

Дорогие наши читатели!

Подписаться на журнал «Сестринское дело» можно в любом почтовом отделении России.

Индекс в каталоге «Роспечать»:

– на 2019 год – **47270** (для индивидуальных подписчиков), **48571** (для предприятий и организаций);

– на 2-е полугодие 2019 года – **72252** (для индивидуальных подписчиков), **72253** (для предприятий и организаций).



Оформить подписку можно и в редакции. Для оформления подписки на 2-е полугодие 2019 года отправьте на наш счет из любого отделения Сбербанка с указанием своего полного адреса и ФИО **880 руб.** (для частных лиц) или **2000 руб.** (для организаций). А для оформления подписки на весь 2019 год – **1720 руб.** (для частных лиц) и **3960 руб.** (для организаций).

Получатель платежа – ООО «Современное сестринское дело».

Банк АО «ОТП Банк», г. Москва
Р / сч **40702810700320025974** К / сч **30101810000000000311**
БИК **044525311** ИНН **7715760845** КПП **771501001**

В строке «Для письменного сообщения» напишите свой полный адрес с индексом и обязательно укажите ФИО и издание (например, «Сестринское дело» на 2-е полугодие 2019 г.).

Старшая медицинская сестра

№ 6'2019

СИСТЕМЫ ПОДДЕРЖАНИЯ СТЕРИЛЬНОСТИ

Российский производитель медицинского оборудования

Камеры бактерицидные «СПДС» из нержавеющей стали Объем от 22 до 125 литров



КАЧЕСТВЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ НАДЕЖНОЙ БАКТЕРИЦИДНОЙ ЗАЩИТЫ
Рециркуляторы УФ-бактерицидные «СПДС» Производительность от 60 до 120 м³/ч



ПОЛНЫЙ СПЕКТР ПРОДУКЦИИ МОЖНО ПОСМОТРЕТЬ НА САЙТЕ! WWW.STERILNOST.RU

Телефон: (4852) 75-94-27, 59-53-64, 59-53-75 Ярославль, ул. Университетская, 21

Продолжается подписка на 2019 год!



Уважаемые коллеги! Подписаться на журнал **«Старшая медицинская сестра»** можно в любом почтовом отделении России – это вам давно и хорошо известно. Напоминаем, что в полугодие выходит 4 номера нашего журнала с самой полезной, важной и своевременной информацией по главным направлениям работы старших медицинских сестер!

Но не все еще знают, что оформить подписку на «Старшую» можно и через редакцию. Для этого, если вы оформляете подписку на 2-е полугодие 2019 года, отправьте **900 руб.** (для частных лиц) или **1800 руб.** (для организаций) на наши реквизиты из любого отделения Сбербанка с указанием своего полного адреса и ФИО.

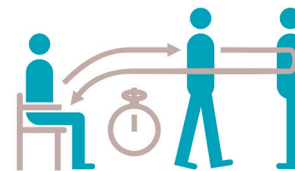
Получатель платежа – ООО «Современное сестринское дело».

Банк АО «ОТП Банк», г. Москва
Р / сч **40702810700320025974** К / сч **30101810000000000311**
БИК **044525311** ИНН **7715760845** КПП **771501001**

В строке «Для письменного сообщения» также напишите свой полный адрес с индексом и обязательно укажите ФИО и издание, например: СМС 2-е полугодие 2019 г.

Информация о подписке по телефонам:
(495) 664-20-42; 8-916-031-02-83.

ТЕСТ: ВСТАНЬ И ИДИ UP & GO - ТЕСТ



Исходное положение.

Сесть в свободной позе на стул стандартной высоты (не более 46 см) с подлокотниками.

Тест.

Встать со стула.
Пройти 3 метра вперед.
Развернуться назад, подойти к стулу и сесть.
Тест выполняется обычным шагом, без посторонней помощи.
Хронометраж в секундах.

Результат.

Время более 10-12 с - Высокий риск падений!

ТАНДЕМ ТЕСТ: ОЦЕНКА СПОСОБНОСТИ УДЕРЖИВАТЬ РАВНОВЕСИЕ В ПОКОЕ



Исходное положение.

Тест выполняется стоя. Глаза открыты. Руки в произвольном положении. Ступни ног поставить последовательно друг за другом по прямой линии, пятка передней стопы касается носка задней.

Тест.

Зафиксировать положение и стоять так 10 с. Каждое перемещение стоп расценивается как преждевременное завершение теста. Для правильной оценки можно проводить не более 3 попыток.

Результат.

Время менее 10 сек: Высокий риск падений!

ТАНДЕМ ТЕСТ: ОЦЕНКА СПОСОБНОСТИ УДЕРЖИВАТЬ РАВНОВЕСИЕ ПРИ ХОДЬБЕ, УСТОЙЧИВОСТЬ ПОХОДКИ



Исходное положение.

Ступни ног поставить последовательно друг за другом по прямой линии, пятка передней стопы касается носка задней.

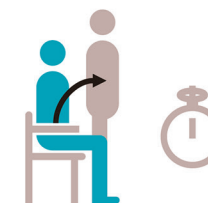
Тест.

Пройти 3 метра обычным шагом туда и обратно, равномерно переставляя ступни ног. При выполнении теста испытуемый не должен отклоняться от прямой линии.

Результат.

Равномерность ходьбы: максимально допустимое отклонение 4%.
Равновесие: Колебания туловища, особенно при повороте - первый клинический признак недостатка равновесия.

ТЕСТ НА ВСТАВАНИЕ СО СТУЛА CHAIR RISING



Исходное положение.

Сесть свободно на стуле (высота не более 46 см). Руки сложить на груди крест на крест.

Тест.

Встать и сесть 5 раз подряд без помощи рук, так быстро насколько это возможно. Хронометраж в секундах.

Результат.

Время более 10 сек, или невыполнение данного теста: Высокий риск падений!