

04/21

ВЫПУСК № 8

# ПРОЕКТИРОВЩИК

ИСКУССТВО ВИДЕТЬ ЗАВТРАШНИЙ ДЕНЬ

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ НАБЛЮДЕНИЙ  
И ВМЕШАТЕЛЬСТВА В КОМПАНИИ

ЕДИНЫЙ ДЕНЬ  
РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ВЫПУСКНИКОВ

УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР –  
В НОГУ СО ВРЕМЕНЕМ!

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ОБЪЕКТОВ ГРАЖДАНСКОГО  
СТРОИТЕЛЬСТВА

ОЗОНОТЕРАПИЯ – ГЛОТОК СВЕЖЕСТИ И ЗДОРОВЬЯ





2

## РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ НАБЛЮДЕНИЙ И ВМЕШАТЕЛЬСТВА В КОМПАНИИ

С 2020 года в нашем Обществе действует Программа наблюдения и вмешательства, основной задачей которой является предотвращение несчастных случаев посредством регистрации и управления опасными условиями и опасными действиями.

4

## ПРЕДСТАВИТЕЛИ КОМПАНИИ ПРИНЯЛИ УЧАСТИЕ В ЕДИНОМ ДНЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ВЫПУСКНИКОВ

8

## УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР – В НОГУ СО ВРЕМЕНЕМ!

Сегодня, в эпоху стремительного развития информационных технологий и освоения киберпространства, человечество все чаще сталкивается с принципиально новыми угрозами информационной безопасности.

10

## ВЛАДИМИР АЛЕКСЕЕВИЧ БУРМИН

Являлся одним из основоположников принципов и правил построения действующих в Российской Федерации систем сертификации технических средств защиты информации и лицензирования деятельности в области технической защиты информации. Светлая память!

5

## ПРОЕКТИРОВАНИЕ ОБЪЕКТОВ ГРАЖДАНСКОГО СТРОИТЕЛЬСТВА

Для АО «Газпроектинжиниринг» проектирование объектов гражданского строительства - одно из важных направлений работ.

11

## ОЗОНОТЕРАПИЯ – ГЛОТОК СВЕЖЕСТИ И ЗДОРОВЬЯ

Озонотерапия — это один из видов физиотерапии, использующий для лечения газ озон (три атома кислорода с отрицательно заряженными ионами).

13

## КРОССВОРД



# РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ НАБЛЮДЕНИЙ И ВМЕШАТЕЛЬСТВА В КОМПАНИИ

## СПРАВОЧНО:

Международная организация труда (МОТ) отмечает 28 апреля Всемирный день охраны труда в целях содействия предотвращению несчастных случаев и заболеваний на рабочих местах во всем мире. Этот праздник говорит о том, насколько важно следить за безопасностью работающих и является днём памяти всех тех, кто погиб, получил травмы или профессиональные болезни на работе.

Другое название праздника «День работников охраны труда». Для представителей данной специальности праздник является профессиональным.

Приглашаем вас отметить этот день вместе и присоединиться к реализации Программы наблюдений и вмешательства в компании.



С 2020 года в нашем Обществе действует Программа наблюдения и вмешательства, основной задачей которой является предотвращение несчастных случаев посредством регистрации и управления опасными условиями и опасными действиями.

**Опасным условием** называют любое состояние производственной среды, которое, если его не устранить, может привести к травме или причинению вреда здоровью работника, а **опасным действием** называют любое поведение или поступок работника, который может привести к травме или происшествию и создать риск для собственной жизни и жизни окружающих.

### Пирамида происшествий

Если посмотреть на известную пирамиду происшествий, то в ее основании лежит большое количество опасных условий и опасных дей-

ствий, которые могут привести к несчастным случаям. А ее верхушка – несчастный случай. Соответственно, если мы будем бороться только с верхушкой, то сможем лишь реагировать на уже случившееся событие. Иными словами, выявляя и ликвидируя опасные условия и действия, мы снижаем риск возникновения трагических ситуаций.

### Механизм действия Программы наблюдения и вмешательства

Один из способов реализации Программы наблюдения и вмешательства – это проведение так называемых раундов - плановых осмотров выбранного рабочего места с целью контроля рисков, оценки существующих условий на предмет соответствия требовани-





ям безопасности, а также повышения осведомленности персонала в сфере охраны труда. В нашем Обществе разработан и утвержден график проведения раундов наблюдения и вмешательства на 2021 год, согласно которому специалисты группы по охране труда и пожарной безопасности проводят раунды в подразделениях.

С начала года проведено 20 раундов наблюдения и вмешательства и выявлено порядка сорока опасных условий и опасных действий. Основные несоответствия связаны с риском спотыкания о размотанные провода от компьютеров и оргтехники, перепады плитки на полу или разорванный линолеум. Также следует отметить такие распространенные нарушения как: загромождение эвакуационных проходов, наличие неисправных инструментов, отсутствие средств индивидуальной защиты на рабочих местах, неустойчивое складирование предметов на шкафах, наличие в свободном доступе лекарственных препаратов (зачастую просроченных) и др.

По каждому несоответствию даются разъяснения руководителю и работникам подразделения, и указывается на необходимость его устранения или рекомендации по улучшению.

Другим инструментом Программы наблюдения и вмешательства является непосредственное реагирование работников на опасные условия и опасные действия. Этот вариант работы считается более важным и значимым. Он расширяет возможности для обеспечения безопасных условий труда в Обществе, реализует принцип вовлечения и участия работников в управлении охраной труда, развивает культуру безопасности.

Каждый работник имеет право заявить о несоответствии в области охраны труда посредством заполнения карт наблюдения и вмешательства. Такие карты можно найти около стендов по охране труда, находящихся на первом этаже первого корпуса и на третьем этаже второго корпуса. Заполненные карты необходимо передавать в группу по охране труда и пожарной безопасности для регистрации, анализа и контроля устранения несоответствий.

Вся актуальная информация по данной программе размещена в разделе «Информация ОТ - Система управления ОТ, ППБ и ООС - Оценка - Программа наблюдения и вмешательства» на главной странице сайта Общества.

### Реализация Программы наблюдения и вмешательства

Следует отметить, что работа по выявлению опасных условий и опасных действий работниками компании ведется недостаточно активно. За все время действия Программы работниками заполнено всего десять карт наблюдения и вмешательства. Безусловно, это очень мало, учитывая масштаб коллектива.

Возможными причинами сниженной активности являются:

- Недостаточность информирования работников о действии Программы, несмотря на то, что о её внедрении неоднократно говорилось при проведении тренингов по охране труда, совещаний, раундов наблюдения и вмешательства, а также при проведении вводных инструктажей.
- Работники не воспринимают те или иные ситуации как опасные. Однако, ни один несчастный случай не происходит «просто так». Ему предшествует необычное сочетание обычных явлений, которые мы не желаем замечать.

Положительное влияние в данной ситуации могут оказать руководители подразделений, периодически напоминая своим сотрудникам о возможности участия в Программе, выступая личным примером и оказывая информационную и консультационную поддержку.

Программа наблюдения и вмешательства помогает повлиять на события, приводящие к несчастным случаям или ущербу имущества. Этот инструмент не требует дополнительных затрат. Он дешевле, чем извлечение уроков из уже произошедшего несчастного случая, который может привести к тяжелой травме или даже гибели работника.

*В преддверии Всемирного дня охраны труда, который состоится 28 апреля, хотелось бы еще раз напомнить коллегам, что соблюдение всех норм в сфере охраны труда – это не только обязанность, но, прежде всего, ответственность перед собой и своими близкими.*

# ПРЕДСТАВИТЕЛИ КОМПАНИИ ПРИНЯЛИ УЧАСТИЕ В ЕДИНОМ ДНЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ВЫПУСКНИКОВ

1 апреля 2021 года представители АО «Газпроектинжиниринг» главный технолог Дмитрий Николаевич Варламов и специалист отдела технологических разработок Андрей Викторович Карманов приняли участие в Едином дне распределения выпускников Воронежского государственного университета инженерных технологий (ВГУИТ) по направлению «Химическая технология». Целью участия было привлечение молодых специалистов в ряды сотрудников компании.



Дмитрий Николаевич Варламов подробно рассказал о деятельности АО «Газпроектинжиниринг», что позволило студентам и выпускникам вуза понять основные аспекты работы и преимущества нашей компании. По итогам встречи представители ответили на все интересующие вопросы аудитории и пригласили студентов, заинтересованных в успешном развитии карьеры, к прохождению производственной практики и работе в компании.

## СПРАВОЧНО:

*В целях обеспечения трудоустройства выпускников в соответствии с полученной квалификацией, высшие учебные заведения страны проводят Единый день распределения выпускников по направлению подготовки (специальности), куда приглашаются представители ведущих компаний.*





# ПРОЕКТИРОВАНИЕ ОБЪЕКТОВ ГРАЖДАНСКОГО СТРОИТЕЛЬСТВА



Проектирование объектов гражданского строительства предполагает разработку проектов для непроизводственной сферы, к которым относятся: жилые, офисные и административные здания, объекты образования, здравоохранения и культуры, жилищно-коммунальной сферы и общественного питания, а также спортивные сооружения, торговые, развлекательные и гостиничные комплексы. Таким образом, проектирование объектов гражданского строительства отличается огромным разнообразием направлений, используемых материалов и конструкций и требует постоянного внедрения новых технологий.

Для АО «Газпроектинжиниринг» проектирование объектов гражданского строительства - одно из приоритетных направлений работ.

Административные, офисные и спортивные объекты должны быть функциональными, иметь современную архитектуру и гармонично вписываться в окружающий ландшафт. Мы сделали подборку не только функциональных, но и очень эстетичных проектов административных зданий, выполняемых АО «Газпроектинжиниринг».

**Административное здание в г. Чайковский (главный архитектор - М.В. Дмитриев, главный конструктор - В.О. Соловьёв, главный инженер - А.Б. Привалов)**

Архитектурный образ здания, выполненный в стиле минимализма, вписан в окружающий участок застройки городского парка (на стыке городской застройки и лесного массива парка) и является визуальным завершением Приморского бульвара. Оно размещено по оси Приморского бульвара, и с ней совпадает центральная ось выходящего на главный фасад портала атриума.

Архитектурная выразительность здания достигается путем использования в отделке фасадов стекла двух цветов: голубое прозрачное в атриуме и затененное антрацитовое с увеличенным коэффициентом отражения на основном фасаде.



Административное здание в г. Чайковский

Здание имеет форму куба, расположенного в центральной части пространства атриума, с переходами и антресолями в уровне каждого этажа 13-ти этажного здания. В дневное время здание выглядит как кристалл правильной кубической формы. Его подчеркивают наружные наклонные элементы фасадного остекления с однородной структурой цвета стекла. В вечернее время здание приобретает глубину атриума, подсвеченного освещением галерей с зимними садами и переходами, и начинает светиться изнутри, создавая уже иную реальность, нежели в дневное время. Вертикальная связь между этажами

осуществляется при помощи 4 лестниц и 6 лифтов, горизонтальная - коридорами. Планировка этажей обеспечивает максимальную гибкость использования офисного пространства, а несущий каркас позволяет создать как большие офисы свободной планировки, так и кабинетную систему. Количество и размещение выходов из здания обусловлено функциональными и технологическими процессами с учетом размещения здания на площадке, а также требований к эксплуатационным и аварийным выходам и возможности тушения пожара.



Административное здание в г. Чайковский

Проектируемое административное здание это доминирующий объект, формирующий вокруг себя современное, экологически чистое и комфортное пространство, не нарушающий единения с природой. Композиционные приемы, применяемые при отделке фасадов данного здания, призваны привлечь внимание и быть визитной карточкой проектируемой площадки «Административное здание в г. Чайковский».

**Офисный комплекс в г. Южно-Сахалинске (главный архитектор - М.В. Дмитриев, главный конструктор - А.Л. Алексеев, главный инженер - Р.С. Кокорев)**



Участок проектируемого объекта располагается в восточной части г. Южно - Сахалинск, севернее пересечения улиц Пуркаева и Горького, на склоне горного массива. Таким образом, комплекс станет ярким ориентиром для жителей и посетителей города.

Проектируемый административный комплекс имеет сложную конфигурацию, габаритные размеры и задуман в виде логотипа ПАО «Газпром». Он выполнен по радиальной схеме и со-



Офисное здание в г. Южно-Сахалинске

стоит из трех основных объемов, с доминирующей 17-ти этажной офисной секцией, расположенной со стороны улицы имени Горького.

Функционально комплекс разделен на 4 блока:

- 17-ти этажная офисная секция для размещения сотрудников ООО «Газпром добыча шельф Южно-Сахалинск»;
- 11-ти этажная офисная секция для размещения сотрудников дочерних обществ ПАО «Газпром»;
- спортивный блок для собственных нужд предприятия, в состав которого входят: универсальный зал с площадью 36 x18м, зал ритмической гимнастики, тренажерный зал и бассейн 25 метров длиной на 5 дорожек;
- блок подземной автостоянки для размещения служебных автомобилей ООО «Газпром добыча шельф Южно-Сахалинск», с мойкой и бло-

ком служебных помещений транспортного отдела.

Композиция фасадов офисных секций выполнена из светопрозрачных конструкций, с заполнением стеклом голубого и серебристого цвета. Металлические кассеты вентилируемого фасада серебристо-серого и синего цвета придают зданию атмосферности и создают визуальное устремление вверх. На закате здание будет переливаться золотыми отблесками солнца.

Главный закругленный остекленный фасад 17-ти этажной секции, выходящий на улицу Горького, является композиционным акцентом в сложившейся городской застройке. Остекленный переход объединяет 17-ти и 11-ти этажные секции в единое целое, подхватывая горизонтальные отметки этажей обоих зданий. Горизонтальное и вертикальное членение фасада импостами витражной системы, а также элементами навесной фасадной системы, задают масштаб здания. Разновысотные объемы офисного здания и стилистически сходные с ними объемы остальных зданий и сооружений на площадке превращают территорию комплекса в единый архитектурный ансамбль.

Компоновка офисных секций выполнена симметричной, с центральным расположением главных лифтовых узлов. Основные офисные помещения расположены по наружным дугам радиальных секций и ориентированы на восток и запад. Лестницы, а также грузовой лифт и лифт генерального директора, расположены в



Офисное здание в г. Южно-Сахалинске



торцах здания. Данное решение продиктовано требованиями к проектированию зданий в районах с сейсмической активностью 8+ баллов.

Компоновка и размещение зальных помещений в 3-х этажной пристройке, выполнены в соответствии с их назначением и требованиями к обеспечению функциональной и технологической связи производственных помещений со столовой.

Входы в здание осуществляются с территории комплекса. Главный вход в 17-ти этажную секцию предусмотрен со стороны ул. Горького, вход в 11-ти этажную секцию с восточной стороны здания.

Спортивный блок представляет собой простой объем размером 95,0 x 25,1м. Компоновка спортивного блока симметрична, что обусловлено необходимостью размещения в одном объеме спортивных залов, бассейна, а также стоянки автомобилей в подвальной части здания. Вход в спортивный блок предусмотрен как с территории комплекса, так и внутри здания по переходам. Офисные секции и спортивный блок имеют функциональные связи.

В качестве подсветки комплекса в темное время суток запроектирована программируемая система светодиодного фасадного освещения «мультимедийный фасад». Она представляет собой светодиодные ячейки, размещенные в вертикальных импостах остекления. Это позволит воспроизводить в темное время суток различные визуальные эффекты и использовать фасад здания как огромный мультимедийный экран.

Новое офисное здание задает направление и формирует предпосылки для деловой застройки окраины города Южно-Сахалинск.

**Административное здание ООО «Газпром трансгаз Махачкала» (главный архитектор - М.В. Дмитриев, главный конструктор А.Л. Алексеев, главный инженер - А.В. Чернышев)**

«Административное здание ООО «Газпром трансгаз Махачкала» представляет из себя комплекс зданий: 15-ти этажное административно-офисное здание, 7-ми этажный производственный корпус, многоуровневая парковка и вспомогательные здания КПП и котельной. Комплекс рас-



Административное здание ООО «Газпром трансгаз Махачкала»

положен в южной части города, на перекрестке Хушетского шоссе и проспекта Насрутдинова, в 600 метрах от берега Каспийского моря.

Композицию и высотность застройки определили обзорность участка и его видовые характеристики. Объемы зданий выполнены в стиле «минималистичного конструктивизма» с хорошо читающимися стеклянными плоскостями главного фасада, который подчеркивается вертикальными линиями боковых фасадов. Ломанные стеклянные плоскости, выполненные из стекла голубого и темно-серого графитового цвета, создают впечатление легкости, невесомости образа здания устремленного вверх. Форма, композиционная целостность и выразительность комплекса достигается использованием современных фасадных систем.

В оформлении фасадов комплекса использованы серебристо-металлический, белый с синим и графитовый цвета, являющиеся основными для объектов группы «Газпром».

Главным ядром композиции выступает административное здание. Оно подчеркнуто динамическими элементами, с применением сплошного полуструктурного остекления из двух видов стекла - голубого и графитового цвета, с вертикальными импостами из перфорированных металлических кассет белого цвета в высотной части, и облицовкой керамогранитных плит белого цвета в стилобатной части. В импосты встроена архитектурная подсветка. Сплошное остекление и перфорация на панелях позволяет проникать в офисные помещения

рассеянному дневному освещению, создавая ощущение легкости и свободы. Данный прием символизирует современность и стиль компании. А также в отделке фасада главного входа использован натуральный камень - слэб черного мрамора, позволяющий подчеркнуть статус компании.

В таком же стиле разработано и производственное здание, с использованием сплошного полуструктурного остекления со стороны главного здания. Это позволяет видеть его отражение в административном здании, сливаясь с ним в единую композицию. Остальные фасады производственного здания дополнены перфорированными металлическими кассетами белого цвета, защищающими здание от перегрева. Фасады многоуровневой парковки выполнены в общей стилистике комплекса, с использованием перфорированных металлических кассет белого цвета, что придает зданию легкость, полупрозрачность.

Все решения по оформлению фасадов проектируемого административного здания, производственного корпуса, зданий КПП и многоуровневой парковки разработаны в соответствии с современными тенденциями. Визуальная связь всех сооружений прослеживается в оформлении членения фасадов и в применяемых материалах.

*Только качественно созданный и продуманный до мельчайших деталей архитектурный проект сможет стать залогом возведения превосходного и надежного строения в будущем.*

## УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР – В НОГУ СО ВРЕМЕНЕМ!

Сегодня, в эпоху стремительного развития информационных технологий и освоения киберпространства, человечество все чаще сталкивается с принципиально новыми угрозами информационной безопасности. И, несмотря на то, что меры по киберзащите секретной информации в правительственных учреждениях принимаются уже достаточно давно, многие стратегически важные для государства отрасли экономики, такие как промышленность, здравоохранение, наука, транспорт, связь, энергетика, банковская сфера, топливно-энергетический комплекс все чаще становятся объектами кибератак с целью хищения ценных сведений и новейших разработок. Информационные системы этих отраслей экономики требуют серьезной защиты в новых реалиях, и для таких систем установлен свой термин: КИИ - критическая информационная инфраструктура. Таким образом, устойчивое функционирование КИИ оказывает значительное влияние на социально-экономическое развитие России в условиях цифровой экономики, и приобретает статус приоритетной государственной задачи.

Приказом ФСТЭК России от 27.03.2019 № 64 были внесены изменения в «Требования к созданию систем безопасности значимых объектов критической информационной инфраструктуры Российской Федерации и обеспечению их функционирования», где, в том числе, расширены профессиональные

требования к работникам структурных подразделений систем безопасности значимых объектов КИИ. Наличие на предприятиях специалистов, прошедших обучение по обеспечению информационной безопасности объектов КИИ, является важным условием стабильной работы автоматизированных систем, осуществления деятельности по технической защите информации, выявлению и отражению компьютерных атак и защите от кибертерроризма.

Выполняя поставленные задачи, при поддержке Службы корпоративной защиты ПАО «Газпром» и под руководством заместителя генерального директора АО «Газпроектинжиниринг» по корпоративной защите В.А.Бурмина, Учебным центром «Газпроектинжиниринг» в 2020 году были разработаны и реализованы программы повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов по направлению «Обеспечение безопасности значимых объектов критической информационной инфраструктуры ПАО «Газпром». Программы разработаны в соответствии с методическими рекомендациями и согласованы ФСТЭК России.

Не смотря на сложный и непредсказуемый 2020 год, по направлению КИИ прошли обучение порядка 200 специалистов структурных подразделений и дочерних обществ ПАО «Газпром», занимающихся обеспечением безопасности КИИ.

У истоков учебных программ по направлению КИИ стоят следующие специалисты АО «Газпроектинжиниринг»:  
Мирошников В.В., к.т.н., начальник сектора отдела специальных проектов и работ;  
Хаустов С.Н., к.т.н., начальник испытательного центра;



Виктория Власюк - Директор УЦ ДПО  
«Учебный центр «Газпроектинжиниринг»»

Скабаров М.М., главный специалист отдела экспертизы проектов по системам безопасности;  
Гуныкин В.В., начальник отдела информационной безопасности.

Для подготовки и проведения лекционной части программ и семинарских занятий, помимо специалистов АО «Газпроектинжиниринг», привлекались специалисты «ГНИИИ ПТЗИ ФСТЭК России».

Большой вклад в разработку и проведение практического прикладного блока программ, применительно к специфике обеспечения безопасности объектов КИИ структурных подразделений ПАО «Газпром», внесли специалисты СКЗ ПАО «Газпром».

*ЧУ ДПО «Учебный центр «Газпроектинжиниринг», в лице директора Виктории Власюк, выражает искреннюю благодарность всем работникам и преподавателям за проделанный объем работ в сжатые сроки, за помощь в решении возникающих вопросов.*

*Спасибо за ваш профессионализм и опыт, которым вы готовы делиться с коллегами! Желаю вам успехов и надеюсь на продолжение нашего сотрудничества в целях выполнения задач по обеспечению безопасности!*





# ВЛАДИМИР АЛЕКСЕЕВИЧ БУРМИН

2 марта 2021 года после непродолжительной болезни ушел из жизни Владимир Алексеевич Бурмин - заместитель генерального директора по корпоративной защите.

Бурмин Владимир Алексеевич родился 24 октября 1954 года.

С 1971 по 1999 годы Владимир Алексеевич проходил службу в Вооруженных Силах, уволившись в запас в звании подполковника. За заслуги в области повышения боевой готовности подразделений ракетных войск стратегического назначения награжден орденом «За службу в Вооруженных Сил СССР» 2-ой степени.

С 2001 по 2010 годы работал в Государственном научно-исследовательском институте проблем технической защиты информации Федеральной службы по техническому и экспертному контролю в должности заместителя начальника института по развитию.

Владимир Алексеевич являлся одним из основоположников принципов и правил построения действующих в Российской Федерации систем сертификации технических средств защиты информации и лицензирования деятельности в области технической защиты информации. Имел научную степень кандидата технических наук и являлся автором многочисленных научных трудов и изобретений.

За заслуги в области технической защиты информации В.А. Бурмину присвоено звание Почетный сотрудник Федеральной службы по техническому и экспертному контролю России. Он награжден знаком отличия Гостехкомиссии России «За заслуги в защите ин-

формации», и Почетной грамотой Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии за заслуги в области стандартизации и метрологии.

В АО «Газпроектинжиниринг» Владимир Алексеевич работал с 2011 года по 02.03.2021 год в должности заместителя генерального директора по специальным проектам, затем в должности заместителя генерального директора по корпоративной защите. Под его непосредственным руководством выстроена система аттестации информационно-управляющих систем и систем безопасности на соответствие федеральному законодательству в области технической защиты информации в компаниях Группы ПАО «Газпром».

Работа Владимира Алексеевича в компании была основана на высоком профессионализме и порядочности, чутком отношении к людям. Он был способен решать трудные производственные задачи, оперативно реагировать на любые жизненные перемены, воспринимать новое и претворять это новое в жизнь, чем заслуживал уважение со стороны руководства и коллег.

Профессионал в своем деле, внимательный руководитель и надежный наставник, Владимир Алексеевич внес значительный вклад в развитие компании.

Светлая память!



Владимир Алексеевич Бурмин

# ОЗОНОТЕРАПИЯ – ГЛОТОК СВЕЖЕСТИ И ЗДОРОВЬЯ

*«Легко дышится в лесу после грозы!», - сказал однажды классик. И он был прав - воздух свежий, чистый, с тем самым особым ароматом, какой бывает только после дождика с громом и молнией. Прогулявшись по такому лесу, чувствуешь себя замечательно: настроение улучшается, сердце бьется ритмичнее, кожа «задышала», сонливость как рукой снимает...*

Отчего же мы так хорошо себя чувствуем в лесу, после грозы? Оттого, что грозовые электрические разряды расщепляют кислород, на два отдельных атома, которые, соединяясь уже по три, образуют новый газ — озон, влияющий на хорошее самочувствие. Озон способен творить чудеса!

Говоря научным языком, озонотерапия — это один из видов физиотерапии, использующий для лечения газ озон (три атома кислорода с отрицательно заряженными ионами).

Это метод, который обладает ши-



роким спектром лечебных воздействий. В терапевтических концентрациях озон оказывает иммуномодулирующее, противовоспалительное, антибактериальное, противовирусное, противогрибковое, обезболивающее действие.

Основная задача метода – улучшение кровотока в мелких сосудах (капиллярах), а также снабжение клеток кислородом. Озон вступает в реакцию с жирными кислотами, которые находятся в мембранах клеток эритроцитов. Образуются пероксиды – быстро реагирующие химические соединения, необходимые для соединения кислорода в крови. Поэтому озонотерапия

способствует усвоению кислорода, улучшает кровоток и снабжение кислородом органов.

Озонотерапия проста в применении, высокоэффективна, хорошо переносится – к ее помощи можно прибегать даже беременным женщинам. Озон можно вводить в организм подкожно, внутривенно, внутрисуставно, внутрисуставно.

**Показаниями к лечению с применением озонотерапии являются:**

- болезни, связанные с нарушением периферического артериального кровообращения, и обусловленные ими состояния, связанные с дефицитом кислорода: атеросклероз кровеносных сосудов сердца и головного мозга, отклонения от нормы артериального давления и другие.
- заболевания, вызванные инфекцией (бактериальной, вирусной или грибковой): пневмонии, бронхиты, ОРВИ, тонзиллиты, синуситы, пиелонефриты, ЗППП и другие. Применение озонотерапии позволит облегчить течение болезни и уменьшить ее продолжительность.
- заболевания, связанные с нарушением иммунной системы человека: синдром хронической уста-





лости, аллергические реакции.

- заболевания, связанные с нарушением углеводного и жирового обмена: ожирение, сахарный диабет и др.
- косметология и дерматология: улучшение микроциркуляции и цвета кожи, лечение угревой сыпи, целлюлита, борьба с морщинами кожи, экземы, и др.

### Польза озонотерапии при COVID-19

Как показал зарубежный опыт, применение озонотерапии при коронавирусе позволяет организму скорее восстановиться, бороться с вирусом, укрепить защитные силы организма, улучшить состояние дыхательной и нервной системы.

Системная озонотерапия позволяет прекратить развитие вирусной инфекции в организме и ускоряет процессы регенерации в случае осложнений (атипичная пневмония). Лечение озоном повышает эффективность медикаментозной терапии и снимает необходимость интубации пациентов. Сегодня озонотерапия активно применяется во время лечения и реабилитации больных с COVID-19 в Китае, Испании, Италии, Франции, США и др. Кроме того, озон является эффективным средством для дезинфекции кожных покровов человека, а также для дезинфекции помещений и различных поверхностей предметов.

### Озонотерапия для лечения и профилактики коронавирусной инфекции

Для профилактики ОРЗ, ОРВИ и коронавируса врачи рекомендуют всем пройти профилактический курс озонотерапии. В условиях пандемии это позволит человеку если не избежать инфицирования, то максимально минимизировать последствия болезни. Если у человека крепкая иммунная система, то заболевание может проходить бессимптомно, либо в легкой форме. Поэтому лучшее, что каждый может для себя сделать, - это заранее укрепить иммунитет и соблюдать все профилактические меры (носить маски, мыть руки, использовать антисептики и пр.).

Озон – это благородный газ с вируцидным действием. Молекулы озона окисляют молекулы вируса в организме, тем самым замедляя его распространение. Также озон оказывает благоприятное воздействие на печень, лимфатическую

систему, нейроны, где сохраняется большая часть вирусной массы на внутриклеточном уровне.

Медицинский центр ДОО «Газ-проектинжиниринг» приглашает вас на процедуру ОЗОНОТЕРАПИИ. (Для сотрудников компании программа ДМС включает 5 процедур.)

*Помните, проблему лучше предотвратить, чем потом лечить ее последствия.*

**У процедуры есть противопоказания. Необходимо проконсультироваться с врачом.**

\*\*\*\*\*

*Статья утверждена главным врачом ООО «Медцентр ДОО ГПИнж» Ильиным С.Н. Сведения, приведенные в данной статье, носят информационный характер и не являются публичной офертой.*



## РЕДАКЦИЯ:

Адрес редакции:

394007. г. Воронеж, Ленинский  
пр-т, 119. корпус № 2, оф. 317,

тел.:  
e-mail:

(473)226-45-03  
O.Pastukhova@GASP.RU

Главный редактор:  
тел.:

Пастухова Ольга Серафимовна,  
тел. (473)226-45-03

Над выпуском работали:

Лютая Татьяна Юрьевна,  
Карманов Андрей Викторович,  
Дмитриев Михаил Викторович,  
Власюк Виктория Юрьевна,  
Ильин Сергей Николаевич.

Вёрстка выпуска:

студия «Чёрный квадрат»  
[www.skvadrat.ru](http://www.skvadrat.ru)

Отпечатано:

ООО «Издат-Черноземье»

Тираж:

300 экземпляров

Электронная версия издания на  
сайте [www.gasp.ru](http://www.gasp.ru)

Следующий номер ожидается  
к выходу в сентябре 2021 г.

Редколлегия корпоративного из-  
дания «Проектировщик» выражает  
благодарность и признательность  
всем, кто принял участие в издании  
данного выпуска.





	А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	К	Л	М	Н	О	П
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															
13															
14															
15															

#### По горизонтали:

1. Спортсмен, которому есть чем гордиться.
2. По представлению иностранцев, самая распространенная русская фамилия.
3. Алкогольный критик.
4. Национальная индийская изба, нарисованная Шариком для кота Матроскина.
5. Женщина, способная доставить мелкие неприятности, но в достаточном количестве.
6. Состояние, пуще которого только охота.
7. «Лунное» произведение Бетховена.
8. Мишень для злобной свекрови. / Неправедные речи.
9. Вклад ондатры в парфюмерную

промышленность.

10. Андеграунд для пассажиров. / У самых болтливых он выскакивает на языке.
11. Борец за остроту ножей.
12. Смерч, куролесящий над сушией. / Водитель скакуна.
13. Одежда короля, академика и планеты.
14. Церковный обряд «по просьбе трудящихся». / И.о. папы.
15. Имя вождя, насаждавшего кукурузу.

#### По вертикали:

- А. Прямая, к которой напрасно стремится кривая.
- Б. Эту столицу можно получить переставив буквы в имени «планеты любви».

В. «Спасал, спасал Дед Мазай зайцев, пока ... не выгнал» (шутка).

Г. Чинарик.

Д. Запудривание собственных мозгов.

Е. Состояние, в которое нельзя вернуться, но можно впасть.

Ж. Сын, которому ну и досталось же от отца.

З. Кибер-триллер, в котором Киану Ривз выступает борцом за спасение человечества от искусственного интеллекта.

И. Самый черный чернорабочий.

К. «Оттяг» по-буддийски.

М. Отличительная особенность тех, кто любит «язык чесать».

О. Событие, положившее начало славы как Гулливера, так и Робинзона.

[WWW.GASP.RU](http://WWW.GASP.RU)

