



МАТЧ ПОНЕДЕЛЬНИК, 9 ФЕВРАЛЯ
6.00, 14.55 «Непобедимый» (12+)
6.30 «Вы это видели» (12+)
7.00, 9.05, 12.55, 15.25 Новости
7.05, 11.35, 21.20, 1.00 Все на Матч! Прямой эфир
9.10 «Лица страны. Светлана Гомбоева» (12+)
9.30 «Лучшие из лучших» (12+)
10.30 Спортивный дайджест (16+)
12.35 Специальный репортаж (12+)
13.00 Есть тема! Прямой эфир
14.25 Фрирайд. Мировой тур. Трансляция из Испании (6+)
15.30 Громко. Прямой эфир
16.55 Смешанные единоборства. UFC. Илья Топурия против Чарльза Оливейры. Трансляция из США (16+)
18.25 Футбол. Чемпионат Испании. Обзор тура (6+)
19.25 Футзал. Бетсити Суперлига. КИРФ (Москва) - «Газпром-Югра» (Югорск). Прямая трансляция
22.50 Футбол. Чемпионат Испании. «Вильярреал» - «Эспаньол». Прямая трансляция
2.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - УНИКС (Казань) (6+)
3.55 Новости (0+)
4.00 Дзюдо. Мировой тур. Турнир «Большого шлема». Трансляция из Франции (12+)

ВТОРНИК, 10 ФЕВРАЛЯ
6.00, 14.55 «Непобедимый» (12+)
6.30 Фрирайд. Мировой тур. Трансляция из Испании (6+)
7.00, 9.05, 12.55, 15.25 Новости
7.05, 12.15, 18.15, 22.00, 1.00 Все на Матч! Прямой эфир
9.10 Специальный репортаж (12+)
9.30 Футбол. Winline Зимний кубок РПЛ. «Зенит» (Санкт-Петербург) - ЦСКА. Прямая трансляция из ОАЭ
13.00 Есть тема! Прямой эфир
14.25 «География спорта. Путешествие в Гороховец» (12+)
15.30 Футбол. Winline Зимний кубок РПЛ. «Динамо» (Москва) - «Краснодар». Прямая трансляция из ОАЭ
19.00 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. «Спартак» (Москва) - «Динамо» (Москва). Прямая трансляция
22.50 Футбол. Прямая трансляция
2.00 Легкая атлетика. Мировой тур в закрытых помещениях. Трансляция из Германии (6+)
3.55 Новости (0+)
4.00 Дзюдо. Мировой тур. Турнир «Большого шлема». Трансляция из Франции (12+)

СРЕДА, 11 ФЕВРАЛЯ
6.00 «Непобедимый» (12+)
6.30 «География спорта. Путешествие в Гороховец» (12+)
7.00, 9.05, 15.25 Новости
7.05, 12.30, 15.30, 22.00, 1.00 Все на Матч! Прямой эфир
9.10 Специальный репортаж (12+)
9.30 «Лучшие из лучших» (12+)
10.30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Мужчины. Прямая трансляция из Сочи
13.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Женщины. Прямая трансляция из Сочи
14.55 «Вид сверху» (12+)
16.55 Смешанные единоборства. UFC. Марио Баутиста против Винисиуса Оливейры. Трансляция из США (16+)
18.55 Футбол. Чемпионат Италии. Обзор тура (6+)
19.55 Баскетбол. Winline Basket Cup. «Локомотив-Кубань» (Россия) - «Мега» (Сербия). Прямая трансляция
22.50 Футбол. Прямая трансляция
2.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «МБА-МАЙ» (Москва) - «Енисей» (Красноярск) (6+)
3.55 Новости (0+)
4.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Локомотив» (Калининградская область) - «Протон» (Саратов) (6+)

ЧЕТВЕРГ, 12 ФЕВРАЛЯ
6.00 «Непобедимый» (12+)
6.30 «Вид сверху» (12+)
7.00, 9.05, 15.25 Новости
7.05, 12.05, 15.30, 22.00 Все на Матч! Прямой эфир
9.10 Специальный репортаж (12+)
9.30 «Лучшие из лучших» (12+)
10.30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Мужчины
12.30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Женщины. Прямая трансляция из Сочи
14.00 Есть тема! Прямой эфир
16.55 «Як-15» (12+)
17.55 «Валерий Харламов. На высокой скорости» (12+)
19.00 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. «Спартак» (Москва) - ЦСКА. Прямая трансляция
23.30 Профессиональный бокс. Winline. IBA.PRO 2. Сергей Ковалев против Артура Манна. Трансляция из Челябинска (16+)
1.00 Фрирайд. Мировой тур. Трансляция из Франции (6+)
1.30 «Формула 1. Гаснут огни» (12+)
2.00 Легкая атлетика. Мировой тур в закрытых помещениях. Трансляция из Сербии (6+)
3.55 Новости (0+)
4.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Белогорье» (Белгород) - «Факел Ямал» (Новый Уренгой) (6+)

ПЯТНИЦА, 13 ФЕВРАЛЯ
6.00, 14.55 «Непобедимый» (12+)
6.30 Фрирайд. Мировой тур. Трансляция из Франции (6+)
7.00, 9.05, 12.55, 15.25 Новости
7.05, 11.35, 20.40, 0.45 Все на Матч! Прямой эфир
9.10 «Небесная грация» (6+)
9.30 «Лучшие из лучших» (12+)
10.30 Смешанные единоборства. UFC. Дрикус Дю Плесси против Хамзата Чимаева. Трансляция из США (16+)
12.35 «Лица страны. Алексей Борькин» (12+)
13.00 Есть тема! Прямой эфир
14.25 «Формула 1. Гаснут огни» (12+)
15.30, 5.00 Смешанные единоборства. Опе FC. Прямая трансляция из Таиланда
19.30 «Сильнейшее карате» (12+)
21.45 Евротур (12+)
22.35 Футбол. Чемпионат Италии. «Лиза» - «Милан». Прямая трансляция
2.00 Баскетбол. Winline Basket Cup. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Уралмаш» (Екатеринбург) (6+)
3.55 Новости (0+)
4.00 «В поисках самой сложной трассы» (12+)

СУББОТА, 14 ФЕВРАЛЯ
6.00 Смешанные единоборства. Опе FC. Прямая трансляция из Таиланда
8.30 Новости
8.35, 12.10, 16.00, 19.00, 22.00, 0.45 Все на Матч! Прямой эфир
9.30 «Рафаэль Надаль» (12+)
10.30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Масс-старт. Мужчины. Прямая трансляция из Сочи
12.35 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Масс-старт. Женщины. Прямая трансляция из Сочи
14.15 Лыжные гонки. Гонка Легкова. Прямая трансляция из Москвы
16.50 Футбол. Чемпионат Италии. «Комо» - «Фиорентина». Прямая трансляция
19.50 Футбол. Чемпионат Италии. «Лацио» - «Аталанта». Прямая трансляция
22.35 Футбол. Чемпионат Италии. «Интер» - «Ювентус». Прямая трансляция
2.00 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. ЦСКА - «Чеховские медведи» (Московская область) (6+)
3.30 «Формула 1. Гаснут огни» (12+)
3.55 Новости (0+)
4.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Тулица» (Тульская область) - «Ленинградка» (Санкт-Петербург) (6+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 15 ФЕВРАЛЯ
6.00 Смешанные единоборства. Опе FC. Трансляция из Таиланда (16+)
7.00 Новости
7.05, 16.00, 19.30, 22.00, 0.45 Все на Матч! Прямой эфир
9.30 «Энди Маррей» (12+)
10.30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Командный спринт. Мужчины. Прямая трансляция из Сочи
11.50 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
12.50 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Командный спринт. Женщины. Прямая трансляция из Сочи
14.25 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - «Черноморочка» (Новоросийск). Прямая трансляция
16.30 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Матч Всех Звезд. Прямая трансляция из Москвы
19.50 Футбол. Чемпионат Италии. «Торино» - «Болонья». Прямая трансляция
22.35 Футбол. Чемпионат Италии. «Наполи» - «Рома». Прямая трансляция
2.00 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. ЦСКА - «Луч» (Москва) (6+)
3.30 Фрирайд. Мировой тур. Трансляция из Франции (6+)
3.55 Новости (0+)
4.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Белогорье» (Белгород) - «Зенит» (Санкт-Петербург) (6+)

ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТНОЙ
ТЕЛЕКАНАЛ
ОКСПРЕСС

ОТР ЕЖЕДНЕВНОЕ ВКЛЮЧЕНИЕ НА КАНАЛЕ «ОТР» 6⁰⁰ - 9⁰⁰ и 17⁰⁰ - 19⁰⁰ (ВЕЩАНИЕ ЧЕРЕЗ АНТЕННУ)

21 КАНАЛ У ВСЕХ КАБЕЛЬНЫХ ОПЕРАТОРОВ
ИНТЕРНЕТ-ТРАНСЛЯЦИЯ
TV-EXPRESS.RU

16+

ЗДОРОВЬЕ ДЛЯ КАЖДОГО

Опасное для жизни состояние, при котором из-за резкого спазма или закупорки сосудов кровяным сгустком (тромбом), а также из-за скопления холестерина (атеросклеротической бляшки) нарушается кровоток в сосудах, питающих сердечную мышцу, называется инфаркт миокарда. Клетки сердца, лишённые кислорода, начинают погибать.

Как и любое другое острое состояние, инфаркт миокарда имеет симптомы, требующие пристального внимания, особенно со стороны самого пациента, так как даже незначительные неприятные ощущения в груди могут оказаться симптомами развивающегося инфаркта миокарда. В первую очередь, нельзя игнорировать боль. Боли могут быть давящего, сжимающего, пекущего или ломящего характера, некоторые её описывают как чувство «тисков» за грудиной.

Важна иррадиация боли. Отдавать боль может в область левого плеча или лопатки, шею, обе руки или нижнюю часть грудины вместе с верхней частью живота и т.д.

Согласно Территориальной программе государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи на территории Пензенской области, утверждённой постановлением Правительства Пензенской области от 30.12.2025, установлены предельные сроки оказания медицинской помощи по полису обязательного медицинского страхования на 2026 год.

Сроки ожидания оказания медицинской помощи для плановых больных в амбулаторно-поликлинических организациях, а именно приём к врачу-терапевту участковому, врачу общей практики (семейному врачу) и врачу-педиатру участковому, не должны превышать 24 часа с момента обращения пациента в медицинскую организацию. При оказании первичной медико-санитарной помощи в неотложной форме – не более двух часов с момента обращения.

По экстренным показаниям госпитализация осуществляется немедленно, максимальное время оказания помощи на этапе приёма покоя не должно превышать трёх часов.

Сроки проведения консультаций врачей-специалистов (за исключением подозрения на онкологическое и сердечно-со-

ИНФАРКТ МИОКАРДА: СИМПТОМЫ, КОТОРЫЕ НЕЛЬЗЯ ИГНОРИРОВАТЬ

Симптомы инфаркта миокарда, главным образом, интенсивная жгучая боль за грудиной, не снимающаяся нитроглицерином, обычно имеет продолжительность более пяти минут. Если боль не проходит за указанный срок, необходимо немедленно вызывать скорую помощь из-за быстрой гибели клеток сердца.

Нетипичными или дополнительными признаками, особенно у пожилых и больных, страдающих сахарным диабетом, можно считать нехватку воздуха, одышку, сильную общую слабость, головокружение, чувство страха. Боль может носить и волнообразный характер – то нарастать, то затихать.

Ранним и опасным симптомом болезни считается нарушение ритма. Это может способствовать осложнённому течению острого состояния и является ведущей причиной смертности в первые 72 часа. Пациент ощущает перебои в работе сердца, «замирание», резкую слабость, головокружение. Опасные аритмии могут сопровождаться падением артериального давления, потерей сознания и развити-



ем кардиогенного шока – когда сердечная мышца умирает и внезапно теряет способность сокращаться и выполнять роль насоса для обеспечения кровью внутренних органов.

Всё вышеперечисленное требует немедленной медицинской помощи из-за высокой ве-

роятности летального исхода. Прогноз при инфаркте зависит от зоны поражения и скорости доставки больного в больницу.

С.Ю. Белкина,
зам. главврача
Пензенского областного
центра общественного
здоровья и медицинской
профилактики.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Установлены предельные сроки ожидания медицинской помощи на 2026 год

судистое заболевание) при оказании первичной специализированной медико-санитарной помощи в плановой форме – не более 14 рабочих дней со дня обращения пациента в медицинскую организацию.

Сроки проведения консультаций врачей-специалистов в случае подозрения на онкологическое заболевание – не более трёх рабочих дней.

Важным нововведением этого года стало сокращение сроков ожидания для пациентов с подозрением на сердечно-сосудистые заболевания. Сроки проведения их консультаций также не должны превышать трёх рабочих дней.

Срок установления диспансерного наблюдения врача-онколога за пациентом с выявленным онкологическим заболеванием – не более трёх рабочих дней с момента постановки диагноза.

Проведение диагностических инструментальных (рентгенографических исследований, включая маммографию; функциональной диагностики; УЗИ) и лабораторных исследований при оказании первичной медико-санитарной помощи не должно превышать 14 рабочих

дней со дня назначения исследований (кроме исследований при подозрении на онкологическое заболевание).

Сроки проведения диагностических инструментальных и лабораторных исследований в случае подозрения на онкологическое и сердечно-сосудистое заболевания – до семи рабочих дней со дня их назначения.

Проведение компьютерной томографии (включая однофотонную эмиссионную компьютерную томографию), магнитно-резонансной томографии и ангиографии при оказании первичной медико-санитарной помощи в плановой форме (за исключением исследований при подозрении на онкологическое заболевание), – не более 14 рабочих дней, а для пациентов с подозрениями на онкологические и сердечно-сосудистые заболевания – семь рабочих дней со дня назначения исследования.

Оказание специализированной (за исключением высокотехнологичной) медицинской помощи в стационарных условиях в плановой форме, в том числе для лиц, находящихся в стационарных организа-

циях социального обслуживания, – не более 14 рабочих дней со дня выдачи лечащим врачом направления на госпитализацию, а для пациентов с онкологическими и сердечно-сосудистыми заболеваниями – не более семи рабочих дней с момента гистологической верификации опухоли или с момента установления предварительного диагноза.

Время доезда до пациента бригад скорой медицинской помощи при оказании скорой медицинской помощи в экстренной форме не должно превышать 20 минут с момента её вызова. С учётом транспортной доступности время доезда не должно превышать: при расстоянии от места расположения медорганизации, оказывающей скорую медицинскую помощь, до места вызова, 20 км – 20 мин., 30 км – 30 мин., 40 км – 40 мин. и т.д.

Если сроки ожидания медицинской помощи превышают установленные законом, незамедлительно обращайтесь к страховым представителям по телефону Единого Контакт-центра в сфере ОМС Пензенской области: 8-800-100-80-44 (звонок бесплатный).