

Косогорец



**ГАЗЕТА ТРУДОВОГО КОЛЛЕКТИВА
ПАО «КОСОГОРСКИЙ МЕТАЛЛУРГИЧЕСКИЙ ЗАВОД»
ОСНОВАНА В 1931 ГОДУ.**

АКТУАЛЬНОЕ ИНТЕРВЬЮ

Пусть будет, как в доменном, в разных цехах Энергохозяйство в надёжных руках

*Интервью заместителя начальника доменного цеха по энергетике
Максима Алексеевича Бутенко.*

- Максим Алексеевич, какая задача поставлена перед вами в смысле энергетики, энергохозяйства, в связи с капитальным ремонтом первой доменной печи?

- Наша служба должна обеспечить 100-процентную надёжность энергоснабжения всего комплекса печи. Исходя из этого, основной задачей, которую мы сейчас выполняем, является подготовка системы охлаждения печи. Была проведена продувка внутренней поверхности холодильников сжатым воздухом. При сокращённом расходе воды скорости её прохождения через змеевики холодильников падают, и органические отложения могут оседать на стенках.

- В ходе проверки обнаружили какие-то отложения?

- Несомненно, отложения происходят каждый год, а в этом году они проходили наиболее интенсивно.

Была выполнена механическая очистка фильтров. Эта работа производится после каждого весеннего паводка.

В этом году паводок был незначительным, нарастания были средними.

В мае по нашим заявкам были поставлены два насоса для комплекса доменной печи: это насос скиповой ямы и насос охлаждения БЗУ.

Произвели монтаж этих насосов, опробование, сейчас они подготовлены к работе.

- Насосы типовые или какие-то другие?

- Для скиповой ямы – это специальный шламовый насос, который позволяет откачивать загрязнённую воду. Для БЗУ мы пошли по

пути подбора другого типа насоса. Ранее был установлен немецкий насос, нетиповой, многоступенчатый. В соответствии с его характеристикой, чтобы не изменять никоим образом общий комплекс охлаждения БЗУ, подобрали уже российский аналог данного насоса, приобрели его и установили. Этот насос более простой в эксплуатации и позволяет в случае поломки, не меняя самого насоса, заменить какую-то из его отдельных частей.

При осмотре комплекса была проведена ревизия электрообору-

дования как собственно печи и воздухонагревателей, так и конвейерного, кранового хозяйства печи.

- А комплекс загрузки, шихтоподачи?

- Было проведено поэтапное опробование загрузочного комплекса, в ходе которого выявлены замечания, составлены ведомости дефектов, приобретены запчасти. Своими силами провели замену, сейчас всё подготовлено.

Проведён нагрев воздухонагревателей печей до температуры 800 градусов. Сейчас воздухонагреватели находятся в поддерживающем режиме, для того, чтобы по окончании футеровки печи произвести её сушку уже через разогре-

тые воздухонагреватели.

- Вы приобретали что-то новое для усовершенствования работы печи?

- По насосному оборудованию уже было сказано. Сейчас остро встал вопрос о неисправности теплообменника как раз комплекса охлаждения БЗУ. Фактически он уже неремонтопригоден, и вот сейчас, на данном этапе, проводим подбор или аналогов, или более совершенного теплообменника. Это мы делаем совместно со службой главного энергетика, службой снабжения и постараемся завершить на этой неделе.

На пуск печи это не повлияет, выполнена временная схема охлаждения БЗУ, но для его сохранности всё равно эта работа будет проведена в ближайшее время.

- Сроки пуска домы передвинуты, но, тем не менее, есть ещё задачи, которые необходимо выполнять.

- Это так, но я считаю, что с точки зрения энергообеспечения печь к пуску подготовлена. В любой момент принятие решения по её пуску с нашей стороны вопросов не встретит.

- Максим Алексеевич, у вас, конечно, есть специалисты, которые выполняют весь объём работ. Можно сказать, сколько сейчас ваших людей работают на ремонте печи? Определить их круг обязанностей?

- Основной костяк – это инженерная служба энергохозяйства доменного цеха: мастер водопроводных работ Виктор Васильевич Силин с бригадой дневной смены.

Окончание на стр. 2



НИКОЛАЙ ГУМИЛЁВ

СЛОВО

*В оный день, когда над миром новым
Бог склонял лицо свое, тогда
Солнце останавливали словом,
Словом разрушали города.*

*И орёл не взмахивал крылами,
Звезды жались в ужасе к луне,
Если, точно розовое пламя,
Слово проплывало в вышине.*

*А для низкой жизни были числа,
Как домашний, подъяремный скот,
Потому что все оттенки смысла
Умное число передаёт.*

*Патриарх седой, себе под руку
Покоривший и добро и зло,
Не решаясь обратиться к звуку,
Тростью на песке чертил число.*

*Но забыли мы, что осиянно
Только слово среди земных тревог,
И в Евангелии от Иоанна
Сказано, что Слово это - Бог.*

*Мы ему поставили пределом
Скудные пределы естества.
И, как пчёлы в улье опустелом,
Дурно пахнут мёртвые слова.*

1921

АКТУАЛЬНОЕ ИНТЕРВЬЮ

Пусть будет, как в доменном, в разных цехах Энергохозяйство в надёжных руках

Начало на стр. 1

Это замначальника цеха по электрохозяйству Михаил Александрович Синёв. Ему тяжелее, у него очень обширный фронт работ помимо первой печи, но на момент ревизии оборудования он постоянно держал бригаду порядка трёх – пяти человек. Мастер газового хозяйства Сергей Николаевич Фомин, на котором полная ответственность за блок воздухонагревателей, за обеспечение надёжности и правильности их разогрева, потому что от этого зависит качество и долговечность их дальнейшей эксплуатации. Ежедневно на пульте управления находится газовщик, который отслеживает режим сушки разогрева и при необходимости корректирует его.

- Можно сказать, что работа у вас идёт планомерно. У вас уже есть определённый опыт. Напомните, сколько лет вы работаете на Косогорском метал-

лургическом заводе?

- В металлургии порядка 25 лет, а на заводе – в октябре будет два года.

- Вы ощущаете себя уже достаточно готовым к масштабным работам? Ведь для капитального ремонта первой доменной печи были установлены сжатые сроки. Перед этим была третья доменная печь, а впереди ждут другие серьёзные работы. И коллектив у вас хороший.

- Нужно сказать, что каждый ремонт индивидуален, всегда есть свои особенности. Иметь опыт хорошо, но многое



приходится решать непосредственно в процессе работы. Каждый раз на каждом ремонте возникают какие-то свои задачи и вопросы. Иной раз приходится начинать и «с чистого листа».

- Это случается, наверное, тогда, когда импортное оборудование приходит без инструкции, или инструкция

не является полной? До всего приходится своим умом доходить, как это случилось в своё время с БЗУ.

И всё-таки какая-то теоретическая база должна быть? Надо иногда читать специальную литературу, заглядывать в интернет, общаться с коллегами в том числе и других заводов.

- Всё же БЗУ эксплуатируется уже не первый год, при этом был нарабатан опыт, и его учли при пересмотре инструкций по эксплуатации. Это большая помощь

Несомненно, сейчас очень большую помощь оказывает интернет. Да и никакая фирма из поставщиков сейчас не отказывает при необходимости в документации.

Если не получается своими силами, на помощь приходят службы технического отдела, оборудования или снабжения.

Александр Житков,
Валерий Ходулин

НАГРАЖДЁН ПОЧЁТНОЙ ГРАМОТОЙ МИНИСТЕРСТВА ПРОМЫШЛЕННОСТИ И ТОРГОВЛИ

Достиг он трудовых вершин В огне разливочных машин

Сергей Анатольевич Романов - мастер, занятый на горячих участках работ разливочных машин доменного цеха

Сергей Романов родом из Кимовского района, где на угольной шахте в течение тридцати лет работал его отец. После окончания школы поступил в Болоховский машиностроительный техникум по специальности техник-технолог по обработке металла резанием.

После двух лет учёбы призвали на армейскую службу. Два года отслужил на линейной пограничной заставе в горах Киргизии, на границе с Китаем. Было это в 1983-1985 годах.

После демобилизации два года доучивался в техникуме, потом три года по распределению работал в Болохове мастером производственного обучения. Женится. Жена училась в том же механическом техникуме. Она оказалась косогорячкой, и после свадьбы молодожёны решили переехать на Косую Гору к её родителям.

Отец жены, Евгений Пантелеевич Ревякин, работал на Косогорском металлургическом заводе, в доменном цехе, мастером на второй доменной печи. Он - то и предложил своему молодому зятю стать металлургом.

Шёл 1992 год. Сергей пришёл в доменный цех, на участок разливочных машин.

Сначала был ковшевым. Иногда подменял машиниста разливочной машины. Машинистов на разливочной машине двое. Один следит за кантовальной лебёдкой, контролирует подъём ковша с горячим чугуном.

Второй машинист контролирует состояние жёлоба, по которому этот чугун течёт, следит, чтобы чугун не застаивался в канаве. Этот рабочий называется желобщик. Сергей Анатольевич поработал и ковшевым, и желобщиком. Руководство цеха, оценив его старание,



ответственность в подходе к своим обязанностям, учитывая четырёхлетний опыт работы, назначило Сергея Анатольевича освобождённым бригадиром. Должности мастера на разливке в то время не было, а когда её ввели, он стал мастером. И вот он в должности мастера, занятого на горячих участках работ разливочных машин доменного цеха, работает уже десять лет.

Сергей Анатольевич считает свою работу интересной, требующей постоянного общения с людьми. Сидеть некогда, всё время в движении, словно кран с магнитной шайбой на складе холодного чугуна. Только тот притягивает к себе бездушный чугун, а мастер притягивает к себе людей. Именно такая жизнь нравится Сергею Анатольевичу.

Придя рано утром на участок, мастеру необходимо обеспечить работу разливочных машин.

Это основная его обязанность. А чтобы обеспечить машины и людей работой, надо организовать работу на складах, чтобы там вовремя отправили чугун потребителям, освободили площадки и вовремя подготовили порожнюю «посуду»

для разливки очередного чугуна, который приходит с доменной печи. И такая цепочка тянется постоянно, и нужно сделать так, чтобы она не прерывалась. А чтобы она не прерывалась – нужно готовить площадки на складах и так далее.

Отправку продукции потребителю организует также мастер.

Кроме всего прочего в ведении мастера, занятого на горячих участках работ разливочных машин доменного цеха, находится дробильно-сортировочный комплекс.

Это тоже требует немало времени и интенсивного передвижения мастера.

Одним словом, Сергей Анатольевич Романов – главный организатор работы складов холодного чугуна, участка разливочных машин и дробильно-сортировочного комплекса. Он заботится, чтобы вовремя продумали площадку с ферромарганцем и сделали манёвры по перестановке железнодорожных площадок.

Работа шумная, пыльная, сопровождаемая интенсивным и непрерывным движением агрегатных узлов. Если происходят поломки – вызывает слесарей-ремонтников. Это тоже называется организацией работы. Работы хватает, особенно при интенсивном функционировании доменных печей.

Кому другому мало не покажется, а Сергей Анатольевич Романов справляется, за что и получил высшую награду

ведомства – почётную грамоту Министерства промышленности и торговли Российской Федерации.

Но вернёмся на участок разливочных машин, где чугун разливается по мурдам, мурды под водой остывают, потом застывшие «чушки» чугуна разгружаются на площадки, на площадках остывают окончательно, потом отгружаются в вагоны или для временного складирования на склад.

Разливочная машина – агрегат сложный, в ней много вращающихся деталей, постоянно высокая температура. Поэтому и ремонты их идут периодически и практически никогда не кончаются. Вот и нужно делать так, чтобы при большом объёме работы, обязательно работали две машины, а третья была бы в ремонте, а ещё лучше, когда отремонтированная - в резерве.

Когда работали все три печи, за смену отгружали по 15-20 вагонов чугуна. Сейчас, с одной работающей доменной печью, отгрузка уменьшилась: 8-10 вагонов, иногда бывает и до пятнадцати. Да и народу поуменилось. Прошли времена, когда бригады были большие, на участке работали до сорока человек. За счёт умелой организации труда в бригаде С.А.Романова выполняются те же производственные задания по обеспечению доменных печей и отгрузке готовой продукции.

Это настоящая, вдохновенная и дружная работа, несмотря на её производственную некомфортность.

Тяжёлая работа требует хорошего отдыха. Сергей Анатольевич, как и многие косогорцы-доменщики, считает лучшим видом отдыха – рыбалку, особенно в компании друзей. Пожелаем же ему ни чешуи, и ни хвоста, и новых трудовых успехов.

Валерий Ходулин

ПОРТРЕТ С ДОСКИ ПОЧЁТА

Работать должен каждый горновой, Не только лишь руками, но и головой

Алексей Геннадьевич Федотчев, старший горновой третьей доменной печи

Родился 26 июля 1976 года на Косой Горе. Окончил школу №66, поступил в профтехучилище в посёлке Временном. Через три года учёбы получил профессию газозлектросварщика.

Служил в рядах Советской Армии, в погранвойсках. Побывал в горячих точках. Об этом «Косогорец» рассказывал на своих страницах.

После демобилизации работал в фирме «Центргаз», в посёлке Басово. Через некоторое время по контракту уехал на военную службу в Югославию, где служил в воздушно-десантных войсках, исполнявших миротворческую миссию в Косово.

По окончании контракта вернулся на Косую Гору, некоторое время работал га-



зоэлектросварщиком в заводском ЖКО, а в 2004 году перешел в доменный цех горновым третьей доменной печи. За

годы работы пришлось поработать на всех трёх печах, так что А.Г.Федотчев считается одним из самых опытных горновых. Сейчас вновь работает на третьей доменной печи, уже в должности старшего горнового.

Но старшими горновыми не рождаются. Как у каждого хорошего работника, у Алексея Федотчева по приходе в доменный цех был наставник. Это старший горновой Александр Михайлович Еськин.

– Опытный горновой, говорит о нём Алексей. – Всею меня научил. Он и сейчас работает на насосной станции.

В функции старшего горнового доменной печи входит организация подготовки к выпуску чугуна, организация самого выпуска: его надо открыть и закрыть, по словам доменщиков «дать» выпуск. Своевременно обеспечить постановку ковшей под выпуск чугуна, контролировать весь процесс выпуска.

В бригаде Алексея Федотчева пять человек. По его словам, все ребята отличные и работают отлично.

«Правой рукой» старшего горнового является Вячеслав Николаевич Дворовкин, почётный металлург, старший горновой доменной печи №1.

Но поскольку первая доменная печь



сейчас остановлена, Дворовкин работает вместе с Федотчевым, и у них получается своеобразный слаженный «металлургический дуэт».

В «ансамбль» Алексея Федотчева входит Сергей Костин из Дубны. Органически влились в коллектив Максим Ербутов, приехавший на работу в Россию с Украины, и недавно пришедшие в бригаду Николай Кириенко, живущий в Щёкине и Артём Семёнов. Работой каждого из них старший горновой доволен.

Бригада работает по принципу взаимного уважения, всё делается, как выразился А.Г.Федотчев «само собою», то есть никому не надо ничего приказывать и указывать, каждый добросовестно выполняет свои обязанности.

Но если кому-то тяжело, что-то не

ладится, то освободившийся доменщик тут же спешит на помощь товарищу по бригаде. Такого не бывает, чтобы один работал, а второй рядом отдыхал.

Поскольку выплавка чугуна – процесс непрерывный, доменщики работают в три смены. На вопрос, не трудно ли работать по ночам, Алексей Геннадьевич ответил, что за много лет уже привык и особого дискомфорта от работы в ночное время не ощущает.

Алексей не единственный из Федотчевых, кто работает на Косогорском металлургическом заводе. Рядом, в котельном отделении ТЭЦ-ПВС, работает его сын Максим Федотчев.

Родословная семьи Федотчевых берёт своё начало в Чернском районе Тульской области, где жили их дедушка и бабушка. У деда был большой огород, и Алексей с детства приучался к крестьянскому труду, помогая деду. А вот отец, Геннадий Валентинович Федотчев, после демобилизации из рядов Советской Армии приехал на Косую Гору и работал в тресте «Центрдомнаремонт». Сначала жили в трестовском общежитии на ул. Гагарина. От этой организации отец в своё время получил квартиру. Дом в самом центре Косой Горы. Сейчас отца уже нет в живых, и Алексей с семьёй живёт в этой квартире, откуда до завода – рукой подать, откуда утром ли, вечером или ближе к ночи он идёт в свой доменный цех, чтобы вместе с друзьями организовать очередные выпуски чугуна или ферромарганца.

Валерий Ходулин

ВЗГЛЯД В ИСТОРИЮ

Записки юного разведчика

Начало в №10, № 16

Ах, как хотелось спать, но что поделаешь... Встал, умылся, вещмешок был собран. Что в нём, я не знал, ибо собирал дед. Сели завтракать, и тут вошли ребята вместе с Харламенко. Бросив еду, схватил вещмешок и выскочил, даже не прощаясь. Дед задерживал меня, бабушка в слёзы, накинула на себя шаль, чтобы проводить, а меня уже и след простыл.

На трамвайной остановке народу было полно, и стоял милиционер. Харламенко что-то сказал ему. Когда подошёл трамвай, началась давка. Нас пропустили через переднюю площадку, и мы доехали до места назначения к 8 часам. Подвели нас к церкви, что стояла прямо в кремле. Сентябрь, а солнце пекло, как в самые горячие денёчки лета. Не было воды, а пить так хотелось, но отойти нельзя, – нас предупредили.

Часов в пять вечера прибыло начальство. Увидев страдающих не столько от голода, сколько от жажды ребят, сразу же приняли соответствующие меры. В какие-то минуты подкатили к церкви солдатская кухня, наполненная водой. Кружки и котелки, взятые из дома, были у каждого. Все с жадностью набросились на воду. Пили, набирали в запас, а зачем – не понимали. Начальство с любо-

пытством наблюдало за нами и удивлялось своей беспечности. Решая какие-то сложные вопросы, они совсем забыли о полусотне ребят.

Но вот подкатили три крытые машины с продуктами, и начали выдавать каждому по одному килограмму соли в мешочке. Затем открылись массивные церковные двери, и нас стали вызывать по списку. Прямо за дверью вручали оружие, за которое тут же расписывались. В итоге на 49 человек выдали пять автоматов ППД, шесть наганов, по две гранаты РГ-34, по двенадцать толовых шашек, метров по шесть бикфордова шнура и запалы.

Езда в неведомое

Дали команду по машинам, расселись и двинулись в путь. Ехали недолго, а когда дали команду выходить, мы оказались слева от Московского вокзала. Прямо перед нами стоял воинский эшелон с теплушками и одним пассажирским вагоном. Нам указали на теплушку, и мы снова рассредоточились по группам. Калужане с косогорцами – справа, туляки – слева, посередине стояла буржуйка, и рядом лежали аккуратно наколотые дрова.

Растопили буржуйку, ну, а поскольку нам выдали по бутылке водки, выпили её, плотно закусив тушёной. Паровоз



дал свисток, и эшелон медленно тронулся, постепенно увеличивая скорость. И только стук колёс на стыках да лязг буферов напоминали, что мы уезжаем в неведомое.

Многих, а, возможно, всех охватила какая-то грусть. Правда, одни не показывают этого, а другие сразу сникли. Вдруг кто-то крикнул:

– Косушка!

Все бросились к окну, к двери. Шёл выпуск чугуна, – косогорцы это поняли сразу. А как красиво выглядела такая картина издали! Ничего подобного мы никогда не видели, просто не верилось, что она такая, наша Косая Гора. Но вот и «косушка» осталась позади.

Калужане запели. Это Олег Иванов, у него красивый, звонкий голос. Его поддержали остальные. Сначала пели

«Жили два друга в нашем полку», затем Севка Щетинин запел «Слышно щёлканье пробок от пива, от табачного дыма угар...» и т.д.

Но вот голоса стали умолкать, буржуйка постепенно погасла, и все заснули. Сквозь сон услышали:

– Подъём!

Открыли глаза, у открытой двери стояли Харламенко, Парамонов, Щербаков. Последние двое нас сопровождали. Разобрав свои вещи, друг за другом вышли из эшелона. Прямо перед нами был лес, в нём ещё темно, хотя уже начало рассветать.

Эшелон тронулся дальше, а через железную дорогу в чистом поле стояла не убранная рожь, и рядом не было ни одного строения. Командование что-то обсуждало. Позвали Фокина и Щетинина. Те подошли, им что-то сказали, и они по чуть протоптанной тропинке пошли в лес. Прошло менее получаса, как они вернулись.

Последовала команда:

– Разобрать вещи, вперёд!

Шли по лесу, вдруг раздался крик:

– Кто идёт?..

Незнакомые люди о чём-то разговаривали. Ещё минут пять постояли, но вот разобрались и повели дальше.

Леонид Семин

ПОЗДРАВЛЯЕМ

Цеховой комитет профсоюзной организации заводоуправления тепло и сердечно поздравляет с днём рождения членов профсоюза

ЮЛИЮ ЕВГЕНЬЕВНУ КРИВОНОЖКО,

менеджера отдела сырья,

родившуюся 23 июля,

ОЛЬГА ВЛАДИМИРОВНА ТЕРЕШИНА,

ведущий специалист отдела труда и зарплаты,

родившуюся 25 июня,

КОЗЛОВУ ТАТЬЯНУ ВЛАДИМИРОВНУ,

кладовщика главного склада,

родившуюся 27 июня,

и желает им доброго здоровья, счастья,

бодрости и оптимизма.

«Косогорец»

присоединяется к добрым пожеланиям

БУДЕМ ЗДОРОВЫ

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ОБ ОНКОЛОГИИ

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), количество людей с диагностированными онкологическими заболеваниями в мире постоянно растёт и к 2030 году количество новых случаев заболевания раком увеличится примерно на 70%, достигнув цифры 21,6 млн. в год (по сравнению с 14 млн. в 2012 году), возрастёт и количество смертей от рака с 8,2 млн. до 13 млн. в год.

Ежегодно в России выявляется около 500 тысяч онкобольных, 300 тысяч из которых умирают.

В Тульской области на учёте с диагнозом рак состоят 38 тыс. взрослых и 200 детей. В структуре заболеваемости среди мужчин первое место занимают рак легкого (17%), второе – рак предстательной железы (14%), третье – рак кожи (10%), у женщин: рак молочной железы - 20%, рак кожи - 14% и рак тела матки - 7%.

Улучшение качества медицинской диагностики, проводимая диспансеризация и профилактические медицинские осмотры способствуют улучшению выявляемости онкологических заболеваний на ранних стадиях. Так за последние шесть лет в Тульской области доля больных с выявленными I и II стадиями онкопатологии увеличилась с 38,6% до 46,2%.

Что нужно знать о раке?

Рак является одним из самых опасных заболеваний, вызывающих панический страх у людей. Слово «рак», как медицинский термин восходит к древнегреческому врачу Гиппократу, который назвал так одну из кожных опухолей с твердой розовой поверхностью, напоминающей панцирь рака.

Много веков слово «рак» применялось только к кожным новообразованиям. В настоящее время раком, злокачественными опухолями или новообразованиями называют более 100 болезней, которые могут поражать любую часть организма.

Характерным признаком рака является быстрое образование аномальных клеток, прорастающих за пределы своих обычных границ, способных проникать в близлежащие части тела и распространяться в другие органы. Этот процесс называется метастазом. Метастазы являются основной причиной смерти от рака.

Факторы, оказывающие влияние на развитие рака

Причинами возникновения злокачественных заболеваний являются такие факторы образа жизни и окружающей среды, как курение и потребление алкоголя, неправильное питание и низкая физическая активность, инфекционные факторы, профессиональные канцерогенные воздействия, ионизирующее и ультрафиолетовое излучение и загрязнение атмосферного воздуха. Доказано, что частота возникновения рака увеличивается с возрастом (со старением организма), а также наличием у человека наследственных и приобретенных заболеваний.

Что нужно делать, чтобы избежать рака

Эксперты утверждают, что около 40% раковых заболеваний можно предотвратить благодаря ведению здорового образа жизни и устранению основных факторов риска.

Чтобы значительно снизить риск развития злокачественных новообразований, необходимо отказаться от курения, не злоупотреблять алкоголем, заниматься физкультурой и спортом не реже 3 раз в неделю; правильно питаться, для чего уменьшить количество мяса и сахара в ежедневном рационе, употреблять больше овощей и фруктов, избегать длительного пребывания на солнце и в соляриях, преодолевать стрессовые ситуации и регулярно проходить профилактические обследования в соответствии с возрастной группой.

Правильное отношение к своему здоровью, подразумевающее соблюдение элементарных правил профилактики и регулярные медицинские обследования, позволят человеку значительно снизить риск развития рака.

На что необходимо обращать внимание

Для выявления онкозаболеваний на ранней стадии и своевременного проведения его лечения, необходимо немедленно обращаться к врачу, если выявляются следующие изменения:

- на коже длительно незаживающие язвочки или ранки, изменения в родимом или пигментированном пятне;
- изнурительный кашель или необычно охрипший голос, трудность при глотании;
- отмечаются нарушения в деятельности желудка, кишечника или мочевого пузыря, появляется кровь в кале;
- появляются утолщения или уплотнения в грудных железах или где-либо еще.

Какие виды обследований необходимо проходить

Онкологи рекомендуют мужчинам и женщинам старше 39 лет, даже при отсутствии каких-либо симптомов и признаков заболевания, проходить диспансеризацию и профилактические медицинские осмотры, которые включают в себя флюорографию лёгких, колоноскопию (по назначению врача), женщинам – маммографию, мужчинам - УЗИ-исследование предстательной железы (по назначению врача).

Рекомендуется и ежегодное лабораторное обследование по перечисленным основным лабораторным тестам.

ПОМНИТЕ, что никогда не поздно что-то изменить в своей жизни. Следование правилам здорового образа жизни и своевременные обследования позволяют увеличить как продолжительность, так и качество жизни

Центр медицинской профилактики.

УЛЫБНЕМСЯ

Как отличить гуманитария от технаря?

Задать ему вопрос: «Что такое гипербола?».

- Вы так молоды и уже вдова.
- Мой муж умер от инсульта сразу после свадьбы...
- Бедняга... Хорошо ещё, что недолго мучился.

— Печень жалко... — Так ты ж завязал! — Я и говорю: печень жалко — вхолостую работает!

- Дайте мне, пожалуйста, шариковую ручку.
- Шарик, дай дяде лапку.

- Ты самая красивая была на своём дне рождения.
- Спасибо! Я старалась!
- Специально что ли гостей подбирала?!

В ОБЕДЕННЫЙ ПЕРЕРЫВ

					2	1		8
9	5				7			6
		8						
		7	4					2
5	4						1	9
3					6	4		
						8		
1			3				6	4
7		9	2					

Учредитель:
ПАО «КМЗ»

Адрес редакции:
300093, Россия, г. Тула, пос. Косая Гора,
Орловское шоссе, 4. Наш телефон: 24-39-54.
e-mail: press-centr@kmz-tula.ru

Редактор
Валерий Ходулин
Компьютерная вёрстка:
Денис Гастев

Отпечатано в ОАО «Типография «Труд».
302028, г. Орел, ул. Ленина, 1.
Тираж 750 экз. Заказ №

Газета выходит 3 раза в месяц.
Поступившие материалы не возвращаются.
Ответственность за точность фактов
несёт автор.