Інформаційний та аналітичний часопис ПрАТ «Вентиляційні системи»

ВІСНИК ВЕНТС

№1 (61)
березень
2021

ВИЗНАЧЕНО КРАЩИХ ПРАЦІВНИКІВ КОМПАНІЇ

Вентс нагородив кращих співробітників за підсумками 2020 року

АМЕРИКАНЦІ ОБИРАЮТЬ ВЕНТС

Навчальні заклади США встановлюють у шкільних класах децентралізовані установки ВЕНТС

П'ЯТИЗІРКОВИЙ ВІДПОЧИНОК

Переможці виробничих змагань діляться враженнями про свій відпочинок на закордонних курортах

СІМ ЦІКАВИХ ФАКТІВ ПРО ЖІНОК НАШОЇ КОМПАНІЇ

СТОР. 2

Дорогі жінки!

Від імені всіх чоловіків нашої компанії хочу привітати вас зі святом 8 березня і подарувати вам величезний букет нашої подяки та вдячності!

Кожна з вас унікальна і неповторна. Незважаючи на непростий час, ви випромінюєте оптимізм і впевненість у завтрашньому дні. Така ваша впевненість у поєднанні з самовідданою працею дозволяє нашій компанії активно розвиватися і підкорювати нові вершини.

Хочеться побажати якомога більше сонячних днів у вашому житті. Нехай кожен день дарує вам радість, тепло та найяскравіші враження, у ваших домівках завжди панують мир і злагода, а в душах – гармонія і любов.

Коломійченко Валерій Олексійович,
директор компанії «Вентиляційні системи»

7 цікавих фактів про жінок компанії Вентс

Талановиті й працьовиті співробітниці Вентс є гордістю і окрасою нашої компанії. Напередодні Міжнародного жіночого дня ми вирішили трохи більше розповісти вам про наш чудовий жіночий колектив.

* * *

За даними на кінець лютого в компанії «Вентиляційні системи» працює 1344 жінки, що становить 44% від усього персоналу підприємства. На робітничих посадах у Вентс працює 924 жінки, спеціалістами є 371 представниця слабкої статі, а 49 жінок є керівниками.

* * *

Середній вік жінок, які працюють у нашій компанії, становить 42 роки. Наймолодшою співробітницею Вентс є 18-річна пакувальниця цеху металовиробів Богдана Шпак, а найдосвідченішою – фахівець групи оцінки та навчання Тамара Іванівна Сбитна, якій зараз 81 рік. Ось така цікава вікова симетрія – 18 і 81. Молодість і досвід.

* * *

На підприємстві працює багато жінок, які мають дітей. Найчастіше кожна мама має від одного до трьох діточок. Але є в нас і мами-рекордсменки, як-от Наталія Шкіндер, складальник виробів із пластмас у цеху виготовлення вентиляторів. Наталія Миколаївна має вісьмох дітей, що не може не викликати величезної поваги й захоплення!

* * *

Наприкінці минулого року нашій компанії виповнився 21 рік. Із самого першого дня роботи підприємства на ньому працює три жінки: начальник цеху виготовлення решіток із пластмаси Невмержицька Ганна Павлівна, заступник завідувача складом №1 Сміян Лідія Іванівна та начальник відділу роздрібних продажів та складської логістики Хміль Лариса Миколаївна. Усі вони почали свою трудову діяльність 3 січня 2000 року. Ось так цікаво почалося в них нове тисячоліття: першого робочого дня нової ери вони стали співробітниками нової компанії «Вентиляційні системи».

* * *

Цікаво, а чи є в компанії жінки, які є ровесницями Вентс, тобто народилися в один рік із нашою компанією і мають на сьогодні 21 рік? Авжеж, такі є. Це диспетчери Юлія Каленюк, Галина Козлова та Дар'я Соніна, заготівник радіотакелажу та електрорадіоелементів Наталія Тищенко, оператор-комплектувальник Аліна Турчин, укладальник-пакувальник Ірина Дубовик та молодший спеціаліст із методів розширення ринків збуту Лариса Веремчук. До речі, Наталія Тищенко прикрашає фотокалендар цього номера газети.

* * *

А чи знаєте ви, у скількох співробітниць нашої компанії на 8 березня припадає ще й день народження? Здогадатися неважко, адже тут знову діє магія вісімки. Вітаємо з подвійним святом Людмилу Бугеру, Валентину Величко, Людмилу Воронову, Юлію Казирід, Лілію Курганську, Людмилу Чічікову, Любов Яценко та Дарину Скалецьку, якій, до речі, 8 березня виповниться саме 21 рік.

* * *

На нашому підприємстві жінки працюють цілими сім'ями. Наприклад, працюючих матерів з доньками нараховується аж 15 пар, сестер – 8 пар, і навіть є 3 пари, в яких свекрухи працюють зі своїми невістками. Але найбільшого сімейного успіху досягла сім'я Сміян, яка представлена в компанії мамою, донькою та невісткою.

Нагороджено найкращих
працівників за підсумками 2020 року

За давньою доброю традицією, на початку кожного року компанія Вентс визначає кращих працівників підприємства, які отримують у подарунок сімейні путівки на відпочинок на п'ятизіркових курортах Туреччини та Єгипту або грошові премії. У лютому цього року перелік літніх мандрівників Вентс та отримувачів премій поповнився новими прізвищами.

За результатами роботи підприємства за 2020 рік, керуючись наказом директора №250 від 08.10.2012 року «Про заохочення працівників», кращими співробітниками компанії було визначено:

- **Страшенка Сергія Григоровича**, електромонтера групи обслуговування обладнання дільниці №2 ЕС;
- **Палієнко Людмилу Миколаївну**, кухаря їдальні;
- **Макарова Юрія Олеговича**, монтажника будівельного РБД;
- **Васюру Валерія Володимировича**, слюсаря-інструментальника ЦВО;
- **Ямінова Олексія Олеговича**, оператора-комплектувальника складу №1;
- **Тєрєнтьєву Тетяну Анатоліївну**, комірника складу №1/3;
- **Петрашенка Андрія Олександровича**, комірника складу №2;
- **Прищепу Андрія Миколайовича**, оператора складу №3;
- **Безродного Степана Васильовича**, оператора-комплектувальника складу №5;
- **Гука Віталія Сергійовича**, водія автонавантажувача складу №4;
- **Скрипченко Тетяну Сергіївну**, пакувальника ЦВПС;
- **Радько Аліну Сергіївну**, складальника виробів з пластмас ЦВВ;
- **Лисенко Діану Вадимівну**, складальника виробів з пластмас ЦВВ;
- **Короленко Надію Володимирівну**, складальника виробів з пластмас ЦВВ;
- **Гродську Любов Михайлівну**, різальника ЦВВ;
- **Зашляпіна Сергія Миколайовича**, слюсаря-електромонтажника 6 розряду ЦВПВ;
- **Вирву Майю Іванівну**, заготівельника радіотакелажу та радіоелектроелементів ЦВПВУ;
- **Волинську Людмилу Анатоліївну**, пакувальника ЦВМПВП;
- **Самелюка Олександра Анатолійовича**, оператора верстатів з програмним керуванням 3 розряду ЦМВ;
- **Голомошевича Романа Сергійовича**, слюсаря зі складання металоконструкцій 4 розряду ЦМВ;
- **Калюжного Богдана Олеговича**, слюсаря зі складання металоконструкцій 4 розряду ЦМВ;
- **Олійник Ольгу Павлівну**, укладальника-пакувальника ЦП №4;
- **Рітєву Наталію Володимирівну**, ливарника пластмас ЦПП №1;
- **Гірич Олену Анатоліївну**, ливарника пластмас ЦПП №1;
- **Войтенко Ларису Михайлівну**, помічника маляра ЦФ;
- **Фащевську Ганну Михайлівну**, прибиральника виробничих приміщень АГВ;
- **Загороднього Олександра Вадимовича**, слюсаря-ремонтника МС №2;
- **Орлова Володимира Миколайовича**, токаря-розточувальника РІЦ;
- **Шишкіну Марію Юріївну**, складальника виробів з пластмас ЦВГП;
- **Побережняк Ольгу Іванівну**, складальника виробів з пластмас ЦВГП;
- **Кравченко Аліну Сергіївну**, сортувальника-пакувальника ЦПП №2.

Бажаємо всім переможцям гарного відпочинку цьогоріч та нових звершень.

Американські школи обирають вентиляційні установки ВЕНТС

Ми вже писали про те, наскільки широко розповсюджене обладнання ВЕНТС у світі. Приємною для всіх нас новиною став підвищений інтерес до нашої продукції з боку навчальних закладів США. Йдеться про децентралізовані припливно-витяжні установки з рекуперацією тепла. Зокрема, понад 100 таких пристроїв були нещодавно встановлені в декількох американських початкових школах.

ПРОЄКТИ

Постійний приплив свіжого й витягання відпрацьованого повітря дозволяють підтримувати в навчальних класах комфортний мікроклімат із достатньою кількістю кисню та мінімальним вмістом вуглекислого газу, що сприяє розумовій активності учнів.
З огляду на часте поширення вірусних захворювань вентиляція стала ще одним ефективним інструментом у боротьбі з ними. Постійний повітрообмін дозволяє очищувати повітряне середовище приміщень від різних патогенів, а повітряні фільтри, встановлені у вентиляційних пристроях, перешкоджають їх проникненню у класи. Децентралізовані вентиляційні установки з рекуперацією тепла мають цілий набір переваг, що робить їх оптимальним рішенням для використання в навчальних закладах.
Спираючись на широкі можливості систем децентралізованої вентиляції, керівництво регіонального шкільного відділення 16 у США зробило свій вибір на користь припливно-витяжних установок із рекуперацією тепла, які виготовляє наше підприємство. Наразі 120 таких пристроїв уже змонтовані й забезпечують шкільні класи свіжим і чистим повітрям. Разом із підтриманням комфортних параметрів повітря такі установки дозволяють зберігати тепло в приміщеннях завдяки вбудованим рекуператорам. Варто також відзначити широкі можливості керування обладнанням і зручність його монтажу: встановлення децентралізованих пристроїв відбулося без проведення ремонтних робіт і налаштування мережі повітропроводів, що дозволило реалізувати проєкт вентиляції в максимально короткі терміни.
Наступним етапом реалізації програми з покращення вентиляції навчальних класів у школах регіонального відділення 16 стане монтаж ще 88 подібних вентиляційних пристроїв. Це шкільне відділення включає кілька шкіл, у яких працює понад 150 учителів і навчається близько 1700 учнів.

Вентиляцію грузинської клініки забезпечує обладнання ВЕНТС

Обладнання ВЕНТС застосовується на об'єктах різного призначення і в різних країнах. Широкий асортимент продукції дозволяє компанії пропонувати комплексні рішення для реалізації проєктів будь-якої складності, у тому числі організацію вентиляції в медичних установах, де до якості повітря висуваються підвищені вимоги. Черговий приклад успішного використання вентиляційного обладнання ВЕНТС у клініках – проєкт вентиляції у Центрі репродуктивної медицини In Vitro в Тбілісі (Грузія).

Клініка розташована в шестиповерховому будинку загальною площею 12 тис. м^2. Вентиляційна система будівлі забезпечує загальнообмінну вентиляцію в кабінетах, коридорах і палатах клініки, вентиляцію «чистих» приміщень (лабораторій, операційних та пологових боксів), а також протидимну вентиляцію. Для вирішення цих завдань було використано більше десятка установок обробки повітря AirVENTS, енергоощадні канальні установки X-VENT, канальні відцентрові вентилятори ВКПФ, відцентровий вентилятор ВЦУН, канальний відцентровий вентилятор із тепло- та звукоізоляцією ВКПФІ, шумоізольований кухонний вентилятор КСК, а також щілинні дифузори ДС. Для вентиляції «чистих» приміщень обладнання комплектувалося HEPA-фільтрами. Для видалення диму і створення підпору повітря на випадок задимлення приміщень були встановлені дахові відцентрові вентилятори ВКДВ, осьові вентилятори середнього тиску ВПВО, протипожежні клапани КПДУ, зворотні клапани КОМ-ВО та різне приладдя.

До вентиляційних систем у медичних установах висуваються підвищені вимоги, оскільки чисте й свіже повітря тут є необхідною умовою для підтримання здоров'я пацієнтів і персоналу. Повітря в різних відділеннях та приміщеннях клінік має відповідати певним нормам за чистотою та температурним режимом. Саме тому організація вентиляції в таких закладах є непростим завданням, яке вимагає суворого зонування внутрішніх приміщень і забезпечення в них необхідного повітрообміну з підтриманням певних характеристик повітря. Проєкт вентиляції в Центрі репродуктивної медицини In Vitro в грузинській столиці був повністю реалізований із використанням обладнання Вентс.

Вітаємо найкращі виробничі колективи

ЛІДЕРИ

Бригада Л2, бригадир Комарова Оксана Володимирівна (лінія автоматичного фарбування, цех фарбування)

Виробничий підрозділ	2020 рік	2021 рік
	Грудень	Січень
Цех виготовлення вентиляторів	Бригада №1 (бригадир **Ковальчук Світлана Василівна**); бригада №14 (бригадир **Олійник Наталія Валентинівна**); бригада №23 (бригадир **Хомич Дмитро Олегович**); бригада операторів тамподруку (бригадир **Ігнатенко Наталія Іванівна**)	Бригада №7 (бригадир **Псарьов Павло Юрійович**); бригада №14 (бригадир **Олійник Наталія Валентинівна**); бригада №23 (бригадир **Хомич Дмитро Олегович**); бригада операторів тамподруку (бригадир **Ігнатенко Наталія Іванівна**)
Цех виготовлення решіток із пластмаси	Бригада **Гончарук Валентини Юріївни**	Бригада **Корнієнко Валентини Миколаївни**
Цех пакування №4	Бригада **Доценко Людмили Василівни**	Бригада **Доценко Людмили Василівни**
Цех виготовлення припливно-витяжних установок	Дільниця рекуператорів, начальник дільниці **Савоста Ігор Васильович**	Дільниця рекуператорів, начальник дільниці **Савоста Ігор Васильович**
Цех виготовлення моноблокових припливно-витяжних установок	Лінійка №6, майстер **Волков Сергій Петрович**	Лінійка №1, бригадир **Славинський Владислав Олександрович**
Цех виготовлення промислової вентиляції	Лінійка №1, майстер **Шиденко Юрій Петрович**	Лінійка №1, майстер **Шиденко Юрій Петрович**
Цех металовиробів	Дільниця «Амада»: зміна «А», майстер **Шпак Ростислав Васильович**; дільниця «Штампування»: зміна «В», майстер **Кабиш Сергій Володимирович**; дільниця «ПВ»: зміна майстра **Степанова Юрія Федоровича**; дільниця «СМЕ»: зміна майстра **Солов'я Юрія Володимировича**	Дільниця «Амада»: зміна «В», майстер **Бондар Михайло Вікторович**; дільниця «Штампування»: зміна «В», майстер **Недашківський Костянтин Володимирович**; дільниця «ПВ»: зміна майстра **Зубова Андрія Віталійовича**; дільниця «СМЕ»: зміна майстра **Саченка Олександра Леонідовича**
Цех переробки пластмас №1	Зміна «Д» майстрів **Дідківського Руслана Миколайовича**, **Ємельянової Тетяни Петрівни**, **Похилюка Сергія Григоровича**	Зміна «Д» майстрів **Дідківського Руслана Миколайовича**, **Ємельянової Тетяни Петрівни**, **Похилюка Сергія Григоровича**
Цех переробки пластмас №2	Зміна майстра **Вохмяніна Андрія Юрійовича** (дільниця екструзії)	Зміна майстра **Вохмяніна Андрія Юрійовича** (дільниця екструзії)
Цех фарбування	Бригада Л2, бригадир **Комарова Оксана Володимирівна** (лінія автоматичного фарбування)	Бригада Л1, бригадир **Лазебник Руслан Олександрович** (лінія автоматичного фарбування)

Зимова казка очима дітей

Упродовж трьох тижнів у компанії Вентс тривала традиційна виставка дитячих малюнків на новорічну тематику. Цього року юні таланти проявили неабияку активність і встановили рекорд за кількістю учасників і художніх робіт.

Щороку кількість учасників художньої виставки збільшується, що свідчить про потужний творчий потенціал наших малюків. Експозиція цього року зібрала аж 113 художніх робіт, кожна з яких була наповнена новорічним настроєм і зимовою казкою. Усі маленькі майстри творчо підійшли до розкриття новорічної теми. Поряд із традиційними ялинками з новорічними іграшками, дідом Морозом, Снігуронькою та сніговиками тут можна було побачити бичків, які є символом 2021 року, медведиків, оленів, їжачків, собачок, кішок, мишенят і навіть веселих пінгвінів, які якимось дивом потрапили до наших країв. А ще були такі тваринки, яких природа поки що не придумала. Авжеж, дитяча фантазія є багатшою за можливості природи.

Новорічна галерея дитячих малюнків подарувала численним працівникам компанії позитивні емоції та святковий настрій. Та й самі художники не залишилися без подарунків – усі учасники виставки отримали чудові дитячі книжки від видавництва **#книголав**. Ми зичимо всім юним митцям у цьому році цікавих відкриттів, подальшого розвитку своїх талантів та нових творчих досягнень!

БЕРЕЗЕНЬ

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Нд
1	2	3	4	5	**6**	**7**
8	9	10	11	12	**13**	**14**
15	16	17	18	19	**20**	**21**
22	23	24	25	26	**27**	**28**
29	30	31				

КВІТЕНЬ

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Нд
			1	2	**3**	**4**
5	6	7	8	9	**10**	**11**
12	13	14	15	16	**17**	**18**
19	20	21	22	23	**24**	**25**
26	27	28	29	30		

ТРАВЕНЬ

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Нд
					1	2
3	4	5	6	7	**8**	9
10	11	12	13	14	**15**	**16**
17	18	19	20	21	**22**	**23**
24	25	26	27	28	**29**	**30**
31						

VENTS

Програма преміювання найкращих виробничих команд Вентс «Тури вихідного дня» не збавляє обертів і продовжує знайомити найкращі виробничі колективи компанії з найцікавішими місцями України. Ми вже писали про осінні тури наших колег, які мандрували Київщиною. Наразі саме час розповісти про ще одну подорож до сусідньої Житомирської області з досить промовистою назвою «Шляхами королів».

Шляхами королів

У цей тур восени минулого року відправились працівники бригади Л1 із цеху фарбування на чолі з **Войтенко Ларисою Михайлівною** та співробітники лінійки №2 із цеху виготовлення промислової вентиляції на чолі з **Алфьоровою Світланою Михайлівною**, які за підсумками 2020 року стали найкращими у своїх цехових підрозділах. Під час екскурсії наші колеги мали відвідати місто Коростишів із його мальовничими кар'єрами та замок у Радомишлі.

Екскурсія розпочалася з відвідування гранітного каньйону – так мешканці Коростишева називають місцевий кар'єр, затоплений водою. Штучне озеро має бірюзовий відтінок і з усіх боків оточене гранітними скелями заввишки до 10 метрів і хвойним, а подекуди й листяним лісом. Глибина озера тут сягає 20 метрів. Улітку це живописне місце приваблює тисячі туристів з багатьох куточків нашої країни. Чисте повітря, вражаюча природа, незвичні пейзажі – гідна альтернатива традиційним видам відпочинку.

Наступна зупинка наших колег – костел Різдва Пресвятої Діви Марії, який було збудовано в далекому 1608 році на кошти місцевого графа Олізара, який у ті часи володів коростишівськими землями. На початку цей католицький храм був зведений із дерева, але в 1779 році його відбудували у камені в стилі бароко. Інтер'єр костелу прикрашають ексклюзивні твори польського майстра різьблення по дереву Фурдини.

Другу частину екскурсійного дня працівники Вентс провели у Радомишлі – старовинному древлянському містечку, яке сьогодні стало відомим на всю країну завдяки місцевій пивоварні та унікальному замку «Радомисль», що став справжньою туристичною принадою. Цей замок особливий, адже в ньому знаходиться єдиний у Європі Музей української домашньої ікони, колекція якого налічує понад 5000 експонатів: козацькі ікони, кишенькові, весільні, обрядові, ікони-обереги тощо. В експозиції замку представлені також колекції предметів сакрального мистецтва і церковного начиння, українських та європейських старожитностей. Цінність численних експонатів підкреслюють розкішні автентичні інтер'єри XVII–XIX століть. З вежі замку відкривається прекрасний краєвид на ландшафтний парк, який розташований між двома водоспадами і з усіх боків оточений водою. А окрасою парку є острів у формі серця, який назвали Островом кохання.

Із замком «Радомисль» пов'язують ще один цікавий факт. Історики стверджують, що саме на цьому місці між 1606 та 1612 роками була збудована папірня (паперова фабрика) для виробництва паперу для потреб Києво-Печерської лаври. Саме тому на першому поверсі замку діє експозиція «Папірня», де нашим колегам на справжньому старовинному друкарському обладнанні продемонстрували секрети виготовлення паперу XVII століття.

П'ятизірковий відпочинок

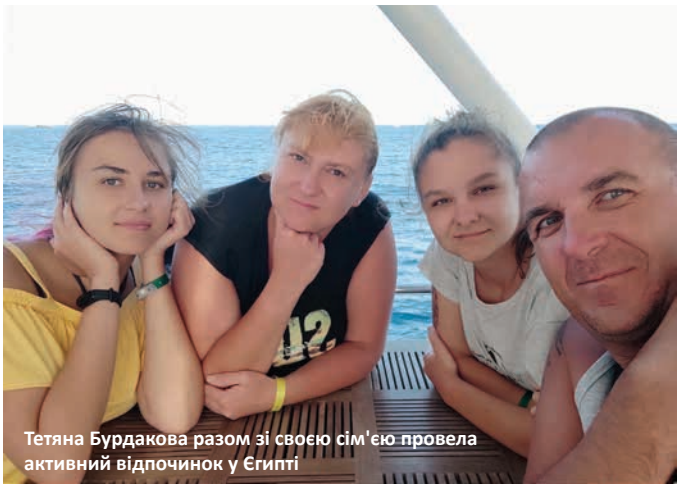
Відпочити влітку на морі – це маленька мрія кожного українця. А відпочинок на Червоному або Середземному морі взагалі є найкращим втіленням її в життя. І здійснити її нескладно, якщо ти працюєш у компанії Вентс: для цього потрібно лише стати одним із найкращих працівників за підсумками року. Минулого літа на відпочинок до єгипетських та турецьких курортів помандрувало чимало передовиків виробництва Вентс, кожний із яких привіз додому масу вражень та емоцій. І ось деякі з них.

Костянтин ПИЛЮШЕНКО, комірник складу №5

Влітку минулого року компанія подарувала мені можливість поїхати до сонячної Туреччини. На відпочинок ми відправилися всією сім'єю: я з дружиною та маленькою донечкою. Розмістилися ми у п'ятизірковому готелі на першій лінії Середземного моря поблизу курорту Сіде. Готель мав велику територію з мальовничою природою, де знаходились три басейни та міні-аквапарк для дітей. Одразу нашу увагу привернуло ставлення персоналу до гостей: він завжди був привітний та доброзичливий. Але найбільше нас зачарувало тепле, прозоре та безкрайнє Середземне море. Особливу радість воно принесло нашій донечці, яка щодня була в захваті – пірнала, плавала та гойдалася на ласкавих хвилях. Ще одним незабутнім моментом нашого відпочинку було святкування дня її народження, яке якраз випало на нашу подорож. Цей день ми провели в турецькому парку розваг The Land of Legends – величезній території з водними гірками, атракціонами, басейнами та океанаріумом. Можу сказати напевно: це місце не залишить байдужим не лише дітей, а й дорослих. Ми були в захваті, і нам цілого дня не вистачило, щоб відвідати всі атракціони. Я щиро вдячний компанії Вентс за надану можливість провести приємний відпочинок з найріднішими людьми та отримати незабутні враження.

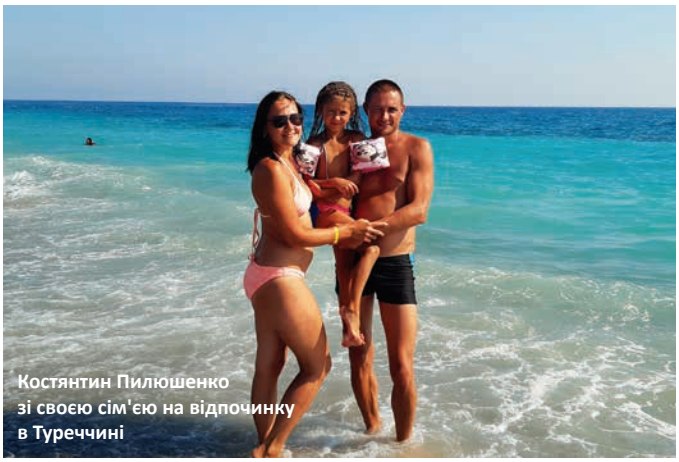
Тетяна БУРДАКОВА, складальник виробів із пластмас ЦВГП

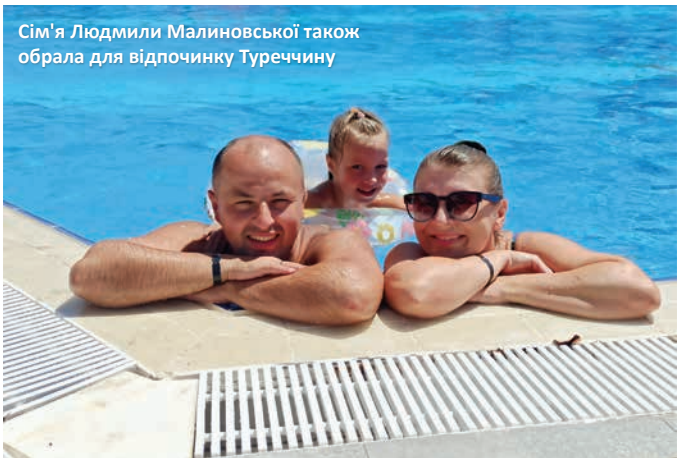
Ми з сім'єю відвідали дивовижну країну Єгипет. Відпочивали в місті Хургада в розкішному готелі. Найяскравіші враження на нас справили чисте Червоне море та екскурсії до Луксору – міста-музею під відкритим небом – та Долини фараонів, про що ми давно мріяли. Не менш захопливими були подорож до пустелі на квадроциклах, зустріч із бедуїнами, катання на верблюдах, а також подорож до відкритого моря та пірнання з аквалангом у чарівний підводний світ. Просто неймовірні враження! Хочу щиро подякувати компанії за таку чудову сімейну відпустку.

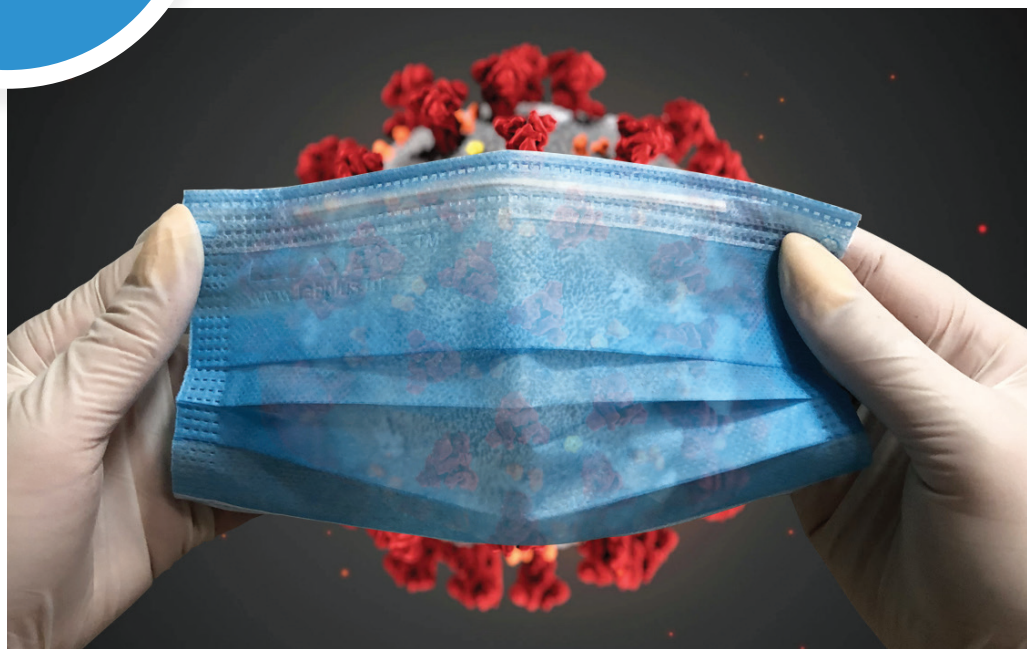

Тетяна Бурдакова разом зі своєю сім'єю провела активний відпочинок у Єгипті

Людмила МАЛИНОВСЬКА, комірник складу №2

Красиве море з величезними хвилями, піщано-гальковий пляж із різнокольоровими камінчиками, тепла як ванна вода яскраво-синього кольору, а також великі рибки, що плавають прямо під ногами… Саме такі теплі спогади мені та моїй родині подарувала компанія Вентс про минулорічний відпочинок у турецькій Аланії. Під час нашого перебування на курорті ми побували на екскурсії, каталися на канатній дорозі з краєвидом на розкішний пляж Клеопатри, піднялися на вершину гори, де відвідали середньовічну фортецю Аланія. Коли піднімалися вгору, милувалися старими будинками та вуличками. З вершини гори відкривався чудовий краєвид на море, гори і саме місто. Все було просто чудово! Я пишаюся тим, що працюю на такому підприємстві. Дуже приємно, що тут помічають і високо оцінюють твою роботу і роблять такі приємні подарунки для всієї родини.


Костянтин Пилюшенко зі своєю сім'єю на відпочинку в Туреччині


Сім'я Людмили Малиновської також обрала для відпочинку Туреччину



На жаль, інфекційне захворювання COVID-19 продовжує поширюватися країною. Це означає, що всі ми, як і раніше, маємо бути пильними і дотримуватися правил безпеки. Але у багатьох людей накопичилося чимало запитань із цього приводу. Щоб отримати відповіді на них, ми звернулися до професійних лікарів.

Коронавірус: що радять лікарі

Чи може медична одноразова маска реально захистити мене від COVID-19?

Щоб зрозуміти, наскільки медична маска є ефективним засобом захисту, треба знати, яким чином розповсюджується вірус. Часточки коронавірусу мають розмір від 50 до 200 нм, що фактично робить їх невловимими. Але, на щастя, вони не можуть самостійно залишати інфіковану людину і довгий час перебувати у повітрі. Віруси виділяються лише разом зі слиною і слизом під час кашлю та чхання хворої людини і містяться у мікрокраплях розміром від 5 мкм і більше. Останні дослідження свідчать, що SARS-CoV-2 також може міститися у аерозолях (краплі менше 5 мкм), які людина виділяє у процесі дихання. Краплі більшого розміру досить швидко осідають на різних поверхнях у радіусі до 2 м від хворого, але аерозольні краплі можуть певний час перебувати в повітрі. У такому стані коронавірус може бути активний упродовж трьох годин. Саме краплі вологи й становлять основну загрозу для оточуючих, що перебувають на близькій відстані від хворого. Для захисту від цих мікрокрапель та аерозолів і використовуються медичні одноразові маски, які виконують функцію бар'єра. Особливо важливу роль медична маска відіграє в разі, якщо її носить інфікована людина. Маска в цьому випадку не дозволяє аерозолям з вірусами розлітатися навколо неї і тим самим знижує загрозу для оточуючих. При цьому важливо пам'ятати, що джерелом інфекції може бути людина не лише з вираженими симптомами захворювання, а й без симптомів: добре відомо, що хворий на COVID-19 може поширювати віруси за 2–3 дні до появи перших симптомів. До того ж у певної частини людей перебіг захворювання може проходити взагалі безсимптомно. Тому якщо йдеться про використання медичних масок, важливо думати не лише про власний захист, а й про захист інших людей.

І найважливіше: маски допомагають лише тоді, коли використовуються правильно. Це означає, що вони одночасно повинні закривати носа й рота, тісно прилягати до обличчя і не мати щілин, не використовуватися багаторазово і більше трьох годин кожна, до робочої частини маски не можна торкатися руками.

Відомо, що одні люди хворіють на COVID-19 у легкій формі, інші у важкій, а дехто взагалі не інфікується. Від чого це залежить?

Організм людини має свій потужний захист – імунітет, який створює декілька бар'єрів для мікробів, у тому числі вірусів. Якщо людина отримала незначне вірусне навантаження – тобто до організму потрапила мала кількість вірусних часток – цілком імовірно, що імунітет перехопить ці віруси ще на підступах до клітин. У цьому випадку людина залишатиметься здоровою. За більшого вірусного навантаження частина патогенів може дістатися клітин та інфікувати організм. Тому ризик інфікування і перебіг самої хвороби залежать від кількості вірусів, що потрапили до організму людини. Отже, для запобігання інфікуванню та важкому перебігу хвороби вкрай важливо уникати місць, де може бути велика концентрація вірусів. Зазвичай такими місцями є двометрова зона навколо хворої людини, а також будь-які приміщення з недостатньою вентиляцією, де патогени не видаляються назовні, а концентруються у повітрі й на різних поверхнях. У цьому разі дуже важливо забезпечити в приміщенні якісну припливно-витяжну вентиляцію.

Якщо людина все ж таки інфікувалася (тобто віруси проникли до клітин), то в цьому випадку перебіг хвороби залежатиме від віку хворого, наявних інших хронічних та тимчасових захворювань, а також стану імунітету, який передусім залежить від генетичних особливостей та способу життя цієї людини.

Який контакт із хворою людиною вважається тісним?

За визначенням Центру з контролю та профілактики захворювань США (CDC) та інших організацій, тісним вважається контакт з людиною, у якої підтверджений COVID-19, впродовж 15 хвилин і більше на відстані менше ніж два метри. Якщо ви контактували за два дні до початку виявлення у цієї людини симптомів хвороби (або для безсимптомних пацієнтів – за два дні до забору позитивного зразка), це теж означає тісний контакт з хворим на COVID-19.

Якщо я маю симптоми, як можна зрозуміти, чи це точно COVID-19 чи щось інше?

Сьогодні не існує стовідсоткового способу визначити, чи ви захворіли саме на COVID-19, окрім проходження тесту. Зважайте, що застуда, грип, деякі алергії та навіть астма можуть викликати схожі симптоми, як-от підвищення температури, біль у м'язах, головний біль чи кашель. Тож бути впевненим однозначно лише за симптомами не вийде. Єдиним відмінним симптомом COVID-19 є втрата нюху та смаку. Не у всіх інфікованих цей симптом проявляється, але якщо він є – це ознака того, що вас атакував саме коронавірус.

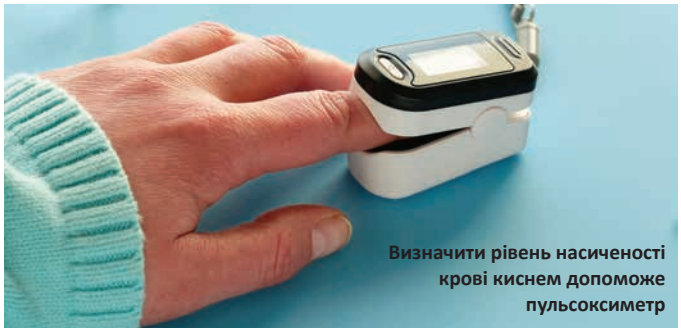
Якщо я маю COVID-19 і перебуваю вдома на амбулаторному лікуванні під наглядом сімейного лікаря, коли можна припиняти самоізоляцію?

Тривалість самоізоляції залежить від багатьох чинників, одними з яких є тяжкість перебігу хвороби та тривалість прояву симптомів. Якщо ви мали COVID-19, у жодному разі не припиняйте самоізоляцію самостійно. Обов'язково проконсультуйтеся зі своїм лікарем. У деяких випадках лікар може рекомендувати зробити тест ПЛР, у деяких може дозволити припинити самоізоляцію після визначеної кількості днів та за відсутності певних симптомів.

Якщо у мене був тісний контакт з людиною, хворою на COVID-19, я залишаюся на самоізоляції вдома і впродовж орієнтовно п'яти днів не маю симптомів хвороби, чи можна не робити тест ПЛР і припинити самоізоляцію?

Краще так не чинити. У разі контакту тест ПЛР зробити важливо, адже ви можете інфікуватися та мати безсимптомний перебіг хвороби, що становитиме серйозну небезпеку для інших. ПЛР-аналіз (полімеразна ланцюгова реакція) виявляє присутність вірусу та визначає, чи людина хвора на COVID-19. Для цього тесту роблять мазок із носа і ротоглотки. Цей метод дозволяє виявити в біологічному матеріалі хворого рибонуклеїнову кислоту самого збудника коронавірусу. На сьогодні ПЛР залишається єдиним видом дослідження, який дає підстави для встановлення діагнозу COVID-19.

Якщо я залишаюся вдома на самоізоляції чи амбулаторному лікуванні COVID-19, що важливо мати вдома?



Визначити рівень насиченості крові киснем допоможе пульсоксиметр

Одразу запам'ятайте, що противірусні препарати чи антибіотики НЕ запобігають COVID-19. Вони також не лікують цю хворобу. Тож не варто закуповувати їх наперед чи приймати навмання за появи будь-яких респіраторних симптомів. Вдома помічниками у разі хвороби будуть термометр, пульсоксиметр, багато рідини та свіже повітря. Щодо ліків і правильного їх приймання вам варто дізнаватися у свого сімейного лікаря.

Звучить дуже просто, але доступ до свіжого повітря реально може покращити ваш стан, якщо ви хворієте. Тож провітрювати приміщення багато і регулярно дуже важливо. Навіть якщо ви вимірюєте рівень кисню в крові й він показує нижче значення, ніж зазвичай, спробуйте для початку вилізти з-під декількох ковдр і відкрити вікно. Це реально допоможе почуватися краще і полегшити доступ кисню.

Не приймайте просто так будь-які ліки, назву яких побачили десь в інтернеті, а також антибіотики. Вони не діють на віруси, а лише на бактерії. Тож у разі інфікування вірусом SARS-CoV-2 антибіотик не допоможе, лише заподіє шкоду вашому здоров'ю. Лікар може призначити антибіотик лише у разі, якщо внаслідок вірусного захворювання виникли ускладнення у вигляді бактеріальної пневмонії. Тому хворому варто приймати ліки лише за призначенням лікаря.

До речі, пульсоксиметр – це невеликий пристрій, який одягається на палець. Він допомагає визначити кількість кисню в крові. Якщо ви захворіли і маєте підозру на COVID-19 чи вже точно підтверджену хворобу, цей пристрій допомагатиме вам розуміти, чи потрібно вам звертатися по медичну допомогу і контролювати свій стан. Пристрій показує рівень кисню в крові як SpO2. Нормальний рівень кисню становить щонайменше 95–100%. Деякі люди з хронічними захворюваннями легень або зупиненням дихання уві сні можуть мати нормальний рівень сатурації близько 90%. Утім, у разі хвороби і якщо ви не маєте вищенаведених проблем зі здоров'ям, а ваш показник сатурації менше ніж 95%, якнайшвидше зв'яжіться з лікарем.

Якщо я лікуюся вдома, чи треба мені вживати якісь харчові добавки чи вітаміни?

Зараз є свідчення деяких досліджень, що, ймовірно, у людей, які мають дефіцит вітаміну D і цинку, перебіг COVID-19 може бути важчим. Але це не означає, що варто приймати їх навмання, і чим більше – тим краще. Проконсультуйтеся для початку зі своїм лікарем. А ось від фруктів, овочів та ягід відмовлятися не варто – вони містять багато важливих вітамінів і мінералів, які посилять ваш імунітет.

Пам'ятайте, в питаннях здоров'я вкрай важливо зберігати здоровий глузд. Дуже часто звичайна турбота про здоров'я, як-от нормальний сон, повноцінне харчування, достатня кількість повітря та води, допомагають одужати швидше і краще, ніж будь-які пігулки, які ще й в багатьох випадках можуть нашкодити.

День, який запалює серця

Незважаючи на прохолодну лютневу погоду, День святого Валентина в компанії Вентс цьогоріч видався напрочуд теплим завдяки святковому настрою, численним усмішкам працівників і приємним сюрпризам, які підготувала компанія до свята.

Перший приємний сюрприз – це привабливі фотозони в їдальнях, які просто не можна було оминути. Вони стали місцем справжнього паломництва для багатьох працівників компанії, адже заряджали кожного на щасливе кохання та гарантували десятки вподобайок у соціальних мережах. А ще кожен, хто розміщував свої фото у соцмережах з хештегом **vents_ua**, отримував солодкий тематичний подарунок.

Другий сюрприз – це фотоконкурс на найромантичніше фото, в якому взяли участь понад 60 працівників компанії. Усі світлини, наповнені найкращим у світі почуттям, можна було побачити у приміщеннях їдалень. А результатом проведення конкурсу став розіграш трьох головних призів – сертифікатів на проведення романтичного вікенду у готельно-ресторанному комплексі Terra Nova, що включав весь комплекс СПА-процедур, святкову вечерю та сніданок на двох. У присутності більшості учасників фотозмагання конкурсна комісія визначила переможців, якими стали **Світлана Герасименко** (кухар їдальні), **Ольга Руденко** (інженер-технолог цеху фарбування) та **Сергій Гресь** (завідувач складу №6). Вітаємо колег і бажаємо їм гарно провести вікенд. А всім працівникам компанії зичимо палкого кохання.

Кухарі компанії Вентс добре розуміються на приготуванні смачних страв і готові ділитися своїми кулінарними секретами з нашими читачами. Тому ми започатковуємо в газеті нову рубрику «Смачного!», в якій друкуватимемо рецепти різноманітних страв від майстрів Вентс. А зараз тримайте перший рецепт смачного салату до святкового столу.

Мікс-салат із теплою телятиною

Кухарі компанії Вентс діляться рецептами смачних страв

ПРИГОТУВАННЯ

Листя салату промити під проточною водою, обсушити, порвати. Телячу вирізку маринувати в спеціях (сіль, перець, оливкова олія, соєвий соус), нарізати тонкими слайсами та обсмажити 2–3 хвилини основним способом. Листя салату перемішати з гірчично-медовою заправкою та викласти на тарілку (по центру) гіркою. Поруч покласти готову телятину, прикрасити помідорами чері, вареними перепелиними яйцями. Зверху посипати кунжутом і слайсами пармезану.

ІНГРЕДІЄНТИ (НА 5 ПОРЦІЙ)

Мікс-салат (листя шпинату, щавлю, айсберга, мангольда, радичіо) – 250 г; теляча вирізка – 350 г; оливкова олія – 75 г; соєвий соус – 50 г; помідор чері – 75 г; яйце перепелине – 10 шт; кунжут – 15 г; сир пармезан – 25 г; сіль і перець за смаком.

Гірчично-медова заправка: гірчиця діжонська – 50 г; мед – 50 г; оливкова олія – 100 г; сік лимона – 10 м; сіль і перець за смаком.

10 несподіваних фактів про жінок

Більшість чоловіків навіть не здогадується, наскільки суттєвими є відмінності між ними та жінками. Якщо уважніше придивитися до слабкої статі та проаналізувати деякі фізичні особливості жінок, можна дійти висновку, що вони насправді є дивом природи.

1 Шкіра жінки вдесятеро чутливіша, ніж шкіра чоловіка. Навіть найбільш чутливий у цьому сенсі чоловік не дотягує до найменш чутливої жінки.

2 На відміну від чоловіків, жінки розрізняють більше кольорів, оскільки в їхніх очах набагато більше фоторецепторів.

3 Жінки набагато рідше хворіють на спадкові захворювання, в тому числі гемофілію, дальтонізм та облисіння. Це пояснюється наявністю в них двох Х-хромосом. Чоловіки мають одну таку хромосому.

4 Кров жінок приблизно на 10% рідша, ніж у чоловіків, що зменшує ризик появи інфаркту та інсульту.

5 Серце жінки здійснює в середньому 80 ударів на хвилину, в той час коли для чоловіків цей показник становить близько 70 ударів на хвилину.

6 Жінки мають кращий слух, аніж чоловіки, і здатні розрізняти звуки на більш високих частотах.

7 Під час сну електрична активність мозку чоловіка падає приблизно на 70%, а у жінок – лише на 10%. Саме тому жінки навіть уві сні не втрачають пильності.

8 Через добре розвинений гіпокамп (елемент мозку) жінка має кращу пам'ять і не забуває образ. Чоловіки, пам'ятайте про це!

9 На відміну від чоловіків, які зосереджують свою увагу на виконанні лише однієї справи, жінки можуть одночасно вільно виконувати декілька справ.

10 Жінки мають набагато кращий периферійний зір, аніж чоловіки.

«Вісник ВЕНТС» – корпоративне видання ПрАТ «Вентиляційні системи». Наклад: 1700 примірників. Виходить 4–8 разів на рік та розповсюджується безкоштовно серед працівників підприємства. Друк: ПП «Март». Головний редактор: Олег Колодій. Фотограф: Олексій Коломієць. Коректор: Ольга Васильєва. У підготовці номера брала участь фахівець групи внутрішніх комунікацій Альона Радзевіл