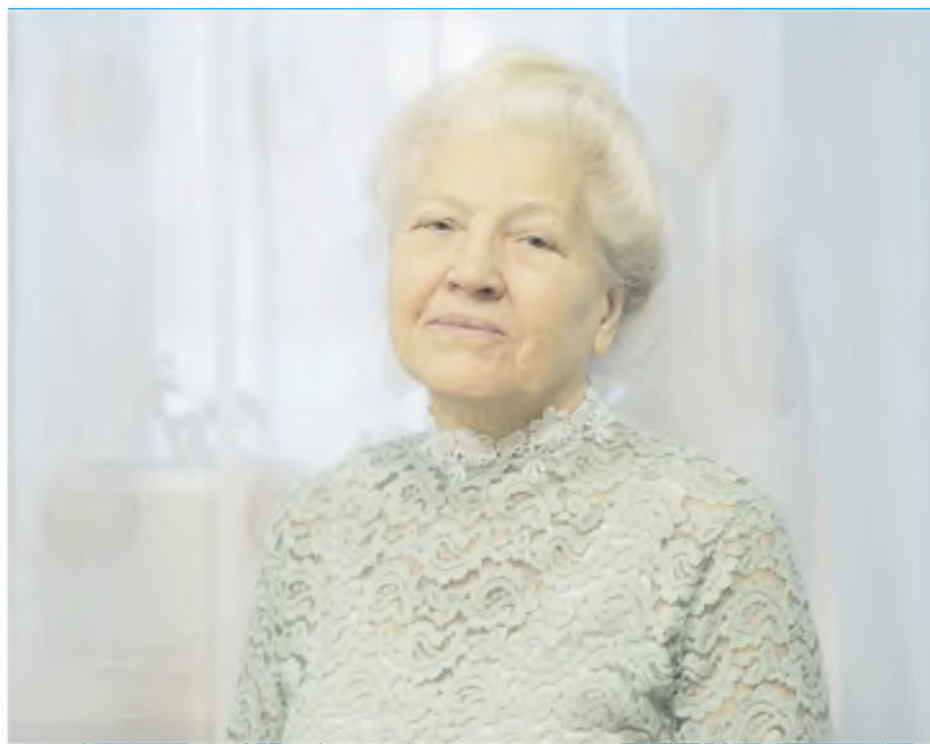


Предназначение

Мария Каптаренко знакома многим мегийцам. Одни знают, как опытного врача по общей гигиене, длительное время работавшего в ЛДЦ "Здоровье", другие - как сестру милосердия, приходящую на помощь людям в самые трудные моменты жизни, третьи - как доброго, понимающего человека, замечательную маму и бабушку. Медицинский стаж Марии Ильиничны - 60 лет. В "копилке" ветерана труда России десятки Почетных грамот и наград. Она искренне благодарна за высокую оценку своей работы и верит, что человек живёт, чтобы творить добро.



ла самочувствие... Тогда дифтерийная палочка была мало изучена и очень опасна: если болезнь запустить, то ребёнок мог погибнуть от удушья. Нужно было выявить катаральные проявления на начальном этапе и своевременно госпитализировать малыша, - рассказывает Мария Ильинична. - Второй раз пришлось столкнуться с эпидемией, работая в Ноябрьске. Тогда была вспышка сальмонеллеза и дизентерии.

- Что вы думаете по поводу сегодняшней сложной ситуации, связанной с пандемией? - поинтересовалась я у Каптаренко.

- Это всего лишь очередная эпидемия.

ки болезни, обращайтесь к врачу. Самолечением заниматься не надо, и уж тем более, впадать в панику. А чтобы противостоять инфекции (да и болезням вообще), нужно постоянно укреплять иммунитет.

- Как Вы это делаете?

- Прислушиваюсь к своему организму. Меньше жиров, больше витаминов в еде "плюс" ежедневная зарядка, закаливание (контрастный душ), многокилометровая ходьба. При прогулках держу спину ровно. дышу полной грудью. Сейчас, как и остальные люди, которым за 65, соблюдаю самоизоляцию, но на регулярность физических упражнений это не влияет. Стараюсь быть в форме.

И это у Марии Ильиничны отлично получается. Она из тех женщин, глядя на которых сложно определить их возраст. Не дашь и шестидесяти...

- Мне далеко за семьдесят. Не думаю, что стоит держать это в секрете, - говорит Каптаренко. - Ведь главное, не сколько жить, а как.

МИЛОСЕРДИЕ И СИЛА ДУХА

Общаясь с Марией Каптаренко, поражаешься не только её обширным познаниям в разных сферах, но и удивительной силе духа.

- Жизнь научила меня быть сильной. Я давно уже вдова. Сама растила двух сыновей. Надо было дать им правильное воспитание, заменить отца. Это сложно. Но я старалась. Надеюсь, что получилось. По крайней мере, люди говорят, что сыновья выросли настоящими мужчинами. Я всегда убеждала своих ребят в необходимости получения высшего образования, чтобы они могли достойно содержать свои семьи. Счастлива, что теперь всё так и есть. У каждого из них хорошая работа, на которой их ценят как высококлассных специалистов. Да и в личной жизни у сыновей всё сложилось. Для матери это самое главное.

Рассказывая о Марии Ильиничне нельзя не упомянуть и ещё об одной важной стороне её деятельности. После выхода на заслуженный отдых, она стала сестрой милосердия. Вместе с другими прихожанками храма Святой Преподобномученицы великой княгини Елисаветы оказывает помощь тем, кто в ней нуждается: одиноким, престарелым, инвалидам, детям из приюта, онкологическим больным.

- Мы организовываем благотворительные акции, дарим подарки больным, проводим беседы, - рассказывает Мария Каптаренко. - В этом году, в связи со сложной эпидемиологической ситуацией, мы приостановили свою деятельность. Но как только все стабилизируется, снова продолжим. Я счастлива, что у меня есть время на оказание помощи людям, на то, чтобы сделать мир добрее.

С БЕРЕГОВ ДНЕСТРА НА БЕРЕГ МЕГИ

Врачебную практику в Мегиионе Мария Ильинична начала в 1988 году. На то время у нее за плечами уже был огромный опыт: 7 лет работы фельдшером после окончания медицинского техникума в Сороках (городе на живописном берегу Днестра) "плюс" 16 лет - врачом после института в Кишинёве.

В 1983 году Мария Каптаренко, инфекционист одной из столичных клиник Молдавии, была направлена на курсы повышения квалификации в Киев, куда съезжались лучшие специалисты со всего Советского Союза. Там-то она и познакомилась с врачами, прибывшими из далёкого Севера: Альбиной Заграничич и Таисией Татауровой, которые поведали ей о нехватке эпидемиологов в развивающемся регионе. А через полгода Мария Ильинична получила от Татауровой, главврача из Ноябрьска, официальное приглашение на работу. Оставив налаженный быт, она вместе с семьёй отправилась "покорять северные широты".

- Пять лет я работала в линейной санэпидстанции Ноябрьска. Осознала, что слова из известной песни: "Кто, не знаю, называет Север крайним, ты увидишь - он бескрайний", - реальность. В дальние посёлки трудно было добираться по бездорожью, приходилось выезжать на товарном поезде, - вспоминает Мария Ильинична.

В 1988 году в жизни Каптаренко случился новый поворот - Альбина Заграничич приглашает коллегу в Мегийон. Здесь Мария Ильинична три года трудилась в городской санэпидстанции. А после создания лечебно-диагностического центра "Здоровье", который возглавила Альбина Васильевна, она была назначена врачом по гигиене ЛДЦ.

- Моя работа, в большей части, была направлена на профилактику профзаболеваний нефтяников. Врачебная деятельность не ограничивалась "стенами кабинета". В составе комплексной бригады врачей я выезжала на месторождения. Мы проводили профосмотры на местах, чтобы не отрывать работников от производственного процесса, - говорит Мария Ильинична. - В "Мегийоннефтегазе" всегда уделяли большое внимание здоровью людей.

ОБ ЭПИДЕМИЯХ И ИММУНИТЕТЕ

За свою 60-летнюю медицинскую практику Мария Каптаренко не единожды вступала в борьбу с эпидемиями.

- В начале 60-х, когда я работала в сельском фельдшерско-акушерском пункте в Молдавии, была эпидемия дифтерии. У меня под патронажем находилось 380 детей возрастом до 3 лет. Работать приходилось круглые сутки: проводила подворные обходы, измеряла температуру, проверя-