю, он ведет бой вместе со мной. Когда перешагиваешь барьер, выигрываешь, хотя секунду назад хотел сдаться, – это верх. Значит, переломил себя, даже если были технические ошибки в ходе боя. Ты не сдался, ты – мужчина, достоин этой победы. Если ты покажешь хорошее качество бокса, то, в принципе, больше ничего не нужно. ■



Дорогие читатели!

Высококвалифицированные сотрудники ССК «Сокол», выполняя сложные и ответственные задачи по формированию и совершенствованию навыков обращения со всеми видами стрелкового оружия, проявляют в учебно-тренировочной деятельности неизменный профессионализм, мужество, верность благородному призванию. Мы делаем все необходимое для достижения поставленной цели, не снижая планку своей работы: воспитываем оружейную культуру, патриотизм, ответственное отношение к применению данных средств защиты на охоте и в спорте, закладываем основы здорового образа жизни среди граждан всех возрастов. Подтверждением правильности выбранного курса служат блестящие результаты наших воспитанников на престижных российских и международных соревнованиях. Успехами и достижениями мы будем делиться с вами, уважаемые читатели, на страницах журнала «Здоровье и культура мира».

С уважением,  
 директор некоммерческого частного  
 образовательного учреждения дополнительного  
 и дополнительного профессионального образования  
 «СПОРТИВНО-СТРЕЛКОВЫЙ КЛУБ «СОКОЛ»»  
 Антон Хворостенко

Адрес: г. Краснодар, ул. Береговая, д. 11,  
 Тел. +7 (928) 432 83 57

facebook.com/ssksokol    instagram.com/ssksokol  
 vk.com/club89946765    www.ssk-sokol.ru

РЕКЛАМА



*Сокол*

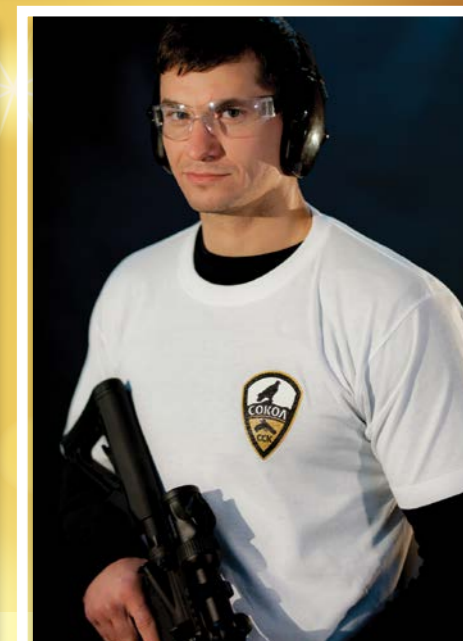


Фото: Дмитрий Кочаловский



# KINDER KRIEGEN ODER NICHT?

Wofür  
entscheiden  
Sie sich?



Fotos: Dmitrij Katschanowski

**Gemäß Artikel 36 des Föderalen Gesetzes Nr. 323-FZ vom 21.11.2011 „Zu den Grundlagen des Gesundheitsschutzes in der Russischen Föderation“ ist jede Frau dazu berechtigt, selbständig über die Mutterschaft zu entscheiden. Schwangerschaftsunterbrechung bleibt leider eines der radikalen Mittel der Geburtenregelung.**

Laut Weltstatistiken erweisen sich etwa 40% aller gemeldeten Schwangerschaften als ungewollt. Eine Hälfte davon wird künstlich unterbrochen. Das führt in 50% der Fälle zu Komplikationen. Bei der heutigen Bevölkerungszuwachsratesenkt sich wesentlich die Anzahl der gebärfähigen Frauen wegen der Verschiebung der Empfängnis und der Austragung des ersten Kindes aufs Alter von 25–26 Jahren. Der Zeitraum zwischen dem Zeugungsfähigkeitsantritt und der Niederkunft wurde in den letzten Jahrzehnten zwei oder dreifach länger und beträgt heute 10–15 Jahre. Dies verursacht persönliche Tragödien, die mit Schwangerschaftsunterbrechung verbunden sind, soziale Probleme, wie höhere Krankheitshäufigkeit, inkl. Gesundheitsverlust oder Verschlechterung, sowie

Sterblichkeit bei Müttern, und die Steigerung der Anzahl kinderloser Ehen.

Die Folgen, die ein Schwangerschaftsabbruch nach sich zieht, bleiben noch lange die Hauptursachen der niedrigen Geburtenzahl in einzelnen Bevölkerungsgruppen. Nur bei einer vollständigen Beseitigung der Komplikationen nach Schwangerschaftsunterbrechungen oder am besten beim vollen Verzicht darauf, könnte jede 3 oder 4 Familie die gewünschte Zahl der Kinder haben, so Gynäkologen und Demographen.

Einer der Faktoren, die den Zustand der Fortpflanzungsfunktion beeinflussen, ist die Vorbeugung ungewollter Schwangerschaften. Oft steht eine Frau vor einer schwierigen Entscheidung: den Fetus zu behalten

oder ihn im einem frühen Stadium loszuwerden. Dieses Problem ist sehr schwer zu lösen, wenn solch ein „unerwartetes“ Ereignis einer Teenagerin passiert. Schwangerschaftsabbruch, besonders bei erster Schwangerschaft, kann ein schweres psychologisches Trauma verursachen und sogar zu hormonellen und anderen Störungen führen. Die Entscheidung, ein Kind zur Welt zu bringen, bedeutet für die Jugendliche eine Isolation von Gleichaltrigen und das Verlassen der Schule gefährdet in der Regel das weitere Studium und den Erwerb eines Berufes. Jede von solchen Situationen soll individuell sorgfältig und mit großem Verständnis behandelt werden.

Einige Eltern, Lehrer, soziale und religiöse Führer fürchten, dass die Heranführung junger Menschen an die Familienplanung, ans richtige Begreifen physiologischer Prozesse in bestimmten Altersstufen und an die Empfängnisverhütung ein unverantwortliches Verhalten und einen außerehelichen Geschlechtsverkehr anspornen könnte. Die Erfahrung vieler Länder, in denen Sexualerziehungsprogramme angenommen wurden, zeigt das Gegensätzliche. Die praktisch realisierten Konzepte bilden bei Jugendlichen ein ernsthaftes und bewusstes Verhalten zu sinnlichen und erotischen Seiten des Lebens. In diesem Zusammenhang erhöht sich das Alter, in dem das Geschlechtsleben anfängt. Das hilft jungen Männern und Frauen, ihr Potential völlig zu realisieren, die körperliche und moralische Gesundheit zu bewahren, Fehler zu vermeiden und gesunde Kinder in der Zukunft zu bekommen.

Das Problem der ungewollten Schwangerschaft ist für Erwachsene ebenso akut. Gerade deswegen richten Frauenärzte eine große Aufmerksamkeit auf die Vorbeugung der ungewollten Schwangerschaft sowie auf die ärztliche und soziale Beratung, so dass sich eine Frau nicht für den Schwangerschaftsabbruch entscheidet, gezwungen vom vorübergehenden emotionalen Stress oder von Lebensproblemen wie Finanz- oder Unterbringungsschwierigkeiten, Nichteinwilligung des Ehemannes usw. Manche wollen das Studium abschließen, manche müssen wegen der Schwangerschaft auf einen angesehenen Job verzichten und manche sagen einfach „Es ist aber zu früh!“ Viele Frauen und werdende Eltern glauben, dass das noch ungeborene Kind kein Lebewesen ist und dass es erst viel später ein Mensch wird. Ärzte sind sicher, dass das kein Grund dafür ist, den Fetus loszuwerden.

Im Augenblick der Empfängnis erscheint durch Vereinigung eines Spermiums und eines Ovulums eine einzigartige Zelle, die in sich alle genetischen Angaben trägt: Geschlecht, Rasse, Größe und andere körperliche Eigenschaften (Augen- und Haarfarbe usw.). Etwa in der dritten Schwangerschaftswoche beginnt der Herzschlag, in der sechsten tritt bereits die Gehirnaktivität auf. Laut der Verfassung der Russischen Föderation und anderer Länder der Welt gilt dies als eine unumstrittene Rechtstatsache, dass es bereits um einen lebenden Menschen handelt. In der siebten Woche zeigen sich die ersten Fußbewegungen; in der neunten beginnt der Fetus, drehende und greifende Handbewegungen zu machen. In der elften Woche sind alle Organsysteme schon gebildet. Schließlich, etwa am 130. Schwangerschaftstag, wird die Frucht völlig entwickelt. Daher ist das Töten eines Fetus wie ein Mord eines Kindes. Die Gesellschaft muss das Nichtverstehen solcher einfachen Dinge, die aus irgendeinem Grund auch in unserer Zeit der Hochtechnologien und großer Entdeckungen durch falsche Ideen weiterhin ersetzt werden, gemeinsam überwinden.

Die Gesundheitsfürsorge in der Region Krasnodar bleibt den Problemen der werdenden Eltern nicht fern und verfolgt eine aktive Politik, um Schwangerschaftsunterbrechungen völlig zu beseitigen. Zur umfassenden Unterstützung

der Frauen wurden in Frauenberatungsstellen 61 Praxen für medizinische und soziale Hilfe organisiert. 62 Medizinspsychologen und 44 Sozialarbeiter leisten individuelle psychologische Hilfe an jede Frau, die eine schwierige Entscheidung machen soll, je nach den Umständen, die sie zur Unterbrechung der Schwangerschaft zwingen. Männer, die professionelle Hilfe benötigen, werden ebenso oft beraten. Manchmal haben Pfarrer an schwierigen Schicksalen teil. In Laufe der ersten 11 Monate des Jahres 2017 haben, nach Angaben der Ärzte aus Frauenberatungsstellen, 2.512 von 8.516 Frauen (d.h. 29%), die ihre Schwangerschaft unterbrechen wollten, nach einem Aufklärungsgespräch beschlossen, die Schwangerschaft zu behalten.

Der wachsende Rückgang der Zahl der Schwangerschaftsabbrüche wird auch von den positiven Ergebnissen der Informations- und Bildungsaktionen unter allen Bevölkerungsschichten begleitet. Allein in diesem Jahr während der fünf „Wochen ohne Schwangerschaftsabbrüche“ im Rahmen der Aktion „Schenke mir das Leben!“ haben 388 von 727 Frauen (d.h. über 53%), die ihre Schwangerschaft unterbrechen wollten, von diesem folgenschweren Schritt Abstand genommen.

Sie sind heute glückliche Mütter gesunder Kinder. Diese Ergebnisse sind aber nicht selbstverständlich. Diesem Erfolg ging eine Reihe von Maßnahmen voraus, die nicht nur die Verteilung von Informationsmaterialien in Frauenberatungsstellen, sondern auch nützliche und offene Gespräche mit Gynäkologen, Sozialarbeitern, Psychologen, Anwälten und Pfarrern auf Seminaren, an runden Tischen, auf Ausstellungen und Vorführungen von einschlägigen Videos beinhalteten.

Wir haben einen guten Grund zu Stolz. In den fünf vergangenen Jahren (von 2012 bis 2016) hat sich eine Tendenz zur stabilen Senkung der Zahl der Schwangerschaftsabbrüche in unserer Region gezeigt. Die Zahl der unterbrochenen Schwangerschaften senkte sich um 24,3% (von 28.061 im Jahre 2012 auf 21.236 im Jahre 2016). Die Zahl der Schwangerschaftsabbrüche pro 1.000 gebärfähige Frauen sank um 24,2% (von 21,1 auf 10); pro 100 lebend oder tot Geborene senkte sie sich um 30,5% (von 40,7 auf 28,3). Die Zahl der gesetzmäßig vorgenommenen Schwangerschaftsabbrüche sank um 6.980, d.h. um 39,9%, von 17.513 auf 10.533. Deren Anteil in der Gesamtzahl senkte sich bzw. von 62,51% auf 49,6%. Die Zahl der Schwangerschaftsabbrüche bei Erstschwangeren sank um 784, d.h. um 37,7%, von 2.079 auf 1.295. Deren Anteil in der Gesamtzahl senkte sich von 7,4% auf 6,1%. In den elf Monaten des Jahres 2017 sank die Zahl der unterbrochenen Schwangerschaften um 4.654, d.h. um 22,4%, von 20.381 (2016) auf 15.817 (2017). Die Zahl der legal vorgenommenen Schwangerschaftsabbrüche senkte sich um 2.812, d.h. um 28%, von 10.040 auf 7.222). Die Zahl der Schwangerschaftsabbrüche pro 100 Geborene sank um 14,6% (von 28,1 auf 24). Das Verhältnis der Schwangerschaftsabbrüche zu Geburten lag bei 24 Abbrüchen pro 100 Geburten (2016: 28 Abbrüche pro 100 Geburten).

Dies zeugt von der möglichst effektiven Erfüllung unserer wichtigen Aufgabe, die Zahl von Geburten und Mehrkinderfamilien, die immer eine traditionelle Besonderheit unserer Region waren, zu steigern. ■

Minister  
für Gesundheitsfürsorge der Region Krasnodar  
Dr. med. habil.  
Jewgenij Filippow



Kurz vor seinem 80. Geburtstag bedankt der künstlerische Leiter und Chefdirigent des Staatlichen Akademischen Kuban-Kosaken-Chors, der Volkskünstler Russlands und der Ukraine, der Republiken Adygea, Abchasien und Karatschai-Tscherkessien, der Gewinner eines Staatspreises, der Held der Arbeit von Kuban, Professor und Komponist Wiktor Sachartschenko sein Leben und die konzeptionellen Begriffe des Glaubens, der Kultur und des Patriotismus, die sich in der Gesang und Tanzkunst des Volkes farbenfroh und eigenartig verflechten.

# DAS AZIMUT

## der Gesangskultur

# DES VOLKES

### DIE STÄHLUNG DES CHARAKTERS DES SCHWARZMEERKOSAKEN

Unser Held, der in sich einen Komponisten, Chorleiter und Wissenschaftler vereint, wurde am 22. März 1938 im Dorf Djatkowskaja der Region Krasnodar in einer Kosakenfamilie geboren. „Mit 3 Jahren habe ich meinen Vater, der zur Kriegsfront gegangen war, verloren. Meine Mutter, trotz der erhaltenen Todesbenachrichtigung, wollte diesen Verlust nicht akzeptieren und wartete alle Kriegsjahre auf seine Rückkehr“, erinnert sich Herr Sachartschenko. „Ihr starker Charakter und ihre große Liebe zum Leben halfen ihr, die sieben Kinder, drei von denen später starben, weiter zu pflegen und die schweren Zeiten durchzumachen. Es waren auch Lieder, die sie retteten, gewaltige, lyrische oder lustige Lieder, die man überall sang: in Feldern, zu Hause oder zu Besuch. Deswegen wusste ich von Kindheit an, was ich werde, wenn ich aufwachte.“

In der 5. Klasse habe ich einen Brief an Stalin geschrieben: „Ich will Künstler sein und Musik machen aber wir haben kein Akkordeon in der Schule...“ Mein kindlicher Traum sollte aber nicht wahr werden. Eine Kommission, die aus Moskau für eine Inspektion gekommen war, ließ den Schuldirektor entlassen. Nachdem sie abgereist war, ohne mich nach Moskau zum Studium mitzunehmen, begannen die Lehrer und die Schüler mich zu verspotten: „Sieh mal! Da kommt der Künstler!“ Unter so einem psychologischen Druck musste ich mit meinem Studium Schluss machen. Ich fühlte mich sehr verlassen und konnte die Schule erst einige Monate später wieder besuchen, nachdem der neue Schuldirektor meiner Mutter versprochen hatte, alle Verspottung aufzuhören und ein Akkordeon zu beschaffen. So lernte ich nicht nur dieses Instrument, sondern auch

Interview durchgeführt von: Svetlana Telnova. Fotos: Dmitrij Katschanowskij; aus dem Archiv des Staatlichen Akademischen Kuban-Kosaken-Chors



# Kultur und Kunst



Balalajka und Ziehharmonika spielen. Nach dem Schullabschluss kam ich mit meiner Ziehharmonika nach Krasnodar, um mein Glück bei Prüfungen in der Rimski-Korsakow-Musikfachschiule zu versuchen. Ich stoß aber auf den unglaublichen Konservatismus der Aufnahmekommission: die Kenntnis von Solfeggio war für sie am wichtigsten. Für mich als einen Dörflier war dieses Wort damals unbekannt. Ich war so enttäuscht, dass ich von einer Brücke springen wollte. Die göttliche Fügung rettete mich: der Mann, der mich in dem Augenblick vor dem Sprung anrief, war ein Lehrer bei einer Berufsfachschiule für Musik. Mit seiner Hilfe wurde ich in die Schiule aufgenommen, wo ich anfing, die Notenschrift zu lernen. Dann war ich 10 Jahre lang der Hauptleiter des Russischen Stättlichen

Akademischen Sibirischen Volkschors. Ich setzte mein Studium als Aspirant am Gnessin-Institut fort. Mein Lehrmeister dort war ein Intellektueller Jewgenij Gippius, ein Verwandter der Schriftstellerin Sinaida Gippius". Es ist schwierig zu vorstellen, dass im Jahre 1974, als Herr Sachartschenko die Leitung des Kuban-Kosaken-Chors übernahm, stand diese bekannte Künstlergruppe kurz vor der Auflösung: der Chor sollte durch das in Mode gekommene minderwertige Varieté ersetzt werden. Dank seinen großen Bemühungen und seiner unüberwindlichen Geisteskraft konnte Herr Sachartschenko diese Tragödie vermeiden.

Um die Verfahrenen, die er landesweit und auch in Sibirien sammelte, zu vermitteln, hat der Maestro ein besonderes Bildungssystem zum Erlernen der Volkskultur geformt. Dutzende von Sängern und Tänzern, die ein Studium in seinen Lehranstalten absolviert hatten, sind bekannt geworden und gehören heute zum Chor.

Herr Sachartschenko ist auch der Veranstalter vieler regionaler und nationaler folkloristischer Festivals. Dadurch schenkt er jungen Menschen, die ihre Karriere gerade beginnen oder bereits professionelle Künstler sind, die Chance, ihre Talente zu demonstrieren. Video- und Tonaufnahmen, die man im Laufe der Festivals sowie während der regelmäßigen Reisen in die Dörfer der Region Krasnodar macht, werden im Zentrum für Volkskultur, das vor etwa 30 Jahren eröffnet wurde, aufbewahrt. Schöne alte Lieder und Sitten, wiedergespiegelt auf Papier und in Tonaufnahmen und also unvergessen, bewahren durch Zeit und Raum die Seele der Heimat für Nachkommen.

Zum 70 Geburtstag von Herrn Sachartschenko wurde dem Hause seiner Familie, das schon mehrere Besitzer wechselte und jetzt Kommunaleigentum ist, den Status eines Museums verliehen. Die Straße, in der das Haus steht, wurde umbenannt und trägt heute seinen Namen. Zu diesem feierlich Tag öffnete sich nach einer Renovierung das Kulturhaus wieder. Veranstaltet wurde auch ein großes Festival für Volkskultur. Die Bande zwischen Generationen werden nie abgebrochen und werden durch die Pflege der traditionellen Kuban-Kultur, und zwar des Chorgesangs, der Tänze, des Spiels auf Volksinstrumenten, immer fester.



### DER NESTORIUS, DER VON DER RÄTSELHAFTEN SEELE DER RUSSISCHEN FOLKLORE ERZÄHLT

Fotos: Dmitrij Katschanowskij; aus dem Archiv des Staatlichen Akademischen Kuban-Kosaken-Chors

Alle Forscher und Liebhaber der einzigartigen Werke des Maestros sprechen von deren merkwürdigen Polyphonie, die eine malerische Mischung aus Liedern, Worten und Bewegungen schafft. Die kompositorische Gespantheit bezieht die Zuschauer in die Mehrdimensionalität der schöpferischen Interpretation ein. Man erkennt in allen seinen Werken die Feierlichkeit der sinfonischen Musik von solchen Meistern wie Prokofjew, Tschaikowski, Beethoven, Schubert... Dazu kommen auch die unsterblichen Meisterwerke der russischen klassischen Literatur, die Gedichte von Puschkin, Lermontow, Polonski, Nekrasow, Delwig, Blok, Tjuschew, Jessenin, Zwetajewa, Sewerjanin, Tolstoj, die in den Werken des Maestros ihre Widerspiegelung finden. Die folkloristische Darbietung von Herrn

Sachartschenko ist eine selbständige und einzigartige Interpretation, die mit dem Bewusstsein der russischen Nation eng verbunden ist. Herr Sachartschenko gehört zu den Meistern, die den aktuellen Problemen der Kunst nicht fern bleiben. Er spürt die Sehnsucht der Zeitgenossen nach einer belebenden Quelle des Volksgeistes. Er ist hält sich fern von Zerrspiegeln mit hässlichen Grimassen der Pop-Kultur. Mit seinen Werken wiedersteht er den zerstörenden Trends von heute. Feinführend aber sicher interpretiert er die zeitgenössischen Gedichte von Nikolaj Sinowjew, Nikolaj Rubzow, Juri Kusnezow. Er behandelt die aktuellen Ereignisse im gesellschaftlichen Leben und zeigt die unbequeme Wahrheit. „Ich halte den Konflikt zwischen zwei blutsverwandten Schwestern – Russland und der Ukraine – für ein politisches Unglück. Darüber kann ich nicht schweigen. Die Menschen in diesen Ländern sind über die große historische Ungerechtigkeit immer noch nicht weggekommen“, betont Herr Sachartschenko. Im Repertoire des Kuban-Kosaken-Chors nehmen die Lieder nach ukrainischen Gedichten von Lesja Ukrainka und Taras Schewtschenko eine Sonderstelle ein.



# Kultur und Kunst



### EIN SCHÖPFER, DER UNVERGESSLICHE MUSIKALISCHE, POETISCHE UND HISTORISCHE KOSAKENWERKE SCHAFFT

Der große russische Wissenschaftler Mikhail Lomonossow schrieb in einer seiner Studien über die Geschichte der Slawen: „Das Volk, das seine Vergangenheit nicht kennt, hat keine Zukunft“. Diese Aussage, fast drei Hundert Jahre alt, bleibt immer noch aktuell. Mit seiner schöpferischen Arbeit zeigt Herr Sachartschenko die ganze Tiefe der Kosakenkultur. „Als Ideengeber und Gründer des Ensembles gilt zu Recht Erzpriester Kirill Rossinski. Er hat einige Dutzende von Choristen zusammengebracht“, erzählt Herr Sachartschenko über die Entstehung des legendären Gesangensembles. „Ihr Alltag und ihr Leben waren schlicht. Ihr Ziel war es, nicht Geld zu verdienen, sondern den hohen Idealen und der Wahrheit zu dienen. Diese Mission haben sie trotz schwerer Umstände würdevoll erfüllt.

Das Jahre 1920 war besonders schwierig. 27 Ensemblemitglieder mussten nach dem Anfang der blutbefleckten Zeit der Enteignung der Großbauern und der Zerstörung von Kirchen und Klöstern nach Serbien immigrieren, wie die meisten unsere Landsleute. Die Kuban-Kosaken, die kein Haus mehr hatten, gründeten ihren eigenen Stab, um das Wertvollste – die Rechtgläubigkeit und die Regalien und die Fahnen des Kosakenheeres – zu verteidigen.

Herr Sachartschenko analysiert die Geschichte des Landes zeigt gleichzeitig mit seinem eigenen Beispiel die Wichtigkeit der Pflege der Traditionen, die von anderen hervorragenden Künstlern begonnen wurden. Mit aufrichtiger Hochachtung und mit Stolz erzählt er über das Leben des ersten künstlerischen Leiters des Kuban-Heereschors, des Musikers, Komponisten und Chordirigenten Grigori Konzewitsch, indem er sich bloß für einen Erben dessen reichen Nachlasses von Gedichten und Liedern hält. Doch die Leben der beiden Männer sind in vielen Aspekten ähnlich. „Grigori Konzewitsch stammt aus einem Dorf in der Region Krasnodar. Sein musikalisches Talent, das er von Kindheit an hatte, bildete er zuerst in einem Seminar in der Region Krasnodar und dann in einem Kursus in Sankt Petersburg aus, wo er seine einzigartige vokale Technik erwarb“, erzählt Herr Sachartschenko. „Er war ein talentvoller Pädagoge und immer auf der Suche nach begabten Menschen in Dörfern der Region. Die meisten waren des Lesens und Schreibens unkundig und von der professionellen Gesangstechnik sehr fern. Grigori Konzewitsch brachte ihnen stundenlang das richtige Singen bei. Die besten Lehrlinge wurden Mitglieder des Gesangensembles. Sein Hauptverdienst besteht in einem sorgfältigen Sammeln folkloristischer Meisterstücke, die auch bis unsere Zeit ungeändert erhalten bleiben und jetzt zum Repertoire des Kuban-Kosaken-Chors gehören. Er war der erste, der traditionelle Kosakenlieder und Melodien mit Noten schrieb. Eine große Aufmerksamkeit schenkte er auch den klassischen Werken von Rimski-Korsakow, Bortnjanski, Tschaikowski.

Grigori Konzewitsch kam tragisch ums Leben während der stalinschen brutalen Säuberungen. Dieser unersetzliche Verlust ist immer noch bitter... Zum 70. Jahrestag seit seinem Tod wurde ein großes Konzert als Achtungszeichen für sein vielseitiges Talent veranstaltet. Durch die Bemühungen von Herrn Sachartschenko wurde die Verbindung zwischen dem 1811 in Jekaterinodar gegründeten Kosaken-Gesangensembles und dem heutigen Kuban-Kosaken-Chor wiederhergestellt.



### „DIE EMPFINDUNG DER WAHREN KUNST VERLÄUFT DURCH DAS HERZ“

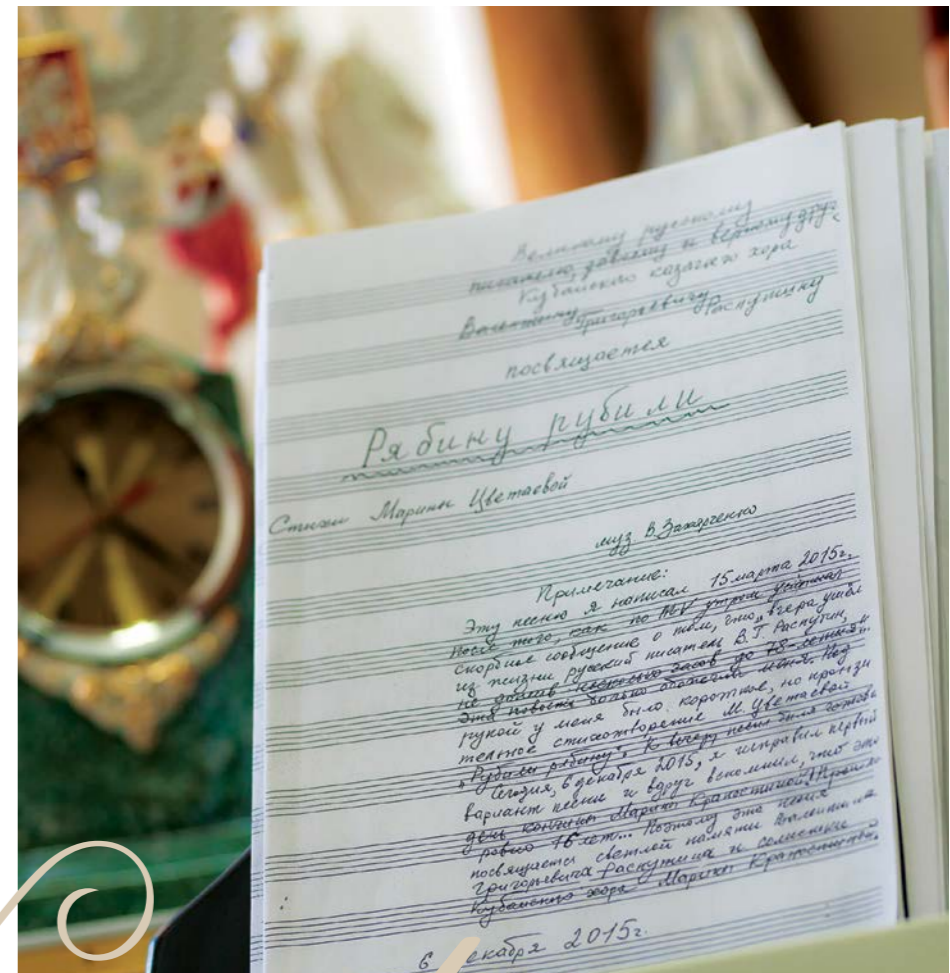
Fotos: Dmitrij Katschanovskij, aus dem Archiv des Staatlichen Akademischen Kuban-Kosaken-Chors

Das Moskauer Konservatorium, die Chorkapelle in Sankt Petersburg, die Christ-Erlöser-Kathedrale, der Staatliche Kreml-Palast, der G8-Gipfel, verschiedene Treffen und Veranstaltungen auf staatlichem Niveau – das ist die Liste der weltbekanntesten Bühnen, auf denen der Kuban-Kosaken-Chor aufgetreten hat. Preisgerichte und Zuschauer auf verschiedensten angesehenen internationalen folkloristischen Wettbewerben auf fünf Kontinenten konnten die Energie der freiheitsliebenden Kosakenseele und eine farbenfrohe Freude miterleben.

„Die Empfindung der wahren Kunst verläuft durch das Herz, es gibt für sie also keine kulturellen oder sprachlichen Barrieren“, philosophiert Herr Sachartschenko. „Emotionsreiche Kommunikation zwischen Künstlern und Zuschauern peitscht die Sinne auf, da jeder Auftritt emotionell gespannt ist und steht am Rande der körperlichen Vermögen“.

Gerade deswegen besuchen tausende von treuen Zuschauern die Konzerte des Chors. Das Publikum genießt stundenlange Auftritte. Oft wird darum gebeten, ein beliebtes Lied noch einmal zu singen.

Nach allen Erfolgen und Schwierigkeiten beginnt Russlands ältester nationaler Chor, der auch das gesamte russische Kosakentum symbolisiert, seine 207. Konzertsaison mit einem begeisternden und lustigen Lied.



# Kultur und Kunst

# Семейное ДЕЛО



«Универсальный боец» – именно так можно окрестить автомобиль, который в выходные дни семья использует для путешествий, а в будние часы – для того, чтобы добраться до детского сада, школы или работы. Плюс супермаркет, шопинг, необходимость привезти цветы для дачного участка или дома, забрать родственников и навестить друзей с покупками. Все это можно примерить на модели «семейного дела» – обновленную линейку SKODA.

## SKODA KODIAQ

- абсолютная новинка бренда в этом году. Многофункциональная машина одинаково подходит как для бизнеса, так и для семьи и отдыха. Поездка на нем не завершается даже там, где заканчивается дорожное покрытие. Список достоинств впечатляет:
- просторный салон, самый большой в классе багажный отсек объемом до 1980 л;
- длина 4,70 м, регулируемый задний диван, опциональный третий ряд сидений;
- надежность и практичность благодаря более чем 30 решениям Simply Clever, включая защиту дверной кромки и два зонтика;
- три двигателя, колоссальная эффективность при разумном расходе топлива;
- шести- и семиступенчатая DSG, полный привод.

*Вердикт: семейный внедорожник, на котором можно отправиться в большое путешествие и не бояться преград.*



## SKODA OCTAVIA

- автомобиль для тех, кто любит «погорячее». Вернее, динамичнее. Вариации модели доступны от универсальной – Combi Scout до заряженной с ярлыком RS. В этом году она снова преобразилась, прошла весомый апгрейд и готова удивлять вас и ваших родных и близких своими возможностями:
- броская и агрессивная внешность, светодиодное освещение и особые RS-элементы;
- высококачественный интерьер со спортивными сиденьями, богатым оснащением и Simply Clever решениями;
- мощность двигателя 2,0 TSI выросла до 230 л.с.;
- спортивная ходовая часть и тормозные суппорты красного цвета входят в стандартное оснащение.

*Вердикт: машина с вариациями от лифтбека до универсала подойдет для семейных выездов как с детьми, так и для путешествий молодых супружеских пар. Если вы предпочитаете спокойные размеренные поездки с большим количеством вещей, то смело берите «универсал». Если хотите прокатиться с ветерком, то версия под ярлыком RS готова к старту.*



## SKODA RAPID

- эталон компактной вместительности. Первый в линейке бренда, с него начинается весь модельный ряд. Производителям есть, чем гордиться:
- обновленная передняя часть делает RAPID визуально шире; задняя – приобрела более спортивный вид благодаря тонированным накладкам на фонари;
- объем багажника (530 л) является образцовым в классе;
- система Light Assist с помощью датчика света автоматически включает и выключает свет фар, а устройство автоматического управления дальним светом High Beam Assist распознает движущийся впереди и навстречу транспорт и при необходимости переключает фары на ближний свет;
- функция аварийного торможения Multi-Collision Brake снижает риск множественных столкновений при ДТП;
- акустическая система SKODA Surround, система громкой связи по каналу Bluetooth и совместимый с устройствами Apple USB-разъем теперь входят в стандартное оснащение, начиная с комплектации Ambition;
- два USB-разъема в задней части салона позволяют заряжать смартфоны и другие небольшие гаджеты.

*Вердикт: более молодежная из всех моделей SKODA. Купеобразный силуэт и четыре варианта комплектации помогут выбрать подходящий автомобиль для любого формата жизни современной семьи: от дачных поездок за город до веселых путешествий в компании друзей.*



АВТОПОРТ-КЛЮЧАВТО  
г. Краснодар, ул. Крылатая, д. 12

ТЕЛ. +7 (861) 266 19 19

# ЗДОРОВЬЕ И КУЛЬТУРА МИРА

HEALTH AND CULTURE OF THE WORLD

Австрия

Россия

[www.world-of-health.ru](http://www.world-of-health.ru)