

## НАДЕЖНО И БЕЗОПАСНО



Необычное зрелище можно было наблюдать на днях на Предместовой площади г.Саратова. Инспекторы ГИБДД останавливали водителей не за нарушения правил дорожного движения, а чтобы вручить памятку с очень полезной информацией. Продолжение читайте на стр. 2

>>> стр.2

### 70 ЛЕТ ГАЗОПРОВОДУ «САРАТОВ - МОСКВА»

## РАЗВЕДЧИК НЕДР

В 1946 году Елшано–Курдюмская газоносная площадь дала жизнь первому дальнему газопроводу страны «Саратов – Москва» протяженностью 843 км.

В 2014 году ПАО «Газпром» было добыто 443,9 млрд м3 газа, протяженность магистральных газопроводов на территории России –170,7 тыс. км, в компании работают 459,6 тыс. человек.

Вот такая дистанция. И это надо не только знать, но и помнить, чтобы по достоинству оценить все, что своим самоотверженным трудом и смелыми научно-техническими решениями сделали люди – организаторы производства и рабочие, инженеры и ученые, создавшие отечественную газовую промышленность.



Буровая на Елшанском месторождении. Установка фонтанной арматуры

Матвей Яковлев по природе своей – бурильщик-разведчик. Найдет нефть или газ в одном месте, пробьет ему дорогу сквозь толщу пород на поверхность, перекошет в другое. До Саратова он изъездил все Прикаспие, побывал в Ухте и вот бурит в Поволжье.

Сравнительно еще молодой бурильщик – ныне пионер газовой промышленности Саратова – одним из первых пришел Матвей Иванович на пустынные доселе холмы Елшанки. Пришлось нелегко. Здесь на незнакомой земле, в суровые дни Отечественной войны, когда молодые промыслы испытывали нехватку в инструменте, оборудовании, все приходилось начинать с «азов».

В Елшанке собрались бурильщики-нефтяники с разных концов страны. Матвей Иванович быстро завоевал доверие и уважение коллектива. Он первым, пренебрегая своим высоким званием мастера-бурильщика первого класса, взялся за лопату, топор и напильник, чтобы оборудовать рабочие места.

По призыву Яковлева бригады буровых мастеров сами стали копать траншеи, прокладывать трубы, возводить вышки.

И вот настал долгожданный день. Под вышками зарокотали моторы, на досках показателей появились первые цифры глубины забоя. Бурение началось. Сперва действовали с оглядкой, будучи незнакомыми с породой, а потом все смелее и смелее.

Бурили на турней. Это глубокий горизонт, расположенный почти в тысяче метров под поверхностью земли. Здесь громадные запасы метана. Но добраться к ним не так-то просто. Мягкие слои в приволжской степи встре-

«Спрос на российский газ в дальнейшем зарубежье продолжает уверенно расти. По предварительным данным, поставки «Газпрома» на этот рынок в январе 2016 года увеличились на 36,1% по сравнению с тем же периодом 2015 года и составили 15,1 млрд куб. м. Наибольший рост демонстрируют ключевые страны-потребители российского газа. В частности, экспорт в Германию вырос на 50,9%, в Великобританию - на 185,7%, в Италию - на 16,1%, в Польшу - на 67,2%».

Алексей Миллер

### ИТОГИ

#### ДИАЛОГ О СПОРТИВНОЙ РАБОТЕ

В СОК «Родничок» состоялся семинар по спортивно-оздоровительной работе, организованный объединенной первичной профсоюзной организацией (ОППО) «Газпром трансгаз Саратов».



И.Шестиловская и Ю. Ухов поблагодарили за работу ответственных за спорт в филиалах



После обсуждений, а, порой, и споров участники семинара пришли к общему мнению

По традиции, в январе в «Родничке» собираются представители профсоюзных комитетов филиалов, ответственные за спортивно-оздоровительную работу. Они подводят итоги года, обсуждают проблемы, утверждают планы на предстоящий сезон.

Открывая семинар, заместитель председателя ОППО Ирина Шестиловская поблагодарила всех участников семинара, занимающихся спортивно-оздоровительной работы в филиалах, за вклад в решение таких задач, как оздоровление работников и их детей, пропаганду здорового образа жизни, формирование личной ответственности за свое здоровье. Это задачи государственной политики, подчеркнула Ирина Владимировна, и каждый из участников семинара вносит

>>> стр.2

>>> стр.3



## НАДЕЖНО И БЕЗОПАСНО

Одним из путей улучшения экологической обстановки является перевод транспорта, в том числе и общественного, на газомоторное топливо. Поэтому ООО «Газпром трансгаз Саратов» решило привлечь внимание общественности к этому вопросу и провести совместно с ГИБДД социальную акцию в День изобретения автомобиля.

29 января Управление ГИБДД России по Саратовской области и ООО «Газпром трансгаз Саратов» провели акцию «Памятка водителю». Автомобилистам вручили брошюру с информацией о штрафах, различных видах госуслуг, правилах оформления страховки, а также о преимуществах использования в качестве моторного топлива метана – самого экологически чистого, безопасного и экономичного из всех видов топлива.

На пресс-конференции, которая состоялась в рамках акции в филиале предприятия – «Саратовавтогаз» - было отмечено, что наше общество имеет более чем 20-летний успешный опыт по переоборудованию автомобилей для работы на компримированном природном газе. Кроме того, журналисты увидели комплекс по переоборудованию автотранспорта, узнали, как проходит процесс освидетельствования газовых баллонов, присутствовали на проведении замеров СО и СН в выхлопах автомобилей, работающих на бензине и газовом топливе.

«Соблюдать правила дорожного движения очень важно, – отметил руководитель отдела ГИБДД Денис Желтов. – Но с учетом современных реалий не менее важно уделять внимание вопросам экологической безопасности региона».

Автолюбители положительно оценили совместный креатив, с благодарностью брали памятки и даже делали селфи с инспекторами на фоне своих автомобилей.

Служба по связям с общественностью и СМИ

## КОЛОГРИВОВСКАЯ ПРОМПЛОЩАДКА. 70 ЛЕТ СПУСТЯ

Когда-то Кологривовская компрессорная станция была головной на пути газа из Саратова в Москву по первому в стране магистральному газопроводу. С того времени многое изменилось, но промплощадка работает до сих пор.

Компрессорный цех был остановлен в 1997 году. Перекачка газа прекратилась, но не остановилась работа Кологривовской промплощадки Сторожевского ЛПУМГ. Коллектив, а сейчас на промплощадке трудится 81 человек, продолжает выполнять важные функции.

Среди основных задач – обеспечение бесперебойного транзита газа по газопроводам зоны ответственности промплощадки, в том числе по магистральному газопроводу «Починки - Изобильное»; эксплуатация семи газораспределительных станций. Кроме того, газовики выполняют социально-значимую функцию – обеспечивают питьевой водой из пяти артезианских скважин близлежащие населенные пункты.

Совсем недавно были капитально отремонтированы пять зданий промплощадки. Среди основных работ прошлого года – обследование участков газопроводов и переходов через автодороги и реки.

В ближайших планах: проведение внутритрубной дефектоскопии на газопроводах «Курдюм - Кологривовка» и «Озерки - Аткарск» (ВТД на этих газопроводах прежде не проводилась), шурфовка по результатам ВТД на газопроводе «Починки - Изобильное», ввод в эксплуатацию реконструированной ГРС Даниловка в Аткарском районе.

Идут годы, обновляется коллектив. Из тех самых первопроходцев, начавших работать на Кологривовской компрессорной станции, остался один лишь Сергей Иванович Ефимов. Менее года назад на заслуженный отдых ушел начальник промплощадки Александр Сидоров, отдавший ей более 35 лет. Новым руководителем в январе этого года назначен Сергей Жургунов, ранее работавший в Инженерно-техническом центре общества.



Здание бывшего компрессорного цеха, того самого - первого, сейчас это гараж АТХ

В последние годы все активнее идет омоложение кадрового состава, причем работать на промплощадку приходят представители третьего и даже четвертого поколения трудовых династий газовиков. Сегодня на предприятии работают представители шести династий, суммарный трудовой стаж каждой из которых превышает 100 лет. Это династии Шарковых, Демидовых, Кондратьевых, Савельевых, Калугиных, Ефимовых.

Вообще же, делу сохранения исторической памяти о филиале в Кологривовке уделяется особое внимание. Тут прекрасно знают своих героев, тех, кто самоотверженно трудился 30, 50, 70 лет назад.

Огромную роль в сохранении памяти играет созданный еще в середине 90-х годов музей промплощадки. Его идейный вдохновитель и гид Светлана Михалева – настоящий летописец промплощадки, хранитель ее истории и традиций.

Всех приезжающих на Кологривовскую промплощадку встречает стела «Они были первыми...», на которой изображена карта магистрального газопровода «Саратов - Москва» и имена 55 пионеров газовой промыш-

ленности СССР. Стела установлена к 50-летию газопровода, поэтому с ее реконструкции и стартует в филиале комплекс памятных мероприятий этого юбилейного года.

Александр АЗАРКИН



Экспонаты музея филиала С.Михалева собирает по крупицам уже более 20 лет

## 70 ЛЕТ ГАЗОПРОВОДУ «САРАТОВ - МОСКВА»

## РАЗВЕДЧИК НЕДР

чаются лишь наверху. А дальше – доломиты, известняки, прочные кремнистые породы.

Чтобы выполнить план бурения, приходилось давать механизмам максимальную нагрузку, обеспечивать тщательный надзор и контроль, иначе авария неизбежна. Мастер Яковлев первым решил на серьезный производственный риск. Он умышленно пошел на перегрузку механизмов и повысил скорость проходки на 18-20 процентов.

Обеспечив тщательный надзор за механизмами, Матвей Иванович ни разу не допустил аварии. Его станок работал круглые сутки. Ни на минуту он не спускал глаз с прибора, контролирующего работу механизмов. Лично сам регулировал скорость вращения ротора и силу давления долота.

Метр за метром стальное долото буравит неподатливую породу, добираясь до газоносных пластов. И когда наступит этот торжественный момент в жизни каждой буровой, на скважину поставят превентер – стальную задвижку, и природное топливо, тысячелетия дремавшее в недрах земли, получит путьку в жизнь.

Матвей Яковлев одним из первых в Елшанке отметил это замечательное событие. Его буровая раньше многих других закончила проходку и дала газ Москве. Этот успех – резуль-



Горловина первой елшанской промышленной скважины («бабушки»)»

тат напряженного интенсивного труда. Недаром на промыслах о людях бригады Яковлева говорят как о художниках своего дела. Здесь действительно умеют ценить и беречь время.



Советание с коллективом проходчиков на буровой в Елшанке проводит секретарь Саратовского областного комитета ВКП(б) П.Комаров (третий слева)

Достаточно сказать, что для смены долота, а для этого нужно поднять всю многометровую колонну труб, полагается шесть минут, а в смене Яковлева уходит не более двух минут.

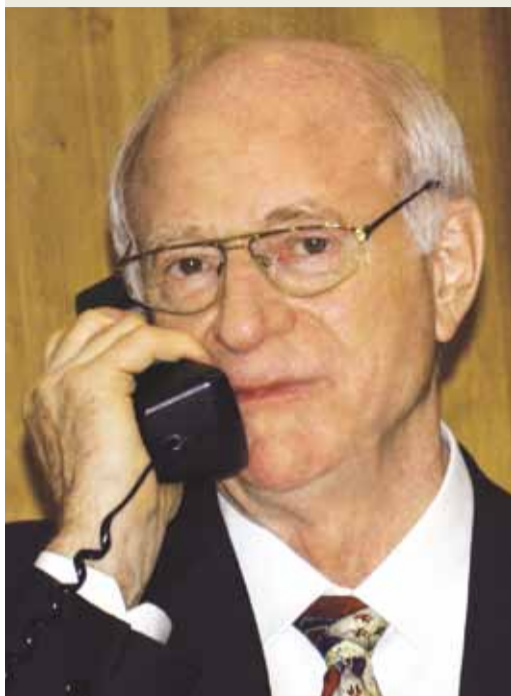
За освоение нового газодобывающего района, за активное участие в строитель-

стве газопровода «Саратов – Москва» Матвей Иванович Яковлев удостоен высшей награды – ордена Ленина.

Н.ФРОЛОВ. «Боевая стройка», 23 марта 1947 год



## РАБОТА, СТАВШАЯ СУДЬБОЙ



7 февраля Владимиру Чумакову, генеральному директору нашего предприятия с 1976 года по 2002 год, исполнилось 80 лет.

ональную зрелость. «Судьба газотранспортной системы «Средняя Азия – Центр», начиная от ее рождения и почти до наших дней, это и моя личная судьба...», - говорит Владимир Яковлевич.

В 1976 году В.Чумаков, после Средней Азии, где прошел путь от инженера до генерального директора ПО «Среднеазиатгаз», приезжает в Саратов. Возглавив «Главюгтрансгаз» он теперь отвечает за газотранспортную систему производственных объединений «Среднеазиатгаз», «Саратовтрансгаз», «Томсктрансгаз», «Волгоградтрансгаз». А это десятки тысяч километров газовых магистралей!

После распада СССР и образования в 1991 году на территории Средней Азии новых суверенных государств и национальных газовых компаний, В.Чумаков назначается генеральным директором ООО «Югтрансгаз», которое обеспечивает газом потребителей Саратовской, Тамбовской, Пензенской областей, транспортирует «голубое топливо» на Северный Кавказ, в страны ближнего и дальнего Зарубежья.

В «лихие» 90-е годы - этот небывало сложный период жизни страны и отрасли, генеральный директор В. Чумаков, преодолевая стоящие преграды, уверенно нацеливал свой коллектив на решение ответственных задач по стабильному обеспечению потребителей газом. Проводимая в те годы производственная и социальная политика, принимаемые руководством предприятия, лично Владимиром Яковлевичем действия позволили многотысячному коллективу не только выстоять в хаосе неплатежей за газ, минимального финансирования производственных нужд, задолженностей по зарплате, но и сохранить свой потенциал профессиональных навыков,

производственного опыта, коллективного согласия, не допустить ни одного срыва выполнения своих обязательств.

В эти годы В.Чумаков трижды избирается в Совет директоров газовой компании и на этом высоком посту работает плодотворно.

Для В.Чумакова - руководителя самым главным богатством предприятия были его работники, чьим трудом создано все, чем газовики сегодня по праву гордятся. И люди платили ему тем же: В.Чумакову верили, были его надежной опорой в делах.

Заслуги Владимира Яковлевича высоко оценены государством: ордена Ленина, Трудового Красного Знамени, медали «За доблестный труд», «За трудовое отличие», медаль СЭВ «За строительство магистрального газопровода «Союз», Орден русской православной церкви Преподобного Сергия Радонежского III степени. В.Чумаков - «Почетный работник газовой промышленности РФ», «Почетный работник ТЭК», «Почетный гражданин Саратовской области».

Ум, знания, опыт В.Чумакова и сегодня востребованы. При его активном участии созданы Совет ветеранов предприятия, музей трудовой славы нашего общества. Вместе с другими членами президиума Совета старейшин области он проголосовал за создание областного музея трудовой славы.

...Есть такое выражение: время течет, как вода, смывая все лишнее, наносное и оставляя самое дорогое, самое весомое - тепло дружеских рукопожатий, добрую память коллег, уважение, заработанное десятилетиями добросовестного труда...

Коллектив предприятия искренне поздравляет Владимира Яковлевича с юбилеем.

Желаем Вам, уважаемый Владимир Яковлевич, крепкого здоровья, тепла родных и близких, благополучия. Человек молод, пока живут в его сердце мечта и надежда! Счастливых Вам дней!

**Трудовой коллектив  
ООО «Газпром трансгаз Саратов»**

Карьера В.Чумакова была по определению предсказуемой: продвижение по службе в газовой отрасли уготовано тем, кто с любовью относится к своему делу, вкладывая в него все себя без остатка, неординарным личностям, умеющим - и в профессиональном и в личном плане - быть самими собой.

Ему повезло работать в трудное, напряженное время формирования газовой отрасли, которая в невероятно короткие сроки окрепла, набрала свой мощный потенциал и устремилась вперед.

Это были годы великих строек в Средней Азии и Сибири. Владимир Яковлевич был одним из непосредственных участников ввода в эксплуатацию газопроводов «Бухара - Урал», «Союз», «Оренбург - Новопсков», «Уренгой - Челябинск - Новопсков». А трансконтинентальная газотранспортная система «Средняя Азия - Центр» стала не только его работой, но и самой судьбой, здесь он оставил частицу себя, здесь обрел професси-

## ОН ВСЕГДА НАЦЕЛЕН НА УСПЕХ



1 февраля начальнику отдела информационно-управляющих систем Валерию Батурину исполнилось 70 лет.

газопроводов и центральной телемеханики.

И в Саратове, куда он приехал в 1988 году, - В.Батуриным занимается разработкой данного направления сначала в «Главюгтрансгазе», а затем, возглавив отдел АСУ, в «Югтрансгазе». На предприятии В.Батуриным сразу же заявил о себе не только как о специалисте высокого класса, но и как личности, умеющей отстаивать собственное мнение, с принципиальной жизненной позицией.

Под его началом и при непосредственном участии филиалы нашего общества перешли от устаревшей вычислительной техники на новейшие компьютерные технологии, внедряются в производство РСОДУ, а отдел начинает приобретать современные направления: обучение пользователей работе с ПЭВМ, системное администрирование, ремонт вычислительной и периферийной техники, развитие локально-вычислительных сетей.

40 с лишним лет, что занимается Валерий Константинович внедрением в газотранспортные предприятия современных информационных технологий, - не очень большой по историческим меркам срок. А вот информационные технологии - его любимое детище - за это время «выросли» неимоверно: от первой электронно-вычислительной машины, занимавшей половину первого этажа нашего здания, информация в которую загружалась при помощи перфокарт, до сверхсовремен-

ных продуктов информационных технологий.

Да и результат работы В. Батурина весьма ошутим: создана исправно работающая, хорошо отлаженная информационная система общества «Газпром трансгаз Саратов».

Поздравляя Валерия Константиновича с юбилеем, желаем ему здоровья, оптимизма, счастья и благополучия!

**Трудовой коллектив  
ООО «Газпром трансгаз Саратов»**

**Уважаемый Валерий Константинович! Уже много лет Вы руководите нашим коллективом, свято чтя старые добрые традиции и смело зарождая новые. С какими только трудностями за это время не сталкивались служба ИУС, но под Вашим руководством мы с успехом справлялись с пожарами и потопами, падением серверов и выходом из строя системы охлаждения, с бесчисленным количеством заявок и неоднократной сменой названия службы.**

**Сегодня у Вас Юбилей. Очень красивая дата. От всего коллектива хотим пожелать Вам богатырского здоровья, сибирского долголетия, семейного спокойствия. Чтобы Ваши неиссякаемый оптимизм и чувство юмора по прежнему удерживали на плаву наш корабль по имени «СИУС», а мы будем всегда равняться на Вас и оказывать свою поддержку.**

**Поздравляем Вас с Юбилеем!**

**Коллектив службы ИУС**

стр.1<<<

### ДИАЛОГ О СПОРТИВНОЙ РАБОТЕ



В выступлениях М.Сильяновой были отмечены лучшие отчеты смотря-конкурса

свой посильный вклад в общее дело.

Во всех филиалах проходят соревнования между службами в рамках Спартакиады общества, организуются спортивно-массовые мероприятия, посвященные тем или иным знаменательным датам, в которых участвуют не только работники, но и члены их семей. В филиалах обустривают и оборудуют своими силами небольшие спортивные «уголки», где в обеденный перерыв или после работы каждый может поиграть в настольный теннис, поупражняться с гирей, позаниматься на тренажерах и т.д.

Во многих филиалах установлены тематические стенды, посвященные спортивным победам, достижениям работников на соревнованиях; организована новостная рассылка по внутренней сети.

Итоги Спартакиады-2015 среди коллективов физической культуры филиалов общества - по 10 видам спорта, среди ветеранов (работников старше 40 лет) - по пяти видам спорта; и детей работников - по 8 видам спорта, подвел ведущий специалист ОППО Юрий Ухов.

С материалами смотря-конкурса на лучшую постановку спортивно-массовой и оздоровительной работы выступила инструктор по спорту спортивно-методической службы СОК «Родничок» Мария Сильянова. В тройку призеров смотря-конкурса вошли Башмаковское, Мокроусское ЛПУМГ, УТТиСТ.

«В целом, подсчитывая баллы участников смотря-конкурса, можно отметить, что активность на местах растет. Этому способствует, прежде всего, энтузиазм людей. Они показывают коллегам положительный пример отношения к спорту и здоровому образу жизни. Спасибо им за это», - резюмировала Мария Сильянова.

В преддверии зимней Спартакиады ПАО «Газпром» в Уфе были подняты вопросы о приведении правил проведения внутренних соревнований к единому знаменателю - правилам и регламентам спартакиад ПАО «Газпром», а также о введении в спартакиаду ООО «Газпром трансгаз Саратов» нового вида - женского волейбола.

Интересным, мотивирующим и наглядным (видео-презентация) оказался доклад отчет председателя туристического клуба ОППО общества Ольги Утягановой. В нем были отмечены основные мероприятия, проведенные в 2015 году, представлен план работы на 2016 год.

В завершение семинара утвержден календарь соревнований на 2016 год. Начальник спортивно-методической службы СОК «Родничок» Александр Кнор поблагодарил всех собравшихся за организацию мероприятий по сдаче норм ГТО в своих филиалах, подчеркнув, что подобная практика будет продолжена и в наступившем году.

Участники семинара выражают благодарность работникам СОК «Родничок», специалистам Управления связи, УТТиСТ за профессионализм. Благодаря их помощи, семинар прошел на высоком организационном уровне.

**Александр АЗАРКИН**

Валерия Константиновича можно смело называть фанатом всяческой автоматизации, телемеханизации, компьютеризации. В.Батуриным счастливо совпал со временем, когда в стране, в частности в газовой промышленности, стали внедряться автоматизированные системы управления предприятиями.

С 1972 по 1988 год он занимался важным и любимым делом в Средней Азии, в Ургенче. В ПО «Среднеазиатгаз» руководил группой телемеханики. Здесь прошел самую серьезную проверку на прочность. Под его руководством прошло внедрение первых в газовой промышленности систем телемеханики для



## ПОЗНАВАТЬ МИР ВМЕСТЕ С КНИГОЙ

ООО «Газпром трансгаз Саратов» подарило воспитанникам специальной коррекционной школы-интерната г.Саратова для слепых и слабовидящих детей специализированные книги.

Ребятам с нарушением зрения были вручены комплекты цветных иллюстрированных рельефных книг из серии «Атлас восприятия иллюстраций». Помимо интересных и познавательных книжек в состав комплекта входит так называемый «умный карандаш», позволяющий слабовидящим детям услышать, что изображено или написано на странице. Развивающие и обучающие издания предназначены для двух возрастных категорий: 3-5 и 5-8 лет.

Представители предприятия провели для воспитанников школы-интерната викторину по мотивам известных сказок. Малыши с удовольствием отвечали на вопросы и разгадывали загадки, вспоминали и изображали сказочных героев, а затем принялись изучать полученные рельефные книги, которые помогут им получить достаточный объем зна-



ний, чтобы не отстать от своих сверстников с нормальным зрением в познании окружающего мира.

Наше предприятие регулярно оказывает благотворительную помощь школе-интернату для слепых и слабовидящих детей. Для разви-

тия у детей тактильных ощущений в интернат передаются материалы для изготовления поделок, рельефные книги.

**Служба по связям с общественностью и СМИ**

### СПОРТ

#### 10 ЛЕТ НА НИВЕ ФУТБОЛА

Футбольная команда санатория-профилактория «Нива» в 2015 году стала лучшей командой Марковского района.



Большинство футболистов команды – работники «Нивы». В марте этого года у команды юбилей – 10 лет со дня основания. За это время она стала одним из сильнейших футбольных коллективов района, участвуя практически во всех его турнирах. А 2015-й и вовсе стал самым успешным в ее истории. Команда участвовала во всех соревнованиях Марковского района по мини-футболу и футболу. «Нива» завоевала Кубок Марковского района, была лучшей в Первенстве района, выиграла Суперкубок района и Чемпионат района по футболу в формате 8x8.

Всего в турнирах сезона участвовало 19 команд – это один из самых высоких показателей массовости футбола в Саратовской области.

Улучшились результаты команды и в спартакиадах ООО «Газпром трансгаз Саратов» - в последние годы она стабильно выходит в финальную стадию, показывая самообытную, зрелищную игру.

Успехи команды были бы невозможны без всесторонней поддержки начальника СП «Нива» Игоря Буравиллина и профсоюзного комитета филиала. Огромное спасибо также всем тем, кто за нас болеет и переживает!

**Алексей ЦАРИКОВ, капитан футбольной команды «СП Нива»**

### НЕ ГАЗОМ ЕДИНЫМ

## КРЕЩЕНСКИЕ ЗАБАВЫ

24 января в СОК «Родничок» состоялся праздник «Крещенские забавы». В программе: знакомство с русскими народными традициями, массовые игры, хороводы, гадания.

Дорогих гостей в «Родничке» встречали участницы «Капли» - вокального ансамбля спортивно-оздоровительного комплекса - по русским народным традициям с пышным караваем и добрыми пожеланиями. В Крещенских забавах приняли участие около 100 человек – работники нашего общества с семья-

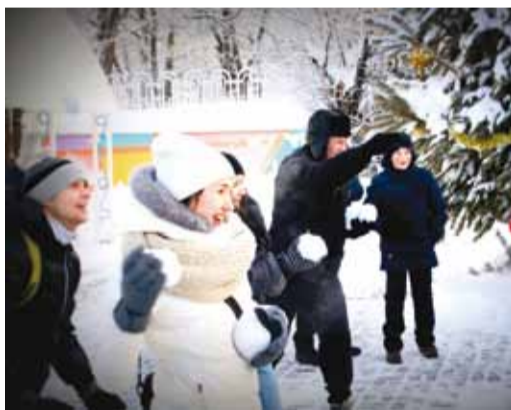
ми. Дети с удовольствием катались с горки, для них были организованы викторины с розыгрышем призов.

Для гостей праздника работал буфет с горячими напитками и вкуснейшей выпечкой.

Несмотря на холодную крещенскую погоду, гостям в «Родничке» в этот день было тепло и радостно не только от яркого январского солнышка, но и от активного и интересного праздника, от русских народных песен, частушек, колядок в исполнении «Капли»!

«Родничок» приглашает вас в зимнюю сказку!

**СОК «Родничок»**



### ВАЖНО

#### ЭТО ДОЛЖНА ЗНАТЬ КАЖДАЯ ЖЕНЩИНА

Ежегодно в России более 60 тысяч женщин заболевают раком молочной железы. Надо помнить: рак молочной железы поддается полному излечению на ранних стадиях. Раннее выявление рака возможно только при регулярном профилактическом обследовании молочных желез.

Регулярное наблюдение у маммолога необходимо, если ваш возраст старше 30-35 лет; первые роды - после 35 лет, аборт - после 35 лет, менопауза - после 50 лет; в семье были случаи рака молочных желез, яичников, толстой кишки, эндометрия; отмечаются выделения из сосков молочных желез, есть болезненность в области молочной железы; вы обнаружили уплотнение в молочной железе, высыпания на коже, втяжение кожи или соска, увеличенные подмышечные лимфоузлы; вы принимаете (или планируете принимать) оральные контрацептивы; вам назначена заместительная гормональная терапия.

У всех заболевших можно выделить общие факторы риска. Самый серьезный из них - наследственность по материнской линии, то есть наличие рака молочной железы у матери, сестры, тети. Второй фактор риска – возраст. С 30 до 75 лет частота возникновения рака увеличивается в 13 раз. К значимым и частым факторам риска нужно также отнести наличие гинекологических и эндокринных заболеваний, в том числе нарушения менструального цикла, отсутствие родов, отказ от грудного вскармливания, аборты до первых родов, ушибы и другие травмы молочных желез, сильные стрессы.

В группе факторов риска - ситуации, на которые женщина может влиять сама: регулярно посещать гинеколога, использовать правильно подобранные методы контрацепции, не отказывать молочной железе в её праве на лактацию, беречь молочную железу от травм и облучений, избегать нерационального питания.

К факторам риска развития рака молочной железы относятся ожирение, сахарный диабет, гипертония, хронический стресс.

Наличие факторов риска должно побудить женщину не только к регулярному обследованию молочных желез, но и к периодическим консультациям у специалистов. Это лучший способ ранней диагностики и своевременного проведения соответствующего лечения. Вовремя выявленный рак молочной железы позволяет справиться с заболеванием в 92-98% случаев.

Всем девушкам и женщинам, независимо от возраста, нужно раз в месяц проводить самообследование молочных желез. Каждая женщина после 35 лет должна проводить маммографию 1 раз в 2 года, а старше 50 лет и группы повышенного риска - ежегодно.

Поскольку одной из ведущих причин возникновения опухолей в молочных железах является наличие хронических гинекологических заболеваний, обязательным при обследовании является осмотр гинеколога и УЗИ органов малого таза.

При обнаружении опухоли не стоит поддаваться панике. Далеко не всякая опухоль - рак. Очень важно не уклоняться от обследования, а провести все диагностические и лечебные мероприятия.

С целью профилактики и ранней диагностики заболеваний молочных желез в МСЧ ООО «Газпром трансгаз Саратов» проводится УЗИ молочных желез и маммография. Женщинам рекомендуется посетить врача гинеколога, записаться на УЗИ молочных желез и маммографию. Запись на исследование осуществляется по направлению врача гинеколога, маммолога.

**Медслужба**