



*Газета Вологодской государственной
молокохозяйственной академии имени Н.В. Верещагина*

Академгородок

№ 8 (2506) Понедельник, 27 июня 2016 года



105-летний юбилей

стр. 3

**Вологодской ГМХА, старейшему вузу Северо-Запада
России, исполнилось 105 лет. В день юбилея в учебном
заведении состоялся «Форум выпускников»**

Золотой актив - 2016

10 июня в Вологодской государственной молочногохозяйственной академии имени Н. В. Верещагина состоялось ежегодное традиционное чествование «Золотого актива Вологодской ГМХА».

Благодарственными письмами, дипломами и медалями наградили студентов, которые принимали активное участие во внеучебной деятельности и внесли свой вклад в развитие общественной, культурно-массовой и творческой жизни вуза. «Самой главной составляющей частью нашей академии явля-

ется студенчество, - отметил ректор Вологодской ГМХА Николай Гурьевич Малков. - То, что вы сумели совместить активную общественную работу с выполнением главной задачи студента (хорошей успеваемостью) - крайне важно, это поможет вам состояться в жизни, достичь профессиональных успехов». В «Золотой актив - 2016» вошли Екатерина Кочнева, Денис Борисов, Анастасия Катаева и Марина Куваева, им вручили корпоративный знак отличия — «Золотую медаль».



Черлидеры завоевали «золото»

Команда по черлидингу «MUT» появилась в Вологодской ГМХА всего 2 месяца назад, однако ей уже удалось достичь высоких результатов – студенты академии завоевали «золото» на областном чемпионате по чир спорту и черлидингу.

Подобные соревнования состоялись в Вологодской области впервые, а это значит - участники смогли получить медали и официально заверенные титулы на родной земле. Тренировки команды «MUT» проходят плодотворно и основательно. Ребята готовятся к новым победам. «В следующем году мы планируем участвовать в соревнованиях в г.Санкт-Петербург», - рассказал о планах команды инициатор появления нового спортивного направления в академии, аспирант 1 курса технологического факультета, председатель студенческого спортивного клуба «Ворон» Роман Шутро. Мнение о том, что в крупных городах чир спорт развит зна-

чительно лучше, ребят не останавливает. Добавим, что после победы в областных соревнованиях команде поступило несколько предложений по поводу выступлений на городских мероприятиях.



Подписано в печать 27.06.2016

По графику – 10.00

Фактически – 10.00

Тираж 100 экз.

Газета распространяется бесплатно по структурным подразделениям академии и студенческим общежитиям

Адрес редакции:

160555, г. Вологда, с. Молочное,
ул. Пролетарская, д. 3, каб. 5

E-mail: press-centrvgmha@mail.ru

Учредитель:

ФГБОУ ВО «ВГМХА
имени Н.В. Верещагина»

Адрес учредителя:

160555, г. Вологда, с. Молочное,
ул. Шмидта, д. 2

Редактор

Серова Ангелина Сергеевна

Телефон: 8 921 532 72 55

Дизайн и верстка

Зуев Александр Сергеевич

Газета издается с октября 1966 года

Отпечатано с готового

оригинал-макета в типографии

ООО «Мастер Печати»

Адрес типографии: 160000,
г. Вологда, ул. Зосимовская, д. 15.

Редакция не несет ответственности
за предоставленные материалы

Центр молочного дела

На базе Вологодской государственной
молочногохозяйственной академии и УОМЗ ВГМХА
планируется создать

**Федеральный научно-практический
Центр молочного дела
имени Николая Верещагина**



С инициативой создания федерального Центра молочного дела глава региона Олег Кувшинников выступил 15 июня в Москве, сообщила пресс-служба Губернатора области.

В рамках Дней Вологодской области в Совете Федерации Губернатор представил регион на пленарном заседании «Час субъекта», встретился с Валентиной Матвиенко, презентовал выставку региона, а также рассказал о новом проекте, который готовится на Вологодчине. В планах - создание Федерального научно-практического Центра

молочного дела имени Николая Верещагина, создателя знаменитого Вологодского масла. Проект на базе Вологодской государственной молочногохозяйственной академии им. Н.В. Верещагина и Вологодского Учебно-опытного молочного завода позволит не только объединить и эффективно использовать потенциал всех научных школ, но и сформировать новое научно-инновационное ядро федерального уровня, укрепить позиции качественных молочных продуктов на российском и зарубежном рынках.

105-летний юбилей



Вологодской ГМХА, старейшему вузу Северо-Запада России, исполнилось 105 лет. 3 июня, в день юбилея, в учебном заведении состоялся «Форум выпускников».

«Вся история академии связана с развитием молочного дела в России. Ее основатель - Николай Васильевич Верещагин – по сути, является основоположником промышленной переработки молока, - подчеркнул ректор Вологодской ГМХА. - За всю историю в стенах ВУЗа зарождались и были сформированы многие научно-педагогические школы, новые научные направления и учебные дисциплины, и эти исторические традиции получают соответствующее развитие». Рассказывая выпускникам о важных изменениях в высшей школе, достижениях и событиях, которые произошли в Вологодской ГМХА за последнее время, ректор особо отметил тот факт, что по итогам мониторинга эффективности вузов, который согласно федеральному закону «Об образовании в РФ» проходит каждый год, академия стабильно признается эффективным учебным заведением. По таким комплексным показателям, как научная деятельность, международное сотрудничество и трудоустройство выпускников, Вологодская ГМХА по-прежнему остается одним из лидеров среди вузов Вологодской области.

В рамках «Форума выпускников» состоялась конференция. Докладчиками выступили преподаватели и выпускники Вологодской ГМХА. Были затронуты важнейшие вопросы, связанные с образовательной деятельностью и перспективами функционирования, прозвучали слова благодарности от выпускников. В связи со 105-летием были награждены сотрудники и преподаватели академии. Развиваясь и идя в ногу со вре-

менем, академия остается верна своим приоритетам, важнейшими из которых являются всестороннее развитие своих студентов, создание условий для формирования профессиональных навыков, духовно-нравственных и патриотических качеств молодых людей.

«Я являюсь выпускником академии, а именно – технологического факультета, который сегодня также отмечает юбилей, - рассказал заместитель Главы города Вологды по развитию городского самоуправления Сергей Александрович Воропанов. - С Вологодской ГМХА у меня связано много. Свои самые лучшие годы, студенческие, я провел в этих корпусах. Сегодня мне хотелось бы поблагодарить преподавателей. На своем опыте убедился, что те инженерные знания, которые вы даете, можно использовать не только по специальности, но и в любом инженерном деле, в любой сфере экономики».

Гордо пронося свою символику, представители 11 общественных студенческих объединений Вологодской ГМХА колонной прошли по улицам с. Молочное. Академия славится своими студентами, которые имеют достижения на различных городских, областных, всероссийских и международных конкурсах, фестивалях и соревнованиях. Для всестороннего развития студентов на базе

КДЦ и спортивного клуба работают более 20 кружков, студий и спортивных секций (театральная и танцевальная студии, секции по различным видам спорта и др.). В параде приняли участие главные активисты Вологодской ГМХА: Марина Куваева, Анна Маркелова, Александр Воронин, Полина Ершова, Григорий Угрюмов, Денис Борисов, Екатерина Кочнева, София Варзинова, Роман Шутро и др. Завершили колонну бойцы Мотоагитпробег «Победа». 105 воздушных шаров взлетели в небо во время парада студенческих организаций, их запустили студенты, выпускники, преподаватели и сотрудники академии.

На всех факультетах Вологодской ГМХА прошли круглые столы. Выпускники и преподаватели обсудили вопросы, связанные со спецификой образования, востребованностью выпускаемых специалистов. В центре внимания оказалась тема сотрудничества академии с крупными компаниями Вологодской области для организации практической деятельности студентов и стажировок.

Торжественная программа, посвященная 105-летию вуза, продолжилась в КДЦ академии, где прошел праздничный концерт. Здесь собрались преподаватели, студенты, выпускники, ветераны и многочисленные гости - в зале практически не осталось свободных мест. В мероприятии приняли участие творческие коллективы и талантливые студенты Вологодской ГМХА. Вечером на стадионе состоялся товарищеский матч по мини-футболу между студентами академии, прошли мастер-классы по алтимат фрисби.

Вологодская государственная молочно-хозяйственная академия им. Н.В.Верещагина имеет возможности дальнейшего развития и постоянного совершенствования своей деятельности, а значит – впереди новые горизонты, стремление к достижению которых и есть импульс развития Вологодской ГМХА.

Ангелина Серова



Июньское заседание Ученого совета

Заключительное заседание Ученого совета в 2015-2016 учебном году состоялось 15 июня в конференц-зале академии.

С докладом об итогах работы Вологодской ГМХА в 2015-2016 учебном году выступил ректор академии Николай Гурьевич Малков. Основная деятельность учебного заведения строилась таким образом, чтобы вуз справился со своими профессиональными задачами, связанными с контингентом студентов и штатом сотрудников, выполнением нормативов и требований ФЭ «Об образовании в РФ», учебной документацией по стандартам «3+» и регламентами работы вуза в соответствии с этими стандартами, а также со значительным уменьшением финансирования Вологодской ГМХА в 2016 году.

Ректор рассказал о динамике численности студенческого контингента по факультетам. По сравнению с 2015 годом число студентов сократилось, как следствие – произошла оптимизация научно-педагогических работников и сотрудников академии. «Мы надеемся, что демографической яме, которая должна закончиться в 2017 году, придет конец, и это позволит нам увеличить прием студентов, - подчеркнул Николай Гурьевич. – Но это не произойдет само по себе. Чтобы увеличение контрольных цифр приема состоялось, необходимо активно заниматься профориентационной деятельностью».

В рамках профориентационной деятельности и повышения привлекательности образования в Вологодской ГМХА реализуется проект «Профильное образование – шаг к построению карьеры», который охватывает 4 региона Северо-Запада. Планируется уделить большое внимание проекту «Школьные лесничества» и наладить более тесное сотрудничество с техникумами.

Затрагивая вопрос о результативности научно-исследовательской работы, Николай Гурьевич отметил, что в 2015 году академией выиграно 8 грантов, издано 6 монографий, получено 11 патентов и опубликовано 457 научных статей. Цитируемость трудов аспирантов и научных работников Вологодской ГМХА возросла в 3 раза. В настоящее время подписаны соглашения с 10 зарубежными вузами, разработаны программы зарубежного обучения преподавателей и студентов, реализуются академический обмен. Студенты академии имеют возможность проходить стажировку за рубежом.



«Успешно действуют органы студенческого самоуправления», - обозначил ректор. В Вологодской ГМХА реализуются традиционные проекты и мероприятия: мотоагитпробег «Победа», региональный этап интеллектуальной игры «Начинающий фермер», проект «Мобильные бригады», конкурс творческих работ «Моя малая Родина», спортивно-творческий фестиваль «Зима в Простоквашино», аграрный лагерь «Дружба», медиапроект «Наши выпускники» и многие другие. На базе академии проводятся областные слеты волонтерских отрядов, ведется образовательная программа в рамках проекта «Ты – предприниматель».

Реализуется утвержденный план хозяйственной деятельности: проведена замена теплосчетчика с установкой нового прибора учета тепловой энергии «Барс» (ул.Комсомольская, 4), процесс замены теплосчетчиков в других зданиях продолжается; ведутся работы по подготовке зданий к отопительному сезону, обустройству складского помещения (ул.Пролетарская, 3) и благоустройству территории; проводится ежедневный контроль по экономии энергоресурсов. В августе планируется частичная замена окон в общежитиях.

Декан факультета агрономии и лесного хозяйства Ольга Васильевна Чухина представила кандидатуру Елены Васильевны Седуновой на должность заведующего кафедрой физической культуры. «Елена Васильевна в 1996 году окончила Вологодский государ-

ственный педагогический университет, стаж научно-педагогической работы – 20 лет. С 2007 года обучалась в аспирантуре при кафедре педагогики и психологии высшей школы негосударственного некоммерческого образовательного учреждения «Московский гуманитарный университет», успешно защитила диссертацию «Формирование этических ценностей студентов в образовательном пространстве педагогического вуза» в 2010 году. Кандидатуру поддержали на заседании кафедры физической культуры и на совете факультета агрономии и лесного хозяйства», - дала характеристику претендента выступающая.

«На объявление о замещении вакантной должности заведующего кафедрой иностранных языков было подано одно заявление от Татьяны Анатольевны Марковой», - сообщил членам Ученого совета Владимир Борисович Шевчук, декан технологического факультета. Владимир Борисович огласил рекомендацию кафедры иностранных языков, подчеркнул, что кандидатура была рассмотрена и поддержана на заседании Ученого совета факультета.

По результатам тайного голосования обе кандидатуры были утверждены. Елену Васильевну Седунову избрали на должность заведующего кафедрой физической культуры, а Татьяну Анатольевну Маркову - на должность заведующего кафедрой иностранных языков. Ученый совет рекомендовал ректору заключить трудовые договоры.



Начальник отдела науки Владимир Викторович Суров представил доклад об анализе использования научно-исследовательского оборудования на факультетах и в подразделениях и рациональной программе загрузки. В ходе проведения анализа выявились проблемы использования имеющегося оборудования. Докладчик отметил, что немаловажным фактором рационального использования оборудования, имеющегося в вузе, является своевременное приобретение расходных материалов. Основываясь на планы научно-исследовательской деятельности преподавателей, студентов и аспирантов академии, Владимир Викторович рассказал о потребностях факультетов в новых приборах.

Открытым голосованием было решено, что за лабораторным оборудованием, для эксплуатации которых требуются специальные знания и навыки, необходимо закрепить конкретных сотрудников, провести для них соответствующее обучение и гарантировать регулярное повышение квалификации. Заведующих кафедр назначили ответственными за проведение ремонта неисправных приборов, а также за обновление парка лабораторного оборудования. В ходе обсуждения доклада начальника отдела науки было отмечено, что объективным показателем использования оборудования является не фактическое время его работы и не процент загрузки, а получение результатов научных исследований, поэтому рационально проводить привязку работы оборудования с полученными результатами: выполнение хозяйственных тем, оказание платных услуг, количество выполненных тем научно-исследовательской работы, грантов, диссертаций, статей и т.д.

Проректор Вологодской ГМХА по со-

питательной работе и социальным вопросам Роман Сергеевич Вернодубенко выступил с отчетом о совершенствовании воспитательной работы. За отчетный период под руководством Романа Сергеевича в академии проведено 6 заседаний Совета по воспитательной и социальной работе; подготовлено 4 доклада для Ученого совета Вологодской ГМХА, разработан и утвержден Кодекс этики и служебного поведения в вузе; обновлены локальные нормативные документы; организованы 3 школы социального проектирования; создана база студенческих социальных проектов. Проректор принимал активное участие в разработке Концепции ведения воспитательной работы в аграрных вузах России. «По итогам 2015 – 2016 учебного года 12 студентов академии прошли стажировки в рамках проекта «100 общественных помощников Главы города Вологды», 57 обучающихся Вологодской ГМХА приняли участие в проекте «Лучшие выпускники Вологодской области», - рассказал Роман Сергеевич.

Ученый совет признал работу эффективной. Единогласно было принято решение о включении в план работы отдела по воспитательной и социальной работе на 2016-2017 учебный год мероприятия, способствующего созданию на базе Вологодской ГМХА социально-ориентированных некоммерческих организаций (как инструмент реализации студенческих инициатив и привлечения грантов). Ответственным за выполнение назначили Романа Сергеевича, крайний срок исполнения - 1 января 2017 года. До декабря 2016 года отделом по воспитательной работе и социальным вопросам совместно с кафедрой философии и истории будет разработан план мероприятий, направленных на повы-

шение правовой грамотности и гражданско-правовой культуры молодежи.

С программой развития учебной и производственной деятельности по опытному полю и дендросаду до 2020 года выступила декан факультета агрономии и лесного хозяйства Ольга Васильевна Чухина. «Для развития опытного поля, реализации приоритетных направлений науки на факультете и коммерциализации разработок планируется создать Центр эколого-агрохимических исследований (в виде малого инновационного предприятия на базе Вологодской ГМХА), - отметила Ольга Васильевна. - Центр будет заниматься разработкой и изучением новых видов удобрений для различных сельскохозяйственных культур с оценкой экологических рисков воздействия на окружающую среду». Сотрудники Центра эколого-агрохимических исследований смогут проводить экологические экспертизы и аудит новых инвестиционных проектов в области сельского хозяйства, проводить исследования, заниматься приготовлением лекарственного сырья, семян овощных культур и многолетних трав.

Добавим, что Министерством образования и науки РФ подведены итоги мониторинга эффективности высших учебных заведений на 2016 год, который неоднократно обсуждался на Ученом совете. Вологодская государственная молочнохозяйственная академия имени Н.В.Верещагина вновь признана эффективным учебным заведением, что в очередной раз подтвердило лидирующее положение академии среди вузов Вологодской области по таким комплексным показателям, как образовательная и научно-исследовательская деятельность, международное сотрудничество и трудоустройство выпускников. Согласно федеральному закону «Об образовании в Российской Федерации» мониторинг эффективности проходит каждый год и охватывает все действующие организации высшего образования страны - более 800 вузов и 900 филиалов.

Ангелина Серова

О вреде курения для здоровья



Согласно статистическим данным, число людей, регулярно употребляющих табак, ежегодно возрастает и в настоящее время в мире насчитывается около миллиарда курильщиков. Никотиновая зависимость представляет серьезную опасность для организма человека. Всю правду о вреде курения убедительно демонстрирует тот факт, что в состав табачного дыма входит 3000 различных химических соединений.

В 20 сигаретах (средняя суточная норма курильщика) содержится 130 мг никотина. Кроме этого, в него входят сотни ядов, в том числе: цианид, мышьяк, синильная кислота, угарный газ и др. В табачном дыме содержится 60 сильнейших канцерогенов: бензопирен, хризен, дибензпирен и другие, а также нитрозамины, оказывающие разрушающее действие на головной мозг. Помимо них в его составе присутствуют радиоактивные вещества: полоний, свинец, висмут и др.

За один год через дыхательные пути курильщика проходит 81 кг табачного дегтя, часть которого оседает в легких. Вред курения для организма человека заключается в его способности стимулировать развитие тяжелых системных заболеваний. Многие из них имеют смертельный исход. Коротко и красноречиво о вреде, который причиняет организму курение, свидетельствуют данные медицинской статистики.

Ежегодно в мире от табака умирает примерно 5 миллионов человек. Ежедневно только в России никотин уносит около 1 тысячи жизней. Примерно 90% смертей от рака легких вызваны употреблением табака. Доказано, что жизнь человека с никотиновой зависимостью на 9 лет короче, чем у его некурящего сверстника.

Рак легких у людей, употребляющих табак, встречается в 10 раз чаще. Регулярное заглатывание слюны с продуктами распада никотина способствует развитию рака полости рта, пищевода, желудка и двенад-

цатиперстной кишки. В легких человека с никотиновой зависимостью оседают и накапливаются смолы, способствующие развитию заболеваний дыхательной системы, в том числе смертельных.

Колоссальный вред курение наносит сердцу и сосудам. После одной выкуренной сигареты повышается артериальное давление, увеличивается риск тромбообразования и закупорки артерий. Пульс человека, употребляющего табак, на 15 000 сердечных сокращений в сутки чаще, чем у некурящего. Таким образом, нагрузка на сердце у него примерно на 20% выше нормы. Сужение сосудов вызывает кислородное голодание тканей — гипоксию.

Различные нарушения половой сферы, вызванные сужением сосудов малого таза, у курящих людей встречаются в 3 раза чаще, чем у некурящих. Ежегодно в России проводится 20 000 ампутаций нижних конечностей вследствие облитерирующего эндартериита. Болезнь развивается в результате нарушения трофики тканей из-за недостаточного кровоснабжения, вызванного употреблением табака.

Данные последних исследований доказывают связь между никотиновой зависимостью и слепотой. Вред курения для зрительного аппарата обусловлен дистрофией сетчатки и сосудистой оболочки глаза из-за недостаточности кровоснабжения, а также губительным действием ядов на зрительный нерв.

Наряду с этим никотин оказывает негативное влияние на слуховой аппарат. Выделяющиеся токсические вещества разрушительным образом действуют на иннервацию внутренних структур уха. Вследствие гибели чувствительных рецепторов возникают проблемы со слухом, притупляется обоняние и вкусовые ощущения.

Никотиновая зависимость истощает нервную систему и тормозит мозговую дея-

тельность. Реакции курящего человека замедляются, снижается интеллект. Употребление табака способствует снижению моторной функции желудка и кишечника, негативно влияет на состояние и функциональную активность печени. Смертность от болезней органов пищеварения — язвы желудка и двенадцатиперстной кишки — у курящих людей в 3,5 раза выше, чем у некурящих.

Никотин негативно влияет на внешность, вызывая ухудшение состояния кожи, потемнение зубов и неприятный запах. Доказано, что употребление табака способствует ускоренному биологическому старению — функциональные показатели организма не соответствуют возрасту.

Большой вред курение наносит организму беременной женщины и плода. Хроническая гипоксия вызывает задержку его развития и создает угрозу выкидыша. Дети курящих во время беременности матерей часто рождаются раньше срока. Они нередко имеют признаки гипотрофии и незрелости, часто болеют и отстают в развитии от сверстников.

Кроме того, что курение вредит здоровью, оно является причиной множества пожаров, часто ведущих к инвалидности или смертельному исходу.

Курение наносит вред не только здоровью курильщика, но также его семье и сотрудникам. Постоянно находящиеся рядом люди регулярно вдыхают дым. Его избыток в помещении может вызывать головокружения, тошноту и рвоту, кашель, раздражение слизистых глаз и горла, приступы аллергии. У некурящих табачный дым способствует развитию тех же заболеваний, что и у курильщиков.

Вред курения для организма пассивных курильщиков подтверждается медицинской статистикой: ежегодно в мире их умирает примерно 600 тысяч человек, 300 тысяч из которых — дети. Эти и другие научные данные стали фундаментом для принятия закона о запрете курения в общественных местах (Федеральный закон N 15 от 23.02.2013 (ред. от 30.12.2015) «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»).

Неужели такое количество причин не заставит вас бросить курить раз и навсегда? Сделайте это сегодня - бросайте курить прямо сейчас!

Осторожно! Сахарный диабет!

Обращаем ваше внимание на то, как уберечься от этого недуга или распознать его.

Сахарный диабет обусловлен относительной или абсолютной недостаточностью инсулина в организме человека. При этом заболевании нарушается обмен углеводов, а количество глюкозы в крови и моче повышается, оно вызывает и другие нарушения обменных процессов в организме. Сахарный диабет – это хроническое заболевание, для которого характерно нарушение метаболизма в первую очередь углеводов (а именно глюкозы), а также жиров, в меньшей степени – белков.

Заболевание бывает двух типов:

- 1 тип (инсулинозависимый). Данный тип диабета связан с дефицитом инсулина, поэтому он называется инсулинозависимым (ИЗСД).

- 2 тип (инсулиннезависимый). Носит название «инсулиннезависимый» (ИНСД), при заболевании вырабатывается достаточное количество инсулина, иногда даже в больших количествах, но он может быть совершенно бесполезен, потому что ткани теряют к нему чувствительность.

Факторами риска для развития сахарного диабета являются: наследственная предрасположенность; излишний вес - ожирение; артериальная гипертензия; повышенный уровень холестерина в крови; нервный стресс; вирусные инфекции (краснуха, ветряная оспа, эпидемический гепатит и другие заболевания, включая грипп); диабет беременных или с нарушениями толерантности к глюкозе в прошлом в период беременности; рождение ребенка с массой тела более 4500г; возраст старше 45 лет.

Если у человека одновременно наблюдается несколько фактов, риск заболеть сахарным диабетом для него возрастает до 30 раз. Существует комплекс симптомов, характерных для сахарного диабета. Выраженность признаков зависит от степени снижения секреции инсулина, длительности заболевания и индивидуальных особенностей больного: частое мочеиспускание и чувство неутолимой жажды, приводящие к обезвоживанию организма; быстрая потеря веса, зачастую несмотря на постоянное чувство голода; ощущение слабости или усталости; неясность зрения («белая пелена» перед глазами); сложности с половой активностью; онемение и покалывание в конечностях;



ощущение тяжести в ногах; головокружения; медленное излечение инфекционных заболеваний; медленное заживление ран; снижение температуры тела ниже нормы; быстрая утомляемость; судороги икроножных мышц; кожный зуд; зуд в промежности; фурункулез; боль в области сердца.

Точный диагноз можно установить на основании анализа содержания глюкозы в крови. Для людей без сахарного диабета уровень сахара в крови составляет 3,3 — 5,5 ммоль/л. После еды уровень сахара в крови у человека без сахарного диабета может повышаться до 7,8 ммоль/л.

Профилактика сахарного диабета

Сахарный диабет является прежде всего наследственным заболеванием. Выявленные группы риска позволяют уже сегодня сориентировать людей, предупредить их от беспечного и бездумного отношения к своему здоровью. Диабет бывает как наследуемым, так и приобретенным. Сочетание нескольких факторов риска повышает вероятность заболевания диабетом: для больного ожирением, часто страдающего от вирусных инфекций — гриппа и др., эта вероятность приблизительно такая же, как для людей с отягощенной наследственностью. Так что все люди, входящие в группы риска, должны быть бдительны. Особенно внимательно следует относиться к своему состоянию в период с ноября по март, потому что большинство случаев заболевания диабетом приходится на этот период. Положение осложняется и тем, что в этот период ваше состояние может быть принято за вирусную инфекцию.

Первичная профилактика диабета

При первичной профилактике мероприятия направлены на предупреждение сахарного диабета: изменение образа жизни и устранение факторов риска сахарного диабета, профилактические мероприятия у лиц с высоким риском развития сахарного диабета в будущем.

К основным профилактическим мероприятиям ИНСД относятся рациональное питание взрослого населения, физическая активность, предупреждение ожирения и его лечение, борьба со стрессом. Следует ограничивать и даже полностью исключать из питания продукты, содержащие легкоусвояемые углеводы (рафинированный сахар, сдоба, макаронные изделия и т.д.) и пищу, богатую животными жирами. Эти ограничения относятся в первую очередь к лицам с повышенным риском заболевания.

Вторичная профилактика диабета

Вторичная профилактика предусматривает мероприятия, направленные на предупреждение осложнений сахарного диабета, в результате чего страдают органы-мишени: глаза, мозг, сердце, почки и периферическая нервная система. Правильно подобранное лечение и регулярное наблюдение врача за пациентом позволяют максимально долго избегать развития осложнений.

**Кабинет медицинской профилактики
БУЗ ВО «Вологодская городская
поликлиника №5»**

Новости с целины



Штаб студенческих трудовых отрядов Вологодской ГМХА предлагает множество возможностей для организации летней занятости студентов, направленной на формирование, закрепление, развитие практических навыков в процессе выполнения определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью. Специфика академии позволяет делать упор на сельскохозяйственные отряды.

В настоящее время 17 бойцов ССХО «АгроЛес» (Надежда Топорова, Катерина Иванова, Людмила Шашерина, Ирина Воронина, Вероника Машьянова, Маргарита Шашерина, Ирина Южакова, Юлия Гаврилова, Виктория Климовская, Полина Зажигина, Анастасия Кокшарова, Наталья Житова, Даниил Ковалев, Дарина Суходолина, Константин Рыжков, Вячеслав Житов, Людмила Смирнова) проходят практику на берегу Черного моря. Студенты живут в с.Солнечное на юго-востоке Крыма, где им предоставили общежитие. «Наше утро начинается в 4:30, - рассказала студентка 2 курса факультета агрономии и лесного хозяйства Людмила Шашерина, - мы завтракаем и идем на остановку, где нас забирает служебный автобус. Работа начинается в 6 утра и продолжается до 12:30. Мы занимаемся сбором черешни». Под руководством командира отряда Константина Рыжкова за две недели практики бойцы собрали 1256 ящиков ягод, это почти 8,2 тонн черешни. После работы студенты обедают и ужинают в столовой, а когда из-за плохой погоды они выходят на работу позже, чем обычно, обед им привозят прямо в сады. После трудовой деятельности у ребят остается достаточно свободного вре-

мени, они ездят отдыхать на море и в близлежащие города.

8 июня на МТК-1 ОАО СХП «Вошажниково» близ с.Красный Октябрь Борисоглебского района Ярославской области прибыло около сорока лучших студентов вузов Минсельхоза РФ из 16 регионов страны, в их числе и обучающиеся Вологодской ГМХА - бойцы ССХО «20-ая линия» Мария Параничева и Екатерина Разумова. Студентам предстоит работать полтора месяца на двух молочно-товарных комплексах «Вошажниково» в составе студенческого сельскохозяйственного отряда «Альтаир». «Я работаю на МТК-1, комплекс очень большой: здесь находится и телятники, и родилка, есть мясной цех, аграномы. Работаю помощником ветеринарного врача, работать сложно, но интересно, - отметила студентка факультета ветеринарной медицины и биотехнологий Вологодской ГМХА Мария Параничева.

- Каждый день учимся новому. Помогала на родилке при отелках. Работаем 6 дней в неделю, во вторник у нас выходной».

Бойцы студенческого сельскохозяйственного отряда «Альтаир» получают практические и профессиональные навыки, набираются опыта у специалистов самого инновационного сельхозпредприятия Ярославской области. В свободное от работы время руководство хозяйства обеспечивает студентам широкую культурную программу - от посиделок у костра до экскурсий по близлежащим достопримечательностям района и области. Во вторник ребята отдыхали в детском оздоровительном лагере «Борок» в Борисоглебском районе.

В 2016 году был подписан договор о сотрудничестве между академией и Брянской мясной компанией. 20 студентов проходят стажировку на предприятии на ферме «Первомайское».

20 июня в академии стартовал XV Молодежный аграрный лагерь «Дружба – 2016». После торжественной линейки бойцы отправились на места дислокации. В течение месяца ребята будут работать в хозяйствах Кирилловского, Тарногского, Великоустюгского и Вологодского районов.

Отметим, что сегодня в студенческом трудовом движении академии задействовано около 800 обучающихся. Штаб СО Вологодской ГМХА предоставляет студентам возможность реализовать трудовой потенциал, проявить таланты и амбиции, а также начать строить свой профессиональный путь, начиная со студенческой скамьи.

Пресс-центр

