

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 3.11

«ПЕРВЫЙ КАНАЛ»

6.00, 10.00, 12.00 Новости
6.10 Д/с «Россия от края до края» (12+)
6.50 Бокс. Бой за титул чемпиона мира. С. Ковалев — С. Альварес. Прямой эфир (12+)
7.50 Здоровье (16+)
9.00 Бокс. Бой за титул чемпиона мира. С. Ковалев — С. Альварес (12+)
10.15 Жизнь других (12+)
11.15, 12.15 Видели видео? (6+)
13.55 Премьера. Д/с «Страна Советов. Забытые вожди» (16+)
16.00 Премьера. «Звезды «Русского радио» (12+)
18.00 Премьера. «Щас спою!» (12+)
19.15, 21.20 Х/ф «Служебный роман» (0+)
21.00 Время
22.40 «Горячий лед». Фигурное катание. Гран-при-2019. Показательные выступления. Гренобль
0.30 Х/ф «Бывшие» (16+)

«РОССИЯ 1» + «ПЕНЗА»

4.30 Сам себе режиссер
5.15, 3.35 Х/ф «Любовь из пробирики» (12+)
7.20 Семейные каникулы
7.30 Смехопанорама
8.00 Утренняя почта
8.40 Местное время. Воскресенье
9.20 «Когда все дома»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.20 Большой праздничный концерт Елены Степаненко «Свободная, красивая...» (16+)
13.45 Х/ф «Катюшино поле» (12+)
17.50 Х/ф «Любовь и голуби» (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 «Воскресный вечер» (12+)
0.50 «Дежурный по стране». Михаил Жванецкий
1.50 Т/с «Следователь Тихонов» (12+)

«НТВ»

5.05 Д/с «Таинственная Россия» (16+)
6.00 Центральное телевидение (16+)
8.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня
8.20 У нас выигрывают! (12+)
10.20 Первая передача (16+)

11.00 Чудо техники (12+)
11.50 Дачный ответ (0+)
13.00 НашПотребНадзор (16+)
14.00 Россия рулит! (12+)
16.20 Следствие вели... (16+)
19.35 Звезды сошлись (16+)
21.00 Ты не поверишь! (16+)
22.15 Основано на реальных событиях (16+)
1.40 Х/ф «Час Сыча» (16+)

«11 КАНАЛ»

6.00 «Проснись и пой» (12+)
9.00 «Супермаркет» (12+)
9.10 «От рассвета до заката» (12+)
9.40 «Занимайтесь с Алексеем Нетесановым!» (16+)
9.50 «Тин-клуб» (12+)
10.20 «Для маленьких чемпионов» (12+)
10.30 «Наша дача» (12+)
11.20 «Мы — команда!» (12+)
12.05 «Клуб Фигаро» (12+)
12.55 «Супермаркет» (12+)
13.05 Х/ф «Саша-Сашенька» (12+)
14.15 «Территория добрых дел» (12+)
14.30 Д/с «Обратный отсчет» (16+)
15.00 «Свет православия» (12+)
15.10 «Супермаркет» (12+)
15.20 Х/ф «Том Соьер» (12+)
17.05 «Мультфильм на 11-м» (12+)
17.15 «Мы — команда!» (12+)
18.00 «Наши новости» (16+)
18.45 «На берегу Суры» (12+)
19.15 Праздничный концерт, посвященный 80-летию Пензенской области (12+)
20.00 «Супермаркет» (12+)
20.10 Праздничный концерт, посвященный 80-летию Пензенской области (12+)
21.00 «От рассвета до заката» (12+)
21.30 Праздничный концерт, посвященный 80-летию Пензенской области (12+)
22.05 «Пенза в лицах» (12+)
22.15 Х/ф «Интуиция» (16+)
23.40 Х/ф «Проект Флорида» (18+)

«СТС»

1.25 Х/ф «Саша-Сашенька» (12+)
6.00 «Ералаш» (0+)
6.50 М/с «Приключения Кота сапогах» (6+)
7.15 М/с «Спирит. Дух свободы» (6+)

7.40 М/с «Три кота» (0+)
8.05 М/с «Царевны» (0+)
8.30 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
9.30 Премьера! «Рогов в городе» (16+)
10.35 М/ф «Семейка Крудс» (6+)
12.35 М/ф «Суперсемейка-2» (6+)
14.55 Х/ф «Веном» (16+)
17.00 Премьера! «Форт Боярд. Возвращение» (16+)
18.35 М/ф «В поисках Дори» (6+)
20.35 Впервые на СТС! Х/ф «Человек из стали» (12+)
23.30 Премьера! «Дело было вечером» (16+)
0.30 Х/ф «Зеленый фонарь» (12+)

«РЕН-ТВ»

5.00 «Территория заблуждений» (16+)
7.30 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк» (0+)
9.10 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк-2» (0+)
10.30 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк-3» (6+)
12.00 М/ф «Алеша Попович и Тугарин Змей» (12+)
13.30 М/ф «Илья Муромец и Соловей-Разбойник» (6+)
15.00 М/ф «Добрыня Никитич и Змей Горыныч» (0+)
16.30 М/ф «Три богатыря и Шамаханская царица» (12+)
18.00 М/ф «Три богатыря на дальних берегах» (0+)
19.20 М/ф «Три богатыря. Ход конем» (6+)
20.50 М/ф «Три богатыря и Морской царь» (6+)
22.20 М/ф «Три богатыря и принцесса Египта» (6+)
23.40 М/ф «Три богатыря и Наследница престола» (6+)
1.15 Х/ф «К-9. Собачья работа» (12+)

«ТВ-ЦЕНТР»

6.00 Х/ф «Девушка с гитарой» (0+)
7.50 «Фактор жизни» (12+)
8.20 Д/с «Короли эпизода» (12+)
9.05 Концерт, посвященный Службе судебных приставов России (6+)
10.40 «Спасите, я не умею готовить!» (12+)
11.30, 14.30, 0.10 События
11.45 Д/ф «Борис Мокроусов. Одинокая бродит гармонь...» (12+)

12.45, 14.45 Т/с «След лисицы на камнях» (12+)
16.45 Х/ф «Рыцарь нашего времени» (12+)
20.25 Т/с «Каинова печать» (12+)
0.25 «Он и Она» (16+)
1.55 Х/ф «Первокурсница» (12+)

«РОССИЯ К»

6.30 М/ф «Царевна-лягушка»
7.20 Х/ф «Бумбараш»
9.30 «Мы — грамтеи!»
10.10 Х/ф «Игрушка»
11.45 «Письма из провинции»
12.10 Диалоги о животных
12.55 Д/с «Другие Романовы»
13.20 Д/с «Запечатленное время»
13.50 Балет «Спящая красавица»
16.30 «Картина мира» с Михаилом Ковальчуком
17.10 «Ближний круг Николая Цискаридзе»
18.05 Д/ф «Вертинский. Одинокий странник»
19.00 Х/ф «Покровские ворота»
21.20 «Шлягеры уходящего века»
22.05 Х/ф «Золотая лихорадка»
23.15 Д/ф «Чарли Чаплин. Великий Маленький Бродяга»
0.20 Д/ф «Кантабрия — волшебные горы Испании»
1.10 Х/ф «Сказание о земле сибирской»

«ПЕТЕРБУРГ 5 КАНАЛ»

5.00, 5.25 Т/с «Свои» (16+)
6.05, 7.00, 9.00 Д/с «Моя правда» (16+)
8.00 «Светская хроника» (16+)
10.00 Х/ф «Неуловимые мстители» (12+)
11.30 Х/ф «Новые приключения неуловимых» (12+)
13.10, 14.10, 15.10, 16.05 Т/с «Назад в СССР» (16+)
17.05, 18.05, 19.05, 20.00 Т/с «Кремень» (16+)
21.00, 22.05, 23.10, 0.10 Т/с «Кремень. Освобождение» (16+)
1.10 Х/ф «Белая стрела» (16+)

«ДОМАШНИЙ»

6.30 «6 кадров» (16+)
6.35, 4.40 Х/ф «Белое платье» (16+)
8.35 «Пять ужинов» (16+)
8.50 Х/ф «Ромашка, кактус, маргаритка» (16+)
10.45, 12.00 Х/ф «Тещины блины» (16+)
11.55 «Полезно и вкусно» (16+)
14.25 Х/ф «Поделись счастьем своим» (16+)
19.00 Х/ф «Женить нельзя помиловать» (16+)
23.15 «Про здоровье» (16+)
23.30 Х/ф «Суженый-ряженый» (16+)
1.25 Т/с «У реки два берега» (16+)
6.20 «Удачная покупка» (16+)

«МАТЧ ТВ»

6.00 Д/с «Утомленные славой» (16+)
6.30 Футбол. «Реал» (Мадрид) — «Бетис». Чемпионат Испании (0+)
8.30 Шорт-трек. Кубок мира. Трансляция из США (0+)
9.00, 11.10, 13.15, 17.15, 21.45 Новости
9.10 Футбол. «Рома» — «Наполи». Чемпионат Италии (0+)
11.15 Футбол. «Торино» — «Ювентус». Чемпионат Италии (0+)
13.20 «Тает лед» с Алексеем Ягудиным (12+)
13.50, 0.15 Все на Матч!
14.30 Баскетбол. «Химки» — УНИКС (Казань). Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
17.20 Хоккей. «Авангард» (Омская область) — «Динамо» (Москва). КХЛ. Прямая трансляция
19.55 На гол старше (12+)
20.25 Специальный репортаж (12+)
20.45 «После футбола» с Георгием Черданцевым
21.50 «Формула-1». Гран-при США. Прямая трансляция Дербя мозгов (16+)
1.25 Плавание. Кубок мира. Трансляция из Казани (0+)

Поздравляем Вас!

с профессиональным праздником

Днём руководителя

Желаем Вам воплощения самых ярких и смелых идей, достижения новых высот и реализации планов. Пусть Ваша жизнь будет всегда наполнена счастливыми и радостными мгновениями.

Ускрение Ваш. Кенсулоанон Тлас



Медицинская помощь для людей пожилого возраста

Более года жители региона имеют возможность получать гериатрическую помощь по полису обязательного медицинского страхования. На территории Пензенской области она оказывается в ГБУЗ «Пензенский областной госпиталь для ветеранов войн». Здесь пациентам помогают бороться с различными возрастными недугами как амбулаторно, так и в условиях стационара.

КАКИЕ БОЛЕЗНИ ЛЕЧИТ ВРАЧ-ГЕРИАТР?

Гериатрическую помощь впервые включили в стандарты обязательного медицинского страхования (ОМС) в 2018 году. Гражданам стало доступно бесплатное лечение у врача-гериатра, специализирующегося именно на помощи пожилым людям, имеющим возрастные заболевания. До этого пожилые люди, конечно же, не оставались без медицинской помощи, но лечились только у терапевта, кардиолога, невролога или других специалистов, в зависимости от проблем со здоровьем.

Гериатрическая помощь подразумевает оказание медицинских услуг, направленных на профилактику возрастных заболеваний и лечение людей с целью сохранения или восстановления их способности к самообслуживанию, физической и функциональной активности, независимости от посторонней помощи в повседневной жизни.

ПОЯВИЛИСЬ ТРЕВОЖНЫЕ СИМПТОМЫ — ОБРАТИТЕСЬ К ГЕРИАТРУ

Пациентами гериатрического отделения становятся граждане пожилого и старческого возраста, которые имеют признаки старческой астении. Это понятие включает в себя такие симптомы, как потеря веса и сил, замедленная ходьба, постоянная утомляемость, снижение общей физической активности и т. д.

Выявляет старческую астению врач-терапевт участковый, врач общей практики при самостоятельном обращении пациента и направляет гражданина на консультацию к врачу-гериатру, который принимает пациентов на базе Пензенского областного госпиталя для ветеранов войн (пр-т Победы, 122Б). После чего принимается решение о госпитализации пациента в стационар или его амбулаторном лечении.



НАБЛЮДЕНИЕ В СТАЦИОНАРЕ

Согласно Территориальной программе государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи средняя длительность пребывания в стационаре одного больного составляет 18 дней. В гериатрическом отделении пациенту проведут диагностику и лечение заболеваний и гериатрических синдромов, которое включает комплексное применение лекарственной и немедикаментозной терапии. Кроме того, специалисты разработают план

по использованию средств и методов, адаптирующих окружающую среду к функциональным возможностям пациента и (или) функциональные возможности пациента к окружающей среде.

На 2019 год предусмотрено 1 565 случаев госпитализации по профилю «гериатрия». За январь — сентябрь текущего года было пролечено на койках стационара 1 197 пациентов в возрасте от 58 до 96 лет.

СОВЕТЫ СПЕЦИАЛИСТОВ

Чтобы у пожилого человека не было необходимости в посещении врача-гериатра, сле-

дует придерживаться простых правил:

— Быть максимально активным, насколько это позволяет состояние. Даже если болят суставы, нужно двигаться в пределах возможного. Дело в том, что потеря мышечной массы — один из самых типичных признаков старения, а чтобы предотвратить этот процесс, физическая активность обязательна.

— Питание в пожилом возрасте должно быть разнообразным и обязательно включать в себя белковую пищу — мясо, птицу, рыбу, молочные продукты. Белки нужны для поддержания мышечной массы.

— Изоляция от общества недопустима. Пожилым людям важно сохранять социальные связи, круг общения. Это создает хороший настрой, помогает избежать депрессии, чувства ненужности.

Старайтесь быть оптимистами и будьте здоровы!

Если вы столкнулись с трудностями при госпитализации в ГБУЗ «Пензенский областной госпиталь для ветеранов войн» или у вас остались вопросы, касающиеся гериатрической помощи по полису обязательного медицинского страхования, вы можете обратиться на «горячую линию» Единого контакт-центра в сфере ОМС Пензенской области 8-800-100-80-44.

ВАШ ИНТЕРЕС — ОМС

ТЕРРИТОРИАЛЬНЫЙ ФОНД
ОМС
ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ