



Серебряный колокольчик

ВЫПУСК № 5

ПРАЗДНИКИ В ФЕВРАЛЕ

2 февраля Всемирный день водно-болотных угодий

4 февраля Всемирный день борьбы против рака.

8 февраля День российской науки

9 февраля Международный день стоматолога.

10 февраля День памяти А.С. Пушкина

11 февраля Всемирный день больного

14 февраля ДЕНЬ СВЯТОГО ВАЛЕНТИНА

15 февраля День памяти воинов-интернационалистов

17 февраля Всемирный день проявления доброты

19 февраля Всемирный день китов

21 февраля Международный день родного языка

23 февраля ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА

26 февраля МАСЛЕНИЦА

ШКОЛЬНЫЕ ВЕСТИ

Февраль - насыщенный на мероприятия месяц. Идет месячник оборонно- массовой работы. Учащиеся школы с большим желанием принимают участие в различных соревнованиях: по шашкам, подтягиванию, армреслингу.

В День влюбленных поздравили друзей и учителей.

«Звездочки» школы принимали участие в кустовом и районных этапах конкурса «Созвездие- 2017». Мавлютовы Эльвина и Адель, Саматова Ильвина и Сайфутдинова Сабина будут выступать на гала-концерте.

15 февраля - в день рождения великого татарского поэта М.Джалиля провели конкурс чтецов.

Провели урок мужества «Афганистан - боль моя». Вспоминали воинов - интернационалистов.

Продолжается операция «Снег». Тимуровцы школы помогают ветеранам.

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ-

- Тахикардия. Симптомы. Лечение. стр.2

-Всемирный день китов и дельфинов стр.3

-Правила поведения на водоемах в зимний период стр.4

Страничка ЗОЖ

Тахикардия – состояние при котором частота сердечных сокращений более 90 (девятиста) ударов в минуту. Нормальный показатель у детей старше 15 лет и взрослых в состоянии покоя составляет от 60 до 90 сердечных циклов в минуту. У детей младше 15 лет частота сердечных циклов коррелирует в зависимости от возраста в диапазоне от 140 до 170 в первые месяцы после рождения постепенно снижаясь до 70 – 90 в возрасте 12 – 15 лет.

Симптомы

-высокая частота пульса в покое, которая самостоятельно не нормализуется в течение 5 минут;

-внезапный приступ сердцебиения без объективной причины;

-постоянные выраженные колебания частоты сердечных сокращений, головокружение, потемнение в глазах, потеря сознания («дополнительные удары», толчки и «замирания» в работе сердца.

Лечение

Физиологическая тахикардия, являясь механизмом адаптации к внешнему воздействию, не требует какой-либо коррекции и медикаментозной терапии. Однако следует иметь в виду что, адаптационные возможности организма не безграничны и строго индивидуальны. Чрезмерная физическая или эмоциональная нагрузка может привести к истощению резервных возможностей и развитию неблагоприятных последствий для многих органов и систем, включая сердечно-сосудистую. Курение, злоупотребление алкоголем, токсические воздействия значительно снижают возможности адаптационных механизмов.

Лечение патологической тахикардии и экстрасистолии подразумевает под собой лечение основного заболевания, симптомом которого и является учащенное сердцебиение.



Так, при эндокринных заболеваниях восстановление гормонального баланса быстро приводит к нормализации сердечного ритма. При тахикардии неврогенного генеза необходима нормализация эмоционального фона, полноценный отдых, использование седативных препаратов. Предпочтение следует отдавать сбалансированным комбинированным лекарственным препаратам, которые обладают более выраженным эффектом по сравнению с монопрепаратами. Часто причиной тахикардии являются различные заболевания сердца. В этом случае врач может назначить различные схемы лечения в зависимости от основного патологического процесса. При любом виде тахикардии в качестве симптоматической терапии могут использоваться препараты, в состав которых входят лекарственные травы, обладающие отрицательным хронотропным эффектом, например, пустырник. К таким препаратам относится сбалансированный комбинированный лекарственный препарат Валемидин. Валемидин также обладает выраженным седативным действием, снижает эмоциональную напряженность, которая в свою очередь является дополнительным фактором, способствующим развитию тахикардии вне зависимости от ее причины.

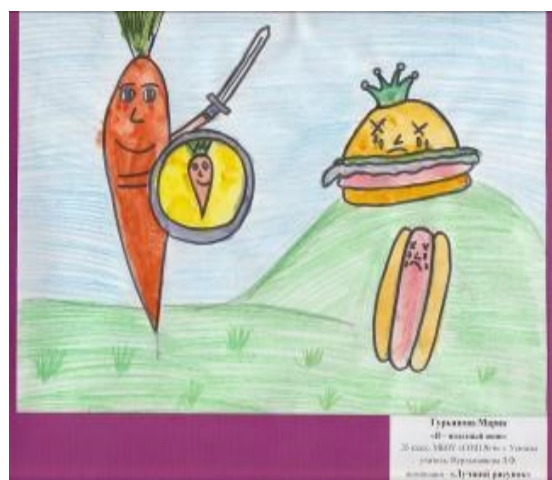
Это интересно

Всемирный день китов и дельфинов — праздник, учрежденный в 1986 году Международной китобойной комиссией. Его отмечают 23 июля поскольку в этот день в 1982 году IWC проголосовала за полный запрет коммерческой добычи китов начиная с сезона 1985/1986.

Запрет вступил в силу **19 февраля** 1986 года. В честь этого каждый год 19 февраля отмечают ещё один праздник — Всемирный день китов. Его считают днём защиты и других морских млекопитающих. Иногда экологические организации разных стран совместно посвящают этот день защите какого-либо одного вида млекопитающих, над которым нависла угроза уничтожения.



Международный день стоматолога — профессиональный праздник стоматологов и зубных врачей, который отмечается по всей планете ежегодно, **9 февраля**. Несмотря на то, что стоматология является одной из древнейших отраслей медицины День стоматолога — сравнительно молодой профессиональный праздник.



Советы школьнику

Правила поведения на водоемах в зимний период

1. Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
2. При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.
3. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды, - это

означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.

4. При вынужденном переходе водоема безопаснее

всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

5. При переходе водоема группой необходимо соблюдать рас-



Смешинка

Фразы из сочинений

- Девочка молча ела суп не раскрывая рта.
- Гуси готовились к улету.
- На пригорке стояла девушка с головой в белом платочке.
- Были сильные метели так что операция «Снег» началась.
- Нас пригласили помогать ветеринаре.



**Гафурова А.М., Абдрахманова Г.,
Сайфутдинов С., Шайдуллов И.**

Пусть будет в жизни все
Самое теплое, самое милое, самое доброе, очень красивое,
Самое верное, самое нужное,
Трепетно-нежное, самое дружное,
Только приятное, только хорошее,
Невероятное, чуть невозможное,
Просто веселое, просто любимое,
Но обязательно НЕПОВТОРИМОЕ!

«Есть терпенье, будет и
умень».

«Поспешись – людей
насмешись».

«Муравей не велик, да горы
копает»

МБОУ «Беденьговская ООШ»
с.Татарская Беденьга
(843)735-05-27

Над выпуском работали:
Измайлова Регина – гл.редактор
учащиеся 8 класса

Руководитель
Саматова Г.Н.