



Орган ректората, парткома, профкома и комитета ВЛКСМ
Московского ордена Трудового Красного Знамени физико-технического института

Газета выходит
с 1 сентября 1958 г.
№ 32 (778)

Пятница, 13 ноября 1981 г.

Цена 1 коп.

Партийное собрание отметило, что партийная организация, весь коллектив института настойчиво работают над выполнением решений XXVI съезда КПСС и постановлений ЦК КПСС по высшей школе, направляя свои усилия на совершенствование подготовки высококвалифицированных специалистов для важнейших отраслей народного хозяйства.

По итогам работы в 1980 году и в X пятилетке МФТИ присуждено переходящее Красное знамя Минвуза СССР и ЦК профсоюза работников просвещения, высшей школы и научных учреждений, институт награжден дипломом I-й степени ВДНХ СССР.

В 1980—81 учебном году план по выпуску специалистов выпол-

КПСС «Об улучшении идеологической, политико-воспитательной работы», партком, партийные бюро проводят работу по дальнейшему совершенствованию всей системы коммунистического воспитания в институте.

В отчетный период улучшилось ее планирование и организация контроля. Разработан комплексный план воспитания студентов на весь период обучения. Вопросы улучшения идейно-политического воспитания в течение года неоднократно рассматривались на заседаниях партийного комитета.

Перспективной формой работы кафедр общественных наук является создание и использование в учебном процессе и научной работе терминального информационного центра.

ПАРТИЙНУЮ РАБОТУ — НА УРОВЕНЬ НОВЫХ ЗАДАЧ

нен на 100%. Успеваемость студентов института последние 5 лет стабилизировалась на уровне 95%, за этот же период значительно возросло количество студентов, успевающих на хорошо и отлично, — в последнюю сессию составило 65,7%.

Успешно работала аспирантура института. Общий процент представлений и защит диссертаций в срок составил соответственно 78,6 и 53,6%.

Достижению высокой успеваемости, подготовке ученых высокой квалификации способствовало организованное проведение занятий и сессий, тщательный подбор научных руководителей аспирантов.

Большое внимание уделяется повышению качества учебного процесса. Создана комиссия ректората и парткома по координации программ общепедagogических кафедр, пересмотрены и переутверждены учебные планы всех специальностей, ведется активная работа по улучшению качества лекций и обеспечению студентов учебниками и учебными пособиями, организована школа молодого преподавателя.

Научно-исследовательская работа ведется на всех кафедрах по 75 хозяйственным и 75 госбюджетным темам. Все хозяйственные научно-исследовательские работы ведутся по актуальной тематике, записанной в «Основных направлениях экономического и социального развития СССР на 1981—85 годы и на период до 1990 года», отраженной в решениях XXVI съезда КПСС.

Сформировано несколько крупных программ, в разработке которых принимали участие ведущие общепедagogические и общенаучные кафедр. Большое внимание уделяется научной работе студентов.

Выполняя решения XXVI съезда КПСС, постановление ЦК

3 ноября состоялось отчетное партийное собрание МФТИ. С отчетным докладом выступил секретарь парткома Ю. Г. КРАСНИКОВ. О работе комиссии по контролю деятельности администрации собранию доложил ее председатель С. С. НОВИКОВ.

В обсуждении докладов приняли участие декан ФУПМ А. А. НАТАН, член парткома Т. С. КОРЖЕВА, секретарь партбюро ФФКЭ Н. Е. НИКИ-

В институте сложилась система работы с кадрами. Прочно вошли в практику парткома и партийных бюро рассмотрение кадровых вопросов.

Значительная работа проводится по подготовке резерва вступающих в КПСС, с кандидатами в члены партии и с молодыми коммунистами. Подавляющее большинство молодых коммунистов вступает в партию из рядов ВЛКСМ.

За отчетный период состоялись три общепедagogические партийные собрания, заседания парткома проводились по утвержденному плану раз в две недели. В центре внимания находились вопросы выполнения коллективом института постановлений партии и правительства, важнейшие вопросы жизни института. Большое внимание уделялось контролю за ходом выполнения принимаемых решений.

В настоящее время институт располагает значительной материально-технической базой, современным научным оборудованием. Ведется большой объем строительных работ. Партийный комитет уделял достаточно много внимания работе служб АХО, обсуждал на своих заседаниях важнейшие хозяйственные вопросы.

Партийное собрание отметило следующие недостатки и вопросы, требующие решения:

— малоэффективно ведется работа по привлечению в институт абитуриентов из Москвы и Московской области через вечерние

физико-математические школы; — подавляющее большинство госбюджетных НИР ведется еще по инициативной тематике;

— слабо используются возможности ученых советов для координации НИР и формирования планов научных работ на факультетах;

— пристального внимания требуют вопросы расширения внедрения в народное хозяйство результатов научных разработок; в том числе, с получением экономического эффекта;

— нуждается в пересмотре структура штатного состава хозяйственных НИР с целью увеличения относительного количества рабочих высокой квалификации;

— недостаточно систематично проводится воспитательная работа в студенческих общежитиях и клубах;

— имели место случаи нечеткой организации единого политедня, требует дальнейшего совершенствования организация партийного образования;

— медленно реализуется план совершенствования наглядной агитации в институте;

— имелись случаи нарушения партийной дисциплины молодыми коммунистами; нерегулярно проводилась учеба выборного актива;

— службами АХО не решены вопросы, связанные с пуском второго котла, своевременным ремонтом поликлиники, столовой, профилактория, общежитий, не

ТИН, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта В. Г. ФЕДОСОВ, аспирант В. П. СЛОБОДЯНИН, проректор института по административно-хозяйственной работе А. И. ВЫБОРНОВ, доцент А. С. ДЬЯКОВ, ректор института О. М. БЕЛОЦЕРКОВСКИЙ.

На собрании выступила секретарь Мытищинского ГК КПСС Н. В. КУЗНЕЦОВА.

была обеспечена эффективная работа внутреннего ССО; — некоторые руководители служб АХО не проявляют необходимой ответственности при выполнении своих обязанностей.

ПАРТИЙНОЕ СОБРАНИЕ ПОСТАНОВИЛО:

Признать работу парткома института за отчетный период удовлетворительной.

Ректорату, парткому, держать под контролем выполнение планов мероприятий института по реализации постановлений ЦК КПСС и СМ СССР «О развитии высшей школы», «О повышении эффективности научно-исследовательской работы в вузах».

Продолжить совершенствование системы целевой подготовки высококвалифицированных специалистов на общих и базовых кафедрах. Выполнить задание по подготовке специалистов на предстоящий период, задачи по укреплению экономической мощи страны.

Обеспечить полное использование научного потенциала преподавателей-совместителей общих и базовых кафедр, усилить методическую работу базовых кафедр, больше внимания уделять изданию учебных пособий по новым разделам науки и техники.

Создать эффективную систему по привлечению и подготовке к поступлению в институт учащихся школ Москвы и Московской области, совершенствовать работу заочной и вечерней физико-математических школ.

Считать важной задачей коллектива института, партийной организации дальнейшее повышение эффективности НИР, выполняемых по целевым программам, а также в интересах народного хозяйства и социального развития Московской области.

Партбюро, деканатам, ученым советам повысить роль факультетов в формировании программ НИР, согласовав их с направлениями подготовки и учебной работы на факультетах, объединив научный потенциал кафедр на выполнение важнейшей научной тематики.

Упорядочить штатную структуру НИСа в направлении увеличения относительной численности рабочих высокой квалификации.

Парткому, комитету комсомола продолжить совершенствовать систему коммунистического воспитания на основе комплексного подхода, исходя из единства идейно-политического, трудового и нравственного воспитания. Последовательно руководствоваться в этой работе решениями XXVI съезда партии, постановлением ЦК КПСС «Об улучшении идеологической, политико-воспитательной работы», решениями МК и ГК КПСС, а также комплексным планом института по коммунистическому воспитанию студентов на весь период обучения.

Идеологическому сектору парткома, комитету комсомола партбюро факультетов значительно улучшить организацию и качество

воспитательной работы со студентами во внеучебное время. Во всех студенческих общежитиях последовательно осуществлять планы идейно-воспитательной работы. Совершенствовать культурно-массовую работу в студенческих клубах, регулярно обновлять наглядную агитацию в общежитиях.

Идеологической комиссии при парткоме института продолжать совершенствовать систему партийного образования, обеспечить качественное функционирование всех ее звеньев и форм. Организовать в 1982 г. школу молодого коммуниста. Улучшить планирование и организацию проведения единого политедня.

Кафедрам общественных наук добиться полного выполнения рекомендаций Всесоюзного совещания заведующих кафедрами общественных наук, проведенного Центральным Комитетом партии.

Преподавателям-обществоведам больше уделять внимания критике антикоммунизма, социал-реформизма и ревизионизма. Парткому уделять больше внимания работе кафедр общественных наук.

Парткому, партийным бюро повысить влияние партийной организации на важнейшие стороны жизни и деятельности института. Продолжить работу по подбору, расстановке и воспитанию кадров, аттестации преподавателей институтских, факультетских и базовых кафедр. Считать необходимым дальнейшее повышение трудовой и исполнительской дисциплины, инициативы всех коммунистов и сотрудников института.

Продолжить практику совместной работы с партийными организациями базовых кафедр по регулярному заслушиванию отчетов о работе базовых кафедр.

Парткому, партийным бюро факультетов совершенствовать работу по приему в КПСС и с молодыми коммунистами. Повышать уровень требований к резерву на прием в КПСС, к выполнению молодыми коммунистами уставных требований, партийных поручений. Организовать регулярную учебу выборного партийного актива.

Ректорату, парткому, партбюро АХО сконцентрировать усилия служб АХО на вводе в строй нового общежития, пуске второго котла, получении лимитов газа, завершении реконструкции поликлиники и профилактория, строительстве электрической подстанции и склада.

Руководству и партбюро АХО больше внимания уделять совершенствованию перспективного и текущего планирования, подбору и расстановке кадров, укомплектованию квалифицированными штатными сотрудниками отделов главного механика и главного энергетика. Проанализировать упущения и недостатки в работе служб АХО, дать принципиальную оценку деятельности ответственных за эти недостатки руководителей служб.

Заслушав отчет комиссии по контролю деятельности администрации, партийное собрание постановило:

Признать работу комиссии по контролю деятельности администрации удовлетворительной.

В дальнейшей работе комиссии настоятельно добиваться повышения действенности контроля и проверки исполнения. Усилить гласность в работе комиссии.

ТОРЖЕСТВЕННОЕ СОБРАНИЕ

В обстановке высокого политического и трудового подъема отметил коллектив нашего института 64-ю годовщину Великой Октябрьской революции.

4 ноября в концертном зале состоялось торжественное собрание профессоров, преподавателей,

студентов, аспирантов, рабочих и служащих института, посвященное великому празднику. С докладом о 64-й годовщине Великой Октябрьской социалистической революции выступил доцент В. А. Кувшинов.

На собрании были подведены

итоги социалистического соревнования за 1981 год. С докладом по этому вопросу выступил член парткома Ю. А. Романюк.

7 ноября коллектив института участвовал в праздничной демонстрации трудящихся Долгопрудного.

ИТОГИ

26 октября на расширенном заседании профкома института были подведены итоги социалистического соревнования в МФТИ, посвященного празднованию 64-й годовщины Великой Октябрьской социалистической революции.

Среди факультетов места распределены следующим образом:

- I место — ФФКЭ;
- II место — ФАКИ;
- III место — ФМХФ.

Деятельность факультетов оценивалась примерно по 50 показателям, соответствующим условиям Всесоюзного социалистического соревнования коллективов и вузов.

В разделе «Учебная работа в семестре» профком отметил хорошие показатели ФМХФ, ФАЛТ, ФПФЭ и ФРТК по учебе младших курсов; ФОПФ, ФУПМ, ФПФЭ — по качеству подготовки студентов; ФАЛТ, ФФКЭ, ФАКИ, ФОПФ — по регулярности учебного процесса; ФФКЭ, ФАЛТ, ФАКИ, ФОПФ — по сохранению контингента сту-

дентов; ФФКЭ, ФАЛТ, ФМХФ, ФОПФ отмечены в целом по разделу.

В разделе «Учебно-воспитательная и шефская работа» по результатам работы комсомольских организаций отмечены ФФКЭ, ФУПМ, ФМХФ, ФАЛТ; по воспитательной и шефской работе преподавателей и сотрудников — ФАКИ, ФФКЭ, ФУПМ; в целом по этому разделу отмечены ФФКЭ, ФАКИ, ФУПМ и ФАЛТ.

В разделе «Научно-исследовательская и методическая работа» по госбюджетной НИР лучшие показатели у ФФКЭ, ФРТК, ФУПМ; по хозяйственной НИР — у ФФКЭ, ФАКИ, ФРТК и ФОПФ; по НИР аспирантов — у ФФКЭ, ФМХФ, ФРТК и ФПФЭ; по НИР студентов — у ФУПМ, ФАКИ, ФРТК; по методической работе —

у ФПФЭ, ФМХФ, ФУПМ и ФАЛТ. В целом по разделу лучшие показатели у ФФКЭ, ФРТК, ФУПМ и ФПФЭ.

В разделе «Профсоюзно-массовая, спортивная работа и работа со школьниками» отмечены ФМХФ, ФАКИ, ФРТК по работе профбюро и организации быта и отдыха студентов; ФАКИ, ФФКЭ, ФРТК — по спортивной работе; ФОПФ, ФРТК, ФАКИ — по работе со школьниками. В целом по разделу отмечены ФАКИ, ФРТК и ФМХФ.

Среди подразделений института победителями стали коллективы библиотеки, НИСа, аспирантуры, профилактория, общежития Зюзино.

Почетными грамотами за успехи в производственной работе и выполнении социалистических обязательств награждены коллективы учебной части и II отдела, была отмечена также хорошая работа детского сада, отдела благоустройства и коллектива общежития № 2.

XXII ПРОФСОЮЗНАЯ

30 октября состоялась XXII отчетно-выборная профсоюзная конференция института, на которой с отчетным докладом выступил председатель профкома В. П. Вакалов.

Делегаты конференции отметили, что профсоюзная организация института, борясь за претворение в жизнь исторических решений XXV и XXVI съездов КПСС, руководствуясь постановлением ЦК КПСС и Совета Министров «О дальнейшем развитии высшей школы и повышении качества подготовки специалистов» и другими постановлениями, провела значительную работу по повышению качества учебного процесса, уровня воспитательной работы, по улучшению условий труда, быта и отдыха студентов и сотрудников института.

Институт добился высоких показателей в учебной работе. Успеваемость стабильно держится на уровне 95%. Значительно возросло число студентов, успевающих только на хорошо и отлично, и составляет 64,8%. Число дипломов с отличием возросло до 21%.

Произошло дальнейшее развитие материальной базы института: строится новый учебный корпус, завершается строительство общежития на 537 мест в Долгопрудном, закончилось строительство 1-й очереди спортивного лагеря в Геленджике.

Большая работа проведена профкомом по дальнейшей организации социалистического соревнования, что способствовало развитию учебно-воспитательной работы, активизации членов профсоюза, укрепленности производственной дисциплины и организованности всего коллектива института.

Много сделано профкомом по улучшению бытовых условий студентов и сотрудников. В настоящее время все студенты МФТИ обеспечены местами в общежитии. 34 семьям сотрудников института улучшены жилищные условия. Студенты I—III курсов пользуются льготным питанием. Улучшилась работа столовой.

Успешно развивалась культурно-массовая работа. Полностью укомплектован штат институтского клуба. Культкомиссией профкома и клубом проводится большая работа по идейно-художественному воспитанию студентов — лекции, смотры, конкурсы. Больших успехов добилась театральная студия. Успешно проходят ежегодные смотры самодеятельности — «Недели факультетов». Состоялось более 50 встреч с деятелями культуры и искусства. Популярны экскурсии и посещения театров, музеев и кино. На базе институтского и 7 факультетских клубов в общежитии постоянно работают более 30 кружков самодеятельности.

5700 человек являются членами добровольного спортивного общества «Буревестник», из них 5450 человек регулярно занимаются спортом. За отчетный период существенно улучшилась работа по комплексу ГТО. В спортивных секциях и отделениях по 27 видам спорта занимаются 4240 человек, в том числе 727 преподавателей и сотрудников.

ПОЗДРАВЛЯЕМ

Главный комитет Выставки достижений народного хозяйства СССР утвердил участниками ВДНХ СССР 1981 года и наградил по Московскому физико-техническому институту:

Серебряной медалью и денежным вознаграждением в сумме ста рублей —

Федотова Бориса Васильевича, профессора, зав. кафедрой научного коммунизма за непосредственное участие в разработке комплексного информационного обеспечения кафедр общественных наук, разработку информационных массивов и внедрение терминального информационного центра в ИЦ НТТМ.

Бронзовой медалью и денежным вознаграждением в сумме пятидесяти рублей —

Петрова Сергея Борисовича, студента, за разработку программ поиска информации по истории КПСС и наладку телекоммуникационной системы.

Антимирова Евгения Петровича, студента за разработку программ для совершенствования учебного процесса кафедры политэкономии, участие в комплексной отладке телекоммуникационной системы.

По результатам работы жюри Всесоюзного конкурса на лучшую студенческую научную работу по разделу «Физические науки» 1981 года Приказом по институту награждены грамотами и денежными премиями студенты:

Работа представлена на медаль Минвуза СССР и ЦК ВЛКСМ и АН СССР:

Мамаев Александр Владимирович (544 группа ФМХФ) — 60 руб.

Работы представлены на диплом Минвуза СССР и ЦК ВЛКСМ:

Сухов Андрей Владимирович (544 группа ФМХФ) — 45 руб.

Васильев Александр Анатольевич (517 группа ФРТК) — 45 руб.

ПОБЕДИТЕЛИ

Работы награждены грамотами жюри:

Панферов Юрий Федорович (546 группа ФМХФ) — 30 руб.,

Усков Александр Михайлович (546 группа ФМХФ) — 30 руб.,

Горшков Александр Владимирович (546 группа ФМХФ) — 30 руб.,

Бражников Андрей Евгеньевич (517 группа ФРТК) — 30 руб.

Надеждин Евгений Ростиславович (525 группа ФОПФ) — 30 руб.,

Костяной Андрей Геннадьевич (634 группа ФАКИ) — 30 руб.,

Боритко Сергей Викторович (554 группа ФФКЭ) — 30 руб.

Хорошо работали поликлиника и профилакторий. За отчетный период в профилактории побывало 2800 человек. 158 детей смогли выехать за 1980—81 г. вместе с родителями на Пестовское водохранилище.

Вместе с тем конференция отметила следующие недостатки в работе профкома:

Недостаточно эффективно проводится обмен опытом учебной, методической, научной и воспитательной работы лучших факультетов, кафедр и подразделений.

Студенческими советами слабо проводится работа по повышению ответственности студентов за сохранность и бережное отношение к социалистическому имуществу.

Все еще недостаточно высок идейно-политический уровень некоторых культурных мероприятий.

Не было проявлено должной настойчивости перед руководством института по выполнению «Соглашения по охране труда и технике безопасности».

Не проводилась спортивная работа со студентами старших курсов, проживающими в общежитии в Москве. Не налажена работа бассейна и спортивных залов по воскресным дням. Вызывает тревогу статус, состояние и организация спортивно-оздоровительного лагеря на Пестовском водохранилище.

XXII отчетно-выборная профсоюзная конференция приняла постановление, в котором говорится:

Профсоюзной организации направлять усилия коллектива на дальнейшее претворение в жизнь исторических решений XXVI съезда КПСС в деле подготовки и воспитания квалифицированных кадров для народного хозяйства. Совершенствовать и развивать социалистическое соревнование между факультетами, отдельными кафедрами и подразделениями института.

Организовать эффективную координацию деятельности студенческих советов.

Профкому, новому составу совета клуба разработать меры дальнейшего повышения идейно-художественного уровня сценарных выступлений студентов. Оказывать материальную поддержку коллективам художественной самодеятельности, особенно театральной студии в постановке спектаклей.

Профкому совместно с отделом охраны труда проанализировать причины постоянного невыполнения части пунктов «Соглашения по охране труда, технике безопасности и промсанитарии», обратить самое серьезное внимание ректората на обязательное выполнение всех пунктов «Соглашения».

Профкому и ректорату в ближайшее время решить комплекс вопросов, связанных с нормальной работой спортивно-оздоровительного лагеря на Пестовском водохранилище.

Добиваться дальнейшего улучшения работы столовой.

Поднять спортивную работу среди студентов старших курсов, проживающих в общежитии в Москве.

Постоянно совершенствовать стиль и методы организационной работы.

Состав комитета ВЛКСМ института

Болдырев Игорь Валентинович — второй секретарь комитета комсомола ФАЛТ.

Борисов Юрий Альбинович — секретарь комитета ВЛКСМ ФМХФ.

Григорьев Александр Иванович — секретарь комитета ВЛКСМ ФРТК.

Гуз Сергей Александрович — заместитель секретаря комитета ВЛКСМ МФТИ по идеологии.

Горбачев Олег Геннадьевич — сельскохозяйственные работы и субботники.

Горицкий Сергей Витальевич — секретарь комитета ВЛКСМ ФАКИ.

Данилов Сергей Давыдович — базовые комсомольские организации.

Жаренов Анатолий Валерианович — Ленинский зачет.

Зайкин Юрий Федорович — секретарь комитета ВЛКСМ ФПФЭ.

Зернов Владимир Алексеевич — секретарь комитета ВЛКСМ МФТИ.

Игнатьев Игорь Александрович — научно-студенческий сектор.

Лукашенко Сергей Николаевич — военно-патриотический сектор.

Караваев Александр Давыдович — заместитель секретаря ко-

митета комсомола МФТИ по ССО.

Кириakov Владислав Христофорович — организационный сектор.

Коновалова Ирина Андреевна — шефский сектор.

Легостаев Игорь Викторович — заместитель секретаря комитета комсомола МФТИ по УНР.

Никитина Наталья Константиновна — заместитель секретаря комитета комсомола МФТИ по работе.

Нефедьев Николай Михайлович — культмассовый сектор.

Петров Игорь Борисович — секретарь комсомольского бюро сотрудников.

Роговский Олег Викторович — секретарь комитета комсомола ФФКЭ.

Склярчук Владимир Анатольевич — сектор стенной печати и наглядной агитации.

Самвелян Оганес Юринович — секретарь комитета комсомола ФОПФ.

Фомин Владимир Валерианович — редактор комсомольской редакции «За науку».

Шигапов Зинаида Гамирович — сектор пропаганды и агитации.

РУКОВОДСТВУ МФТИ



судовой стенгазеты «Океанолог», подготовили и показали два концерта художественной самодеятельности.

Научно-исследовательское судно «Академик Мстислав Келдыш» в период июль—октябрь 1981 года совершило свой второй рейс. Он отличился проведением интересных научных работ в районе Балтики и Атлантики, Средиземного и Черного морей.

Вместе с научными работниками Института океанологии АН СССР трудились студенты МФТИ. Подводя итоги рейса, начальник экспедиции Житковский Ю. Ю. с теплотой отзывался о молодых сотрудниках — членах экспедиции, которые внесли свой достойный вклад в успешное выполнение рейсового задания.

Студенты вместе со своим заместителем декана Каменцом Ф. Ф. много потрудились, так сказать, на общественной ниве. Они выпустили три великолепных номера

Если учесть, что они являлись образцом выполнения уставных требований, примером в выполнении правил советского моряка за границей, то хотелось бы выразить искреннюю благодарность за их труд, за их большую работу, которую они сделали на борту нашего судна. Выражаю уверенность, что их участие во втором научно-исследовательском рейсе не пройдет бесследно. Оно несомненно скажется на учебе в институте, на научных работах, которые они ведут или будут проводить. Уверен также и в том, что в недалеком будущем они снова будут у нас, уже в качестве ученых, и что с их помощью будут выполнены новые, не менее интересные научные работы на НИС «Академик Мстислав Келдыш».

Б. М. ДЕРЕНДЯЕВ,
первый помощник капитана.

У ЗЮЗИНЦЕВ

22 октября в зюзинском общежитии студенты и аспиранты провели отчетно-перевыборную конференцию. Председатель совета общежития М. Забейало в своем докладе рассказал о проделанной за год работе, о проблемах, которые еще предстоит решить, предложил планы на следующий учебный год. С аналогичными докладами выступили члены совета — ответственные по секторам: студсовет, идейно-воспитательная работа в общежитии, клуб и т. д.

Директор общежития И. Ф. Осмаков рассказал о планах работы администрации, ответил на вопросы, заданные ему делегатами. Нет необходимости приводить здесь перечень этих вопросов, так как многие из них уже решены к моменту выхода данного номера.

Совершенно справедливо на конференции была отмечена слабая связь Зюзино с нашей газетой. Думается, что вновь избранный совет общежития выступит в скором времени на страницах «За науку» со своими проблемами.

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА

Грипп — вирусное острозаразное заболевание, которое передается от больного человека здоровому преимущественно при непосредственном контакте. Основной путь передачи гриппозной инфекции — воздушно-капельный: при разговоре, чихании. Выпыхки гриппа наблюдаются периодически в различных странах в холодное время года.

В нашей стране возможно появление гриппа через 1—1,5 месяца.

Очень эффективно в профилактике гриппа по опыту прошлых лет и статистике показали себя профилактические прививки противогриппозной вакциной. Привитые почти не заболели гриппом, если в отдельных случа-

ях и развивалось заболевание, то оно протекало легко, не сопровождалось осложнениями, тогда как у непривитых очень часты были осложнения на сердечно-сосудистую систему, суставы, легкие и др. органы.

В связи с ожидающейся выпыхкой гриппа в поликлинике и общежитиях будут проводиться прививки противогриппозной вакциной. Чтобы хорошо подготовить свой организм к встрече с гриппозной инфекцией и уберечь себя от заболевания гриппом, нужно начинать прививки уже сейчас.

Большое значение для профилактики гриппа имеет соблюдение простых санитарно-гигиенических мероприятий, таких, как частое проветривание помещений, осо-

бенно если в нем находится больной гриппом, влажная уборка жилищ с применением раствора хлорной извести, изоляция больного гриппом ширмой, подвешенной простыней, соблюдение правил личной гигиены: чистота кожи, пользование отдельной посудой, ношение масок. Не рекомендуется в период вспышек заболеваний посещать театры, кино и другие общественные места с большим скоплением людей, где возрастает возможность заражения гриппом. Рекомендуется больше времени проводить на свежем воздухе.

Неспецифическая профилактика гриппа складывается из моментов, повышающих сопротивляемость организма, укреплению и закаливанию его. Мероприятия эти общезвестны и очень несложны. Это, прежде всего, соблюдение режима дня, который складывается из элементов: сна,

питания, труда и отдыха. В этот период особенно нужен полноценный, достаточный по времени сон. Нужно хорошо и правильно питаться, это не значит только питаться калорийно, а, прежде всего, регулярно, разнообразно, никогда не ходить на занятия или на работу натощак, перерывы между приемами пищи не должны составлять больше 4-х часов, в меню должны входить различные блюда: из мяса, рыбы, молочных, мучных продуктов, овощей, фруктов и т. д. Необходимо насыщать свой организм витаминными группами В, С, А. Обязательно разумно чередовать умственный труд с физическим трудом и отдыхом, пребыванием на свежем воздухе, пребыванием в благополучном организме — благоприятная почва для любого заболевания.

Для профилактики гриппа важно также обратить внимание на хронические очаги инфекции в организме, находящиеся в миндалинах, зубах, придаточных пазухах носа, и своевременно их излечить.

Одним из моментов, резко снижающих сопротивляемость организма и ослабляющих его, является охлаждение и переохлаждение, поэтому нужно одеваться по сезону, не приносить свое здоровье в жертву моде или сомнительной красоте, не ходить без головных уборов, в легких синтетических куртках, тонких чулках.

Свежий воздух, спорт, утренняя гимнастика, водные процедуры закаляют организм, делают его более устойчивым к заболеванию гриппом.

С. МИХАЛЕВА,
главный врач
поликлиники МФТИ.