

# СЕВЕРНЫЙ ЛУЧ

ОРГАН ПУРОВСКОГО РАЙОННОГО КОМИТЕТА КПСС И РАЙОННОГО СОВЕТА НАРОДНЫХ ДЕПУТАТОВ ЯМАЛО-НЕНЕЦКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

СУББОТА,  
17 января 1987 года  
№ 7 (1314)  
Цена 3 коп.  
Газета выходит  
по вторникам,  
четвергам и субботам



Юбилею Великого Октября—достойную встречу.

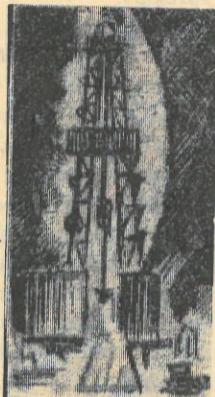
Животноводство—ударный фронт (1 стр.)

## Пятилетке— ускоренный шаг!

Проблемы комсомольской жизни (2 стр.).

Как идет перестройка в трудовых коллективах (2—3 стр.)

Работать — по-ударному, отдыхать — содружественно (3—4 стр.)



## ИНФОРМАЦИЯ В НОМЕР В СЫВДАРМЕ— НОВОСЕЛЬЕ!

Двенадцать семей железнодорожников Сывдармы отпраздновали новоселье в благоустроенных квартирах.

К этому дому приложили свои руки строители из бригад плотников-монтажников В. А. Денисенко, штукатуров-маляров В. Ф. Поповой и А. Н. Можнавой. Вышеназванные бригады

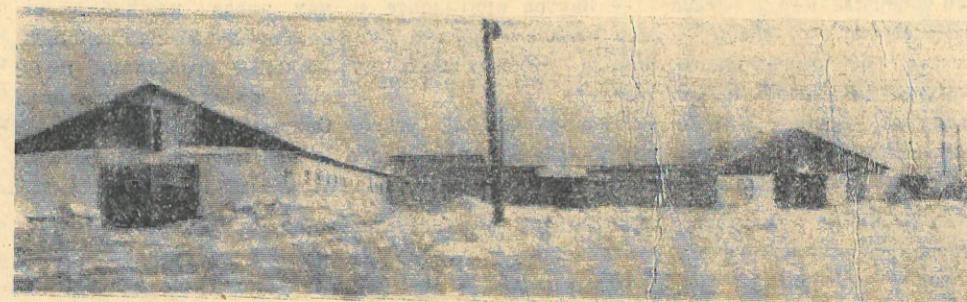
— неоднократные победители и призеры в социалистическом соревновании трудовых коллективов СМП-241. Работают они без брака, с высоким качеством.

Плотники А. Русакевич, Ф. Валес и А. Погорелые штукатуры-маляры Л. Русанова, А. Денисенко, Ю. Прихода, Р. Ахметова, О. Курбатова и М. Калинина — служат примером в своих коллективах.

По итогам одиннадцатой пятилетки В. А. Денисенко удостоен правительственно награды — медали «За трудовую доблесть», В. Ф. Поповой жители станции Сывдарма оказали высокое доверие — она избрана депутатом поселкового Совета, а фотография А. Н. Можнавой — на Доске почёта.

П. ДИСТАНОВ.

«Не допустить отставания в производстве молока в зимний период», — так подчеркнуто в недавнем постановлении ЦК КПСС. Как идет зимовка скота в совхозе «Верхнепуринский»? Об этом наш рассказ.



Внося конкретный вклад в наращивание темпов роста основной топливно-энергетической базы страны и стремясь достойно встретить 70-летие Великого Октября, коллектив НГДУ всесторонне взвесив свои возможности по приведению в действие резервов производства принимает на 1987 год такие социалистические обязательства.

Обеспечить выполнение государственного плана по добыче нефти в объеме 1500 тысяч тонн.

Добыть к 70-летию Великого Октября 80 тысяч тонн нефти сверх плана, предусмотренных соц обязательствами.

Обеспечить выполнение добычи попутного нефтяного газа в объеме 3 миллиардов кубических метров.

Построить и сдать в эксплуатацию 20 тысяч квадратных метров жилья, школу на 200 учащихся, здрав

району — свою продовольственную базу

## Зимовка... с проблемами

Мы побывали на молочной ферме совхоза «Верхнепуринский» в полдень, когда началась вторая дойка. Е. А. Канева споро управлялась с доильными аппаратами, по ходу дела осматривала коров, о чем-то ласково с ними разговаривая.

В помещении коровника было тепло, над полом белой пеленой стоялся пар, скрывая многочисленные лужи.

— На днях потекла труба отопления при входе, и пока слесари не могут остановить течь, так как для проведения сварочных работ необходимо спустить воду из системы отопления, — пояснил главный зоотехник совхоза В. А. Сарацов. — Делать это ввиду сильных холодов нельзя. Все можно было сделать очень быстро, если бы в системе было несколько запорных вентилей.

И это не единственная садная «мелочь», которая мешает нормально прово

дить зимовку скота.

Нет тамбуров при входе, и когда открываются ворота, в коровнике «гуляет» сквозняк, создавая опасность простудных заболеваний животных. Таких, как молит. До наступления холода не был утеплен трап портер для подачи кормов. И когда ударили сильные морозы, он перестал действовать. Пришлось снова на некоторое время перейти на сухие корма, от чего снижается продуктивность коров.

Долгое время не могли работники дорожно-строительного управления пустить в эксплуатацию кормоцех.

Надо молока, которые были и так невелики осенью из-за содержания стада под открытым небом, сократились и составляли в начале декабря всего 60 килограммов в сутки. Сейчас

кормоцех работает, есть возможность готовить для скота смеси, куда входят ком

бикорм, сено, измельченный тал, богатый витаминами. После этого надо увеличить до 90 килограммов. Значительно отражаются на работе фермы сбои в подаче электроэнергии. Редко в какой день не гаснет свет в коровнике и в подсобных помещениях, бывает, что по-

тве нет, поэтому прекраща-

ется в момент дойки и

приходится работать вручную. Резервного электропита-

ния в подсобном хозяй-

стве нет, поэтому прекраща-

ют работу кормоцеха, транс-

портеры, насосы, подающие

горячую воду в систему ото-

пления. Это серьезный упрек

в адрес руководства Тарко-

салинского предприятия

«Тепловодоснабжение и ин-

женерные сети».

На снижении количества

надоеv, которые летом дол-

дили до 650 килограммов,

сказывается и то, что боль-

шинство коров еще не оте-

лились. Все это повлияло

на выполнение плана по

сдаче молока государству.

В прошлом году задание не выполнено. При

плане 1590 центнеров на-

доено 1213 центнеров. Вы-

сока еще себестоимость мо-

лока. Она намного превыша-

ет плановую — 72 рубля за

центнер. На повышение се-

ферма совхоза «Верхнепурин-

ский» — сказываются скии».

Многие факторы, и один из



наиболее существенных — расходы на автотранспорт.

Причины, приведенные в разговоре с главным зоотехником, конечно, веские, но руководству совхоза необходимо принять более энергичные меры по исправлению положения дел в производстве молока.

Мы заканчивали разговор с В. А. Сарацовым, когда Е. А. Канева подоила последнюю корову. «15 литров от 6 коров», — констатировала она.

Ну что ж, комментарий, видимо, излишни.

А. ЛУЧНИКОВ.

На снимках: доярка Е. А. Канева; молочно-товарная ферма совхоза «Верхнепуринский».

Фото Л. Шалахова.

## РУБЕЖИ НЕФТИНИКОВ

### СОЦИАЛИСТИЧЕСКИЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА КОЛЛЕКТИВА НЕФТЕГАЗОДОБЫВАЮЩЕГО УПРАВЛЕНИЯ ТАРАСОВСКНЕФТЬ

пункт с аптекой и стацией на 15 коек, детский сад на 140 мест, два магазина.

За счет внедрения прогрессивной технологии, совершенствования организации труда повысить производительность труда на 0,5 процента.

Подготовить рабочих к получению новых профессий — 35 человек. Повысить квалификацию и обуздать смежным профессиям 40 человек.

Создать школы: коммунистического труда и охватить учебой в них 100 человек; экономического образования — охватить учебой не менее 300 человек.

Каждому работнику отработать на объектах соцкультурного развития творчества радиоактиваторов, получить государственную экономии 64,7 тысячи

рублей, в том числе от размещения на 15 коек, детский сад на 140 мест, два магазина.

Аттестовать в основном производстве 100 рабочих мест.

Подготовить рабочих к получению новых профессий — 35 человек. Повысить квалификацию и обуздать смежным профессиям 40 человек.

Создать школы: коммунистического труда и охватить учебой в них 100 человек; экономического образования — охватить учебой не менее 300 человек.

Каждому работнику отработать на объектах соцкультурного развития творчества радиоактиваторов, получить государственную

экономии 64,7 тысячи рублей, в том числе от размещения на 15 коек, детский сад на 140 мест, два магазина.

Охватить социалистическим соревнованием 85 процентов работающих, в том числе за звание «Ударник коммунистического труда»

не менее 55 процентов от соревнующихся.

За счет укрепления труда и производственной дисциплины сократить на 5 процентов потери рабочего времени.

Вызываем на социалистическое соревнование коллеги НГДУ Барсуковскнефть объединения Пурнефтегаз.

Социалистические обязательства обсуждены и приняты на собрании партийно-хозяйственного актива НГДУ Тарасовскнефть.

## ПЕРВЫЕ ПОЛКИЛОМЕТРА

Передовая бригада проходчиков из Верхнепуринской нефтегазоразведочной экспедиции, которую возглавляет мастер В. И. Вдовичев, пробурила в этом году первых 500 метров горных пород.

Это — один из наивысших показателей среди буровых бригад экспедиции.

Первую скважину во втором году пятилетки правофланговые соцсоревнования стремятся пробурить с ускорением на три дня.

Проходчики подземных недр из бригады буровиков решили до 70-летия Великого Октября завершить двухлетнюю программу и до конца года сверх плана пробурить две тысячи метров скважин.

Трудовая ударная вахта второго года пятилетки продолжается.

В. ИЛЬИН.



## ПЕРЕСТРОЙКА ПЛЮС УСКОРЕНИЕ: СЛОВО—РАБОЧЕМУ

В прошлом году наша струнента. Из последней бригады, руководимая масте партии труб, поступивших ром А. Н. Сытником, пробу на буровую—30 процентов рила 18210 метров горных было с заводским браком, шей бригады, получение об пород при плане 13500, что который был предъявлен составило 134,9 процента, представителям трубного а по сравнению с 1985 го завода. На показатели рабо дом проходка выросла на ты буровиков отрицательно 13,7 процента. План по про влияют и сбои в снабжении. ходке и социалистические обязательства мы выполни ли в апреле. При этом бри гада достигла фактической коммерческой скоро сти и 1493 метра на станко-ме сяц при плане 1184, что составляет 126,1 процента.

Но и достигнутые резуль таты не предел. Они были бы еще выше, если бы не низмы на буровых нигде существовал ряд факторов, не монтируют и зачастую тормозящих работу. К при тяжести приходится тас меру, только в прошлом году кать вручную. Нет в брига бригада простояла более де сушилки. Постоянная про 800 часов в ожидании стан блема с электродами, нет ка. Из-за аварии, произошедшее сальников на вертулюг. От не по вине бригады, ро стоит проблема обогрева, пришлось перебуривать и в связи с этим необходи 1000 метров вторым сто мо решить вопрос установ лом. Чаще всего такие ава ки двух паровых котлов духу времени. Например, рии происходят из-за низ на буровой: один для обо в зимний период из-за отсут кого качества бурового ин грева вагон-городка, другой ствия стоков, отстойных ам

— для буровой. В последние два года стало проблемой, кстати, не только для на кновенных рожковых клю чей и другого слесарного ин струмента.

Было бы очень неплохо, если бы руководство

баров к концу бурения бы работы буровой бригады яв ляется качественно пробу соцсоревнования между бри гадами не руководствоваться и при сдаче их монтажни кам к нам предъявляются тиже, это результаты должны быть направлены усилия всех служб обеспе чения.

На итоги работы всех бу

ровых бригад Южно-Тарко са

линской НГРЭ в прошлом году повлияло отсутствие

нения плана, а смотреть и на то, какой план доведен той или иной бригаде. Ведь не секрет, что не всем бри гадам доводят одинаковые планы, даже если им при ходится бурить скважины одной и той же конструкции и в аналогичных усло виях. В итоге иногда полу чается так: бригада, набу

дах обмениваться опытом рившая больше, имеет про среди буровых бригад. Нал цент выполнения ниже, чем

назначенный, а бригада, которой доведен ниже.

В нынешнем году нал колектив решил не сни жать набранных темпов и достичь более высоких рубежей проходки. План двух лет пятилетки мы об язуемся выполнить к 70-ле тию Великого Октября.

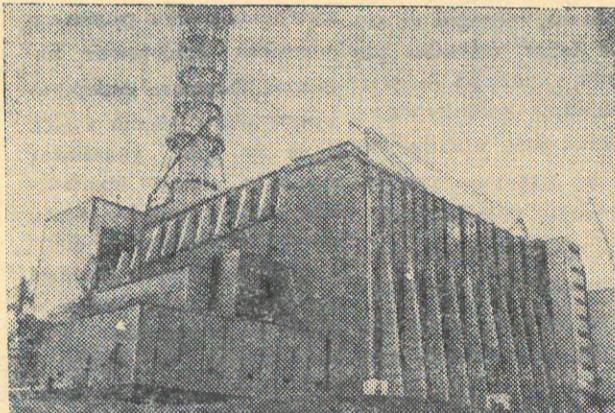
**В. БУРБАС,**  
помощник бурильщика  
Южно-Таркосалинской  
экспедиции.

Украинская ССР. Четвертый атомный реактор Чернообыльской АЭС, вышедший из строя в конце апреля 1986 года, укрошен и надежно закрыт. Семь месяцев потребовалось для осущест вления небывалой опе рации.

Среди первых участников ликвидации аварии были люди различных профессий: пожарные и врачи, ученые и инженеры-физики. Но уже тогда стало ясно, что основную часть работ предстоит выполнить строителям. Из Москвы, Томска, Крас



**Чернобыль:**  
**этапы**  
**мужества**



(Фотохроника ТАСС)

## Совет науки с производством Резервы роста

Расчеты, проведенные на кафедре экономики нефти и газовой промышленности Тюменского индустриального института, свидетельствуют о высокой экономической эффективности разработок. Так, внедрение газа на научно-технических разработках, например, реальнаяизация таких лифтового способа добычи нефти повышает производство 1990 году снизить долю ручного труда на 28 процентов, комплексная автоматизация производства, за счет этого можно уменьшить промыслов — дет условно высвободить за 5, сокращение продолжительности подземного ремонта скважин — 2, используя производительность труда химических методов борьбы с самоотложением — 0,5 процента.

бурения, прогулов, сокращение невыходов на рабо ту с разрешения администрации.

В связи с этим предстоит более целенаправленно укреплять и развивать в трудовых коллективах бригадный подряд. Не случайно в буровых бригадах, действующих таким образом, проходка в среднем выше на 15, коммерческая скорость бурения — на 20 процентов при лучшем качестве работы, экономии ресурсов.

**Г. ЧИСТИЯКОВА,**  
доцент Тюменского индустриального института, кандидат экономических наук.  
**Л. РУДНЕВА,**  
ассистент.

## ЗА ЭФФЕКТИВНЫЙ ТРУД И ЗДОРОВЫЙ БЫТ

Всесоюзный рейд «За эффективный труд и здоровый быт» продолжается. В нашем районе проводятся ряда проверки по организации досуга молодежи в общежитиях, проходят встречи руководящих работников с молодежью. О том, как живется, работает, отдыхается геологоразведчикам, строителям райцентра, какие проблемы волнуют молодежь, наш материал.

## Разговор на чистоту

...В субботний вечер 10 января в общежитии № 5 если бы очередная лекция Таркосалинской НРЭ в прошла на эту тему.

красном уголке, как никог да, многолюдно. Сюда при сомола пойдет навстречу парни из общежития ребятам и лекторы с пони № 10 Таркосалинского СУ. Соков.

брались вместе, чтобы обсудить один из важнейших вопросов: как организуют общежитии № 8 Таркосалинского СУ заострили внимание на работе рай танцев, чем увлекаются, чем занимаются?

Владимир Поляков, председатель совета общежития № 5, отмечает, что 1986 год внес здимые изменения в жизнь общежития. Можно вспомнить много способов вместить всех же ярких дел: соревнования с соседями — строителями (рядом общежития), участия в играх доброй воли, на протяжении нескольких проводимых в поселке, лет репертуар ансамбля шахматные турниры в об щежитии. Были интересные танцы, вечера отдыха.

Конечно, директору РДК не меньше задумок в Н. А. Семашкиной, есть планах на 1987 год совет над чем подумать. Даже с общежития во главе с вэс вводом в действие нового питателем Л. В. Степова клуба будет РДК. Его работе сделано много. Ребята выскажали пожелания: следует чаще проводить к молодежи с просьбой вы лекций.

— Сколько живем в Пу ом, как улучшить работу До тов организовать, объединения этого края и лью в фойе РДК был вы

вешен специальный ящик для сбора информации.

Работники Дома культуры нуждаются в помощи ребят, они стремятся сделать упор на инициативу молодежи, на ее активную заинтересованность в улучшении клубной работы. Некоторые коллективы имеют свои вокально-инструментальные ансамбли, почему бы им не выступить со своей программой на вечере отдыха в Доме культуры. Эксперимент? А почему бы и нет? Разве это не под силу молодежи?

Вопрос Н. А. Семашкиной обращен к второму секретарю РК ВЛКСМ А. Братчикову. Он согласен: мягкое в организации вечеров отдыха зависит от тех парней и девчат, которые пассивно ждут каких-то изменений и не делают для этого шагу вперед.

Строители, молодые рабочие, проживающие в общежитии № 8 Таркосалинского СУ, заострили внимание на работе райононого Дома культуры молодежи, по их мнению неудовлетворительный, по какому же театру, но, как оказалось, привлечь туда молодежь, особенно парней, очень трудно. Созданы «Клуб молодой семьи» и клуб «Ко ми за 30». Но опять же не все могут пойти на эти «заседания».

А что бы хотели организовать, провести в своем ДК таркосалинцы? Что их интересует? Оказывается, есть ребята, желающие всерьез научиться играть на гитаре, если бы с ними занимался опытный гитарист. Оказывается, есть бригада строителей, желающих заниматься борьбой, сказать свои предложения о сколько еще можно талантливые для занятий нет. А сколько живем в Пу ом, как улучшить работу До тов организовать, объединения этого края и лью в фойе РДК был вы

(Окончание на 4-й стр.)

## С думой о грядущем



ЛЕНИНГРАД. Всю жизнь посвятил изучению дале-  
го прошлого России академик Д. С. Лихачев (на  
снимке). Творческий подвиг ученого отмечен недавно  
золотой медалью Героя Социалистического Труда.  
1986 год был для Дмитрия Сергеевича очень насыщен-  
ным, событийным.

— Исполнилась моя давняя мечта — в нашей стране не создан Фонд культуры, — говорит ученый. — Мне ока-  
зана большая честь возглавлять его правление. Мы постараемся, чтобы эта добровольная общественная организа-  
ция внесла достойный вклад не просто в хра-  
нение памятников, а в сбережение памяти. А это — и язык, и фольклор, и архитектура, и музыка. Дмитрию Сергеевичу исполнилось 80 лет, в ответ на поздравление юбиляр шутит:

— Возраст, конечно, почтенный. Но я утешаю се-

бя тем, что все-таки в десять раз моложе «Слова о полку Игореве», чье 800-летие широко отмечалось во всем мире. Большое международное признание полу-  
чили труды Д. С. Лихачева, в которых он всесторонне не анализирует этот памятник. На многие языки мира переведены и другие книги ленинградского ученого. Самые большие пропагандисты мира, считает академик, — это художники, артисты, музыканты, литераторы. Недаром они собирают такие огромные аудито-  
рии.

Недавно по телевидению показывали встречу известного во всем мире Д. С. Лихачева с молодежью. Ис-  
черпывающие ответы давал добрый и мудрый академик на очень разные вопросы. Это, по сути, был душевный разговор, как отца с дочерьми и сыновьями.

(Фотохроника Т-СС)

# Разговор на чистоту

(Окончание.)

Начало на 3-й стр.

Выход — создание клубов по интересам. РДК существует как методический центр, оказывающий помощь по созданию таких клубов. На базе общежития № 2 Таркосалинского АТП работает клуб трезвости «Оптимист». В общежитии № 5 Таркосалинской НРЭ ребята создали шахматно-шашечный клуб. Но после тай обратились к второму доводателю больше не наш секретарю РК ВЛКСМ лось, хотя образование та А. Братчикову с вопросом о ких клубов, рождение их интересное и полезное для: ведь для скуки не останется времени.

Разворотливость в этом деле должен проявить актив общежитий. Обращаясь к руководству РДК с конкретными предложениями, со временем может увлечь многих ребят интересующим их делом.

Возникли у геологоразведчиков и строителей вопросы и по приобретению билетов в дискоклуб «Ассоль». Не все, как выяснилось, знают, что билеты в дискоклуб можно свободно приобрести в комитете комсомола объединения Пурнефтегазгеология. Сейчас в дискоклубе произошла смена руководителей, улучшена программа. Четыре вечера в неделю клуб ждет своих гостей. О культурном досуге ребят, которые, прилетев с буровой, не могут в тот же день сами приобрести билет, должны позаботиться секретари комсомольских организаций, со временем общежитий. Можно практиковать совместные программы, приняв активное участие в исполнении комсомольцы на важ-

ных номеров художественной самодеятельности. Следовало бы подумать и комитету комсомола объединения о целесообразности прода жи части билетов при входе в дискоклуб.

Однако концентрировать внимание только на проблемах организации и проведения вечеров отдыха — значит сузить тему разговора о досуге. Жильцы общежитий инициатора, нет смельчаков, кто бы мог взять на себя ответственность за ход строительства.

М. Арабов, плотник Таркосалинского СУ, увлекает быта, жизни молодых рабочих спортом, в общежитии № 8 возглавляет спортсекретаря, считает, что возможностей заняться спортом у молодежи нет. Спортивная общежития № 7 СУ — красный уголок. В смысле мала, всех не вмещает. Строительство спортивно-оздоровительного комплекса затянуло, как говорят, ниже сред

нулось. Спортивный зал Таркоса линской средней школы № 1 на всех желающих не рассчитан, спортзал школы-интерната в аварийном состоянии.

— Я работаю в бригаде Подгайко. Наши ребята горячие, трудятся на строительстве спортивного комплекса в выходные дни, ведь всем нужно спортзал. Но сколько проблем возникает на пути, — говорит М. Арабов.

А главное — нет органи зованности в этом деле, боевого руководящего штаба, ведущего через все преграды, препоны. Не стали та ким центром и комсомольские организации. Одна день отработали строители названной бригады на воз ведении объектов соцкульт быта. А если говорить в целом, недостаточно активными программы, принял акции на работе в прошлом году. А. МАЛАХОВСКАЯ.

ных объектах соцкультбы та поселка и в частности на строительстве спортивно-оздоровительного комплекса. Райком комсомола должен взять этот вопрос под контроль, стать организатором, вдохновителем на этом важном участке работы.

А каков выход из создавшегося положения? Его подсказывает уренгойскому опыту, где работники объединения хозспособом построили крытый хоккейный корт. Таркосалинцы могли бы также позаботиться о своем зимнем отдыхе. Есть арочный склад, который можно использовать позади корта. Однако не нашлось инициатора, нет смельчаков, кто бы мог взять на себя ответственность за ход строительства.

Проблемы отдыха неразрывно связаны с условиями быта, жизни молодых рабочих. К. Забитов, помбуровщик, № 8 поведал неприглядную историю жизни вахты на буровой. Бани нет, шашек и шахмат — тоже. Отсутствует красный уголок. В смысле мала, всех не вмещает. Строительство спортивно-оздоровительного комплекса затянуло, как говорят, ниже сред

нулось. Спортивный зал Таркосалинской средней школы № 1 на всех желающих не рассчитан, спортзал школы-интерната в аварийном состоянии.

Встреча работников печати, райкома комсомола, учителей трудиться на строительстве спортивного комплекса в объединения и экспедиции ходные дни, ведь всем нужно спортзал. Но сколько откровенный разговор помогает выяснить те стороны жизни, которые требуют улучшения. Думается, после этой встречи многие сделают правильные выводы.

Как отметил на встрече второй секретарь окружкома комсомола Н. Попов,

После искренность иди-  
венные мотивы в моло-  
дежной среде, нужно что-  
бы комсомол был инициа-  
тором всех важных дел в  
районе. В том числе и в ор-  
ганизации досуга.

Путь лекарства сложен. Оно непосредственно в желудке не всасывается, а только в кишечнике, при этом не должно произойти его разрушения имеющимися в желудке ферментами соляной кислоты. Поэтому, когда лекарство принимается натощак, его лучше предварительно измельчить, а потом запить жидкостью. Однако, если таблетка покрыта оболочкой, измельчать ее не рекомендуется: покрытие предохраняет ее от действия соляной кислоты. Чаще с покрытием выпускают драже. Такие препараты, кроме драже витамина, измельчать, раскусывать нельзя, нужно проглатывать целиком.

Лучше всего запивать лекарство теплой кипяченой водой. Она хороша во всех случаях. Многие лекарства можно запивать теплыми минеральными водами: подщелачивание содержимого желудка ускоряет переход лекарства в кишечник. А некоторые препараты в щелочной среде лучше всасываются (пропазин, этаперазин). Есть лекарства, которые в кислой среде попросту разрушаются. Эритромицин, например, надо строго принимать натощак и обязательно запивать щелочной минеральной водой (можно взамен половину чайной ложки соды на стакан воды).

Некоторые жирорастворимые препараты нужно запивать южно-европейским способом.

Обращаться в школу-интернат.

Наши адреса: п. Тарко-Сале, ул. Ленина 1-а. Телефоны: редактор: 2-17-95, зам. редактора: 2-14-07, приемная: 2-17-07, секретариат: 2-10-96, отдел народного хозяйства: 2-17-96, отдел писем: 2-18-95, корреспондент районного радио: 2-18-05, типография: 2-16-06. Пуревская районная типография Управления издательства, полиграфии и книжной торговли Тюменского облисполкома.

Пить молоком (индометацин), но с ними следует быть осторожнее: они задерживают кальций, вступающий в соединение с некоторыми лекарствами, например, с антибиотиками тетрациклинового ряда. Поэтому такие препараты, так же как и барбитураты (фенобарбитал и пр.) предпочтительнее запивать кислыми соками.

## НАШИ КОНСУЛЬТАЦИИ

# Как принимать лекарства

Когда лекарство принимают натощак, то через час попадает в кишечник и всасывается в кровь: концентрация создается достаточно. А с пищей лекарство может разрушиться. Например, левомицетин переваривается ферментами поджелудочной железы и от этого почти ничего не остается. Кроме того, пища в желудке задерживается до 7 часов, препарат за это время будет частично разрушен и в крови не создастся нужной концентрации.

Однако есть и такие лекарства, которые следует принимать непосредственно во время еды. Это жирорастворимые вещества, в первую очередь витамины А, Д, Е, Ф, липоевая кислота. Так же во время или сразу после еды следует принимать большинство гипертонических препаратов бодяльным, страдающим гипертонической болезнью, чтобы артериальное давление не давало резких скачков.

Итак, лекарства, о времени приема которых нет специального указания в инструкции или рецепте, в основном, принимают натощак. Запивать лекарство лучше всего теплой водой. Если же врач указывает время и способ применения, надо строго следовать его рекомендации. И еще: многие препараты взаимодействуют между собой в процессе всасывания, поэтому лучше, по возможности, принимать лекарства поочередно, а не горстями, как это иногда делают.

**А. ПОПОВ,**  
врач районной станции.

Редактор В. МОТИН.

«Северный Луч» на постоянную работу срочно требуется фотокорреспондент. Возможна работа по совместительству.

Обращаться к администрации школы № 1, согласно штатному расписанию.

\* \* \*

Объединенной гидрометеорологической станцией Таркосалинской средней школы № 1 требуется на постоянную работу газогенераторщик.

Высокая печать объем 1 печатный лист формат А-3.

Над выпуском работали:  
корректор И. Аманенко,  
литографисты: Л. Сычина,  
Т. Рассохина,  
метранпаж Н. Николаева,  
печатник М. Агичева.

НАШ АДРЕС: п. Тарко-Сале, ул. Ленина 1-а. ТЕЛЕФОНЫ: редактор: 2-17-95, зам. редактора: 2-14-07, приемная: 2-17-07, секретариат: 2-10-96, отдел народного хозяйства: 2-17-96, отдел писем: 2-18-95, корреспондент районного радио: 2-18-05, типография: 2-16-06. Пуревская районная типография Управления издательства, полиграфии и книжной торговли Тюменского облисполкома.

Заказ 97. Тираж 3414.  
ИНДЕКС 54800.