

УДК 316.4
DOI 10.18522/2227-8656.2022.5.5
EDN DACFCQ



Тип статьи в журнале – научная

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ПРАКТИКИ МОЛОДЕЖИ (НА МАТЕРИАЛАХ ГЛУБИННЫХ ИНТЕРВЬЮ В РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ)¹

HEALTH-SAVING PRACTICES OF YOUTH (BASED ON IN-DEPTH INTERVIEWS IN THE ROSTOV REGION)²

© 2022 г.

В. З. Зарбалиев*

* Южный федеральный университет,
г. Ростов-на-Дону, Россия

© 2022 г.

V. Z. Zarbaliiev*

* Southern Federal University,
Rostov-on-Don, Russia

Цель исследования – выявить посредством анализа глубинных интервью репертуар здоровьесберегающих практик молодежи.

Objective of the study is to identify, through the analysis of in-depth interviews, the repertoire of health-saving practices of young people.

Методологическую и эмпирическую базу исследования составили результаты 16 глубинных интервью с представителями молодежи от 18 до 35 лет, проживающих в городах и сельских населенных пунктах Ростовской области. Также эмпирическую базу работы составили результаты исследований Фонда общественного мнения (ФОМ) и Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ).

The methodological basis of the research is compiled the results of 16 in-depth interviews with representatives of young people from 18 to 35 years old living in cities and rural settlements of the Rostov region. Also, the empirical basis of the work was the results of research by the Public Opinion Foundation (FOM) and the Russian Public Opinion Research Center (VCIOM).

Результаты исследования. Большая часть опрошенных довольно активно заботится о своем здоровье, но в реализации некоторых аспектов здорового образа жизни проявляются определенные трудности, особенно у проживающих в сельских населенных пунктах. Результаты исследования иллюстрируют, что молодое поколение использует различные стратегии лечения заболеваний.

Research results. Most of the respondents are quite active in taking care of their health, but there are certain difficulties in implementing some aspects of a healthy lifestyle, especially among those living in rural settlements. The results of the study illustrate that the younger generation uses various strategies for treating diseases. Most of the respondents prefer to self-medicate in case of a bad condition and only in extreme cases consult a doctor. Among the main

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 20-311-90089 «Социальные практики здоровьесбережения молодежи в условиях трансформации российского общества».

² The reported study was funded by RFBR according to the research project № 20-311-90089.

Большая часть респондентов при возникновении плохого состояния предпочитает заниматься самолечением и только в крайних случаях обращается к врачу. Среди основных причин самостоятельного лечения можно обозначить: наличие собственного опыта лечения; советы близких и знакомых; рекомендации врачей, которые были получены ранее. В процессе лечения несерьезных заболеваний респонденты в целом не отвергают методы народной медицины и при самолечении комбинируют эти методы с медикаментозным лечением. Незначительная часть респондентов готова обращаться к методам лечения, которые с научной точки зрения могут быть не эффективными, если имеющаяся болезнь не поддается лечению методами официальной медицины.

Перспективы исследования. Полученные выводы могут быть использованы в дальнейшем исследовании здоровьесберегающих практик молодежи Ростовской области.

Ключевые слова: здоровьесберегающие практики; здоровый образ жизни; народная медицина; альтернативная медицина.

reasons for self-treatment can be identified: having your own treatment experience; advice from relatives and acquaintances; recommendations from doctors that were received earlier. In the process of treating frivolous diseases, respondents generally do not reject the methods of traditional medicine and, when self-medicating, combine these methods with drug treatment. A small part of respondents are ready to turn to methods of treatment, which from a scientific point of view may not be effective if the existing disease is not treatable by methods of official medicine.

Prospects of the study. The findings can be used in further research of health-saving practices of young people of the Rostov region.

Keywords: health-saving practices; healthy lifestyle; traditional medicine; alternative medicine.

Введение. Здоровье населения выступает в качестве одного из базовых индикаторов благополучия страны. Ценность здоровья населения отражена в государственных документах Российской Федерации. В Стратегии национальной безопасности Российской Федерации от 2021 года отмечается, что в цели государственной политики в сфере сбережения народа России и развития человеческого потенциала входит укрепление здоровья граждан¹. Социальная среда существенным образом оказывает влияние на принятие людьми решений, которые касаются здоровья. Таким образом, состояние здоровья не представляется результатом исключительно индивидуального выбора.

Исследовательский выбор изучения здоровьесберегающих практик молодежи Ростовской области определен несколькими причинами. Во-первых, молодежь обладает характеристиками, которые в наибольшей степени при-

¹ Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации» // Сайт Президента России. – URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/47046> (дата обращения: 24.09.2022).

сущи для этой социально-возрастной группе. Для молодежи как возрастной группы характерен специфический образ жизни, культурные нормы и ценности. Во-вторых, молодое поколение представляет собой важнейший потенциал развития социума, от состояния которого в значительной степени зависит положение государства в перспективе. В-третьих, Ростовская область выступает в качестве примера, иллюстрирующего как при существовании формальных и неформальных «правил», влияющих на функционирование социальных институтов, осуществляется трансформация здоровьесберегающих практик молодежи.

Методология и методы. В период с августа по сентябрь 2022 года было проведено авторское социологическое исследование «Здоровьесберегающие практики молодежи Ростовской области». Цель исследования заключалась в выявлении характера действий молодежи Ростовской области в отношении своего здоровья. Проведено 16 глубинных интервью с представителями молодежи Ростовской области от 18 до 35 лет. Были определены две исследуемые группы и проведены по 8 интервью в каждой из них. Первая группа включала в себя молодежь городов Ростовской области, а вторая, соответственно, молодежь сельских населенных пунктов Ростовской области. Гендерное распределение в обеих группах представлено соотношением 50 % женщин и 50 % мужчин. Учитывая географический фактор, часть интервью проходила в дистанционном формате, а вторая часть – в очном формате.

По итогам интервью удалось выявить следующие моменты касательно действий молодежи Ростовской области в отношении своего здоровья: степень реализации принципов здорового образа жизни, стратегии лечения болезней, опыт и факторы обращения к методам народной, а также альтернативной медицины.

Научные результаты и дискуссия. Исследователи используют различную терминологию для описания деятельности, направленной на поддержание здоровья. В данной работе понятие «здоровьесберегающие практики» рассматривается в качестве типизированных и вариативных комплексов действий, направленных на поддержание здоровья. В фокусе проблематики поведения в отношении здоровья исследователи затрагивают вопросы, связанные с приверженностью к здоровому образу жизни. Зарубежные авторы отмечают, что приверженность определяется как свободно выбранная внутренняя решимость вести здоровый образ жизни, даже когда трудности мешают и причиняют неудобства (Ajzen, Manstead, 2007). Понятие «здоровый образ жизни» в научной литературе имеет множество определений. Зачастую здоровый образ жизни определяется как активность человека, направленная на предупреждение возникновения и развития неинфекционных заболеваний и характеризующаяся исключением или сокращением действия поведенческих факторов риска, к числу которых относятся употребление табака, вред-

ное потребление алкоголя, нерациональное питание, отсутствие физической активности, а также неадаптивное преодоление стрессов.

Что было отмечено респондентами на вопрос в отношении реализации тех или иных аспектов здорового образа жизни: *«На мой взгляд, я не в достаточной степени соблюдаю принципы здорового образа жизни, за своим питанием я особо не слежу. С точки зрения физической активности у меня все хорошо: два раза в неделю играю в футбол; по возможности я стараюсь много ходить пешком»* (муж., 28 лет, преподаватель физики и математики, г. Ростов-на-Дону); *«Если брать разные аспекты. Если брать аспект физической активности, то спортом я не занимаюсь, у меня много других дел, на которые я трачу свое свободное время. В плане питания, да, я стараюсь придерживаться правильного питания. Сейчас очень стараюсь следовать распорядку дня»* (жен., 28 лет, научный сотрудник, г. Ростов-на-Дону). В целом обе группы респондентов акцентировали внимание на фрагментарном характере следования правилам здорового образа жизни.

Далее уточнялся характер конкретных действий в отношении здоровья. В частности, поднимались вопросы в отношении профилактических осмотров, диспансеризации: *«В последний раз я проходил диспансеризацию около 5 лет назад, когда учился в университете. Периодически несколько раз в год я сдаю кровь в качестве донора, в рамках манипуляции осуществляется общий анализ крови, благодаря этому я в определенной степени могу наблюдать за состоянием организма. Однако комплексные медицинские осмотры я не прохожу»* (муж., 28 лет, преподаватель физики и математики, г. Ростов-на-Дону); *«Диспансеризацию, которую нам предлагают в поликлинике, я не проходила ни разу. Прохожу медицинский осмотр на работе, последний у нас был два года назад. Но за эти два года, когда у нас не было медицинского осмотра, я, естественно, сдавала анализы для оценки общего состояния здоровья»* (жен., 28 лет, научный сотрудник, г. Ростов-на-Дону).

Определенную роль в поддержании здоровья играет медицинский туризм. Под медицинским туризмом понимается совершение выездов за пределы постоянного места жительства в целях поддержания здоровья. Если классифицировать медицинский туризм по пространственному критерию, то он делится на три группы: внутренний, выездной и въездной. Путешествия за пределы региона проживания в медицинских целях связаны с рядом причин. Некоторые люди посещают другие субъекты или страны в медицинских целях, чтобы получить доступ к медицинской помощи по более низкой цене по сравнению с тем, какую цену пришлось бы им заплатить в регионе проживания. Другие причины медицинского туризма могут быть связаны со следующими моментами:

– Ряд методов лечения или процедур может быть недоступен в регионе проживания, вследствие чего люди направляются в другие субъекты своей

страны или вовсе отправляются в зарубежные страны для того, чтобы получить соответствующее лечение;

– У людей может возникнуть желание получить медицинскую консультацию или лечение от известного врача, работающего в другом регионе или стране;

– Возможна ситуация, когда человеку будет комфортно получить медицинскую помощь в той социальной среде, которая связана с его родной культурой.

На вопрос «Посещаете ли вы лечебно-оздоровительные курорты и как часто?» почти половина респондентов ответили утвердительно и назвали различные причины, по которым они посещают лечебно-оздоровительные курорты.

Существуют вариации поведения человека в отношении своего здоровья, одним из которых является поведение во время болезни. Человек может прибегать к различным стратегиям во время плохого состояния или болезни, среди которых стоит отметить: обращение в медицинские учреждения; самолечение; обращение к методам народной медицины; обращение к методам альтернативной медицины. В отдельных случаях при возникновении плохого состояния люди могут и вовсе бездействовать. Респондентам был задан вопрос «Что в большинстве случаев Вы делаете, когда заболеваете?» с целью выявления факторов обращаемости к различным методам лечения.

Все респонденты в той или иной степени занимаются самолечением. В традиционном понимании самолечение определяется как практика, при которой человек самостоятельно использует доступные средства для назначения себе лечения заболеваний. Как правило, опасность самолечения возникает в ситуациях, когда люди воспроизводят эту практику, пытаясь лечить серьезные заболевания. С другой стороны, имеются положительные стороны, связанные с надлежащим самолечением. Позитивные моменты при соответствующем самолечении заключаются в активном участии человека в вопросах собственного здоровья. Наличие в аптеках лекарств, для получения которых не требуется рецепт врача, в определенных случаях облегчает заболевшему справиться в короткие сроки с плохим состоянием. Также самостоятельное лечение незначительных травм и заболеваний способствует снижению общей нагрузки на систему здравоохранения.

Самолечение является довольно распространенной практикой заботы о здоровье в современном российском обществе. В 2019 году ВЦИОМ провел социологическое исследование для выявления действий россиян при возникновении проблем со здоровьем. В случае возникновения плохого состояния 46 % россиян обычно обращаются в государственную, бесплатную поликлинику, треть (33 %) опрошенных прибегают к практике самолечения, а 15 % обращаются в платные медицинские учреждения. Остальная часть респон-

дентов при возникновении заболеваний не принимает каких-либо мер (4 %), либо обращается к методам нетрадиционной медицины (1 %)¹.

В социологическом исследовании, проведенном Фондом общественного мнения (ФОМ) в марте 2014 года, поднимались вопросы, посвященные различным способам лечения заболеваний. На вопрос «При плохом самочувствии одни люди предпочитают сразу обращаться к врачам, а самостоятельно лечатся только в крайнем случае. Другие же, напротив, предпочитают лечиться самостоятельно, и только в крайнем случае обращаются к врачам. К каким людям вы отнесли бы себя?» 51 % респондентов ответили, что лечатся самостоятельно и только в крайнем случае обращаются к врачам, а 32 % обращаются к врачам².

Особый интерес вызывают факторы, влияющие на выбор людьми определенных методов лечения заболеваний. Согласно данным ФОМ, среди респондентов, предпочитающих лечиться самостоятельно, 8 % обращаются к самолечению, поскольку сталкиваются со сложностями в процессе записи на прием к врачу, 7 % отмечают, что знают, как нужно самостоятельно лечиться, также 7 % говорят о том, что врачи могут поставить неправильный диагноз. Кроме того, среди причин предпочтения самолечения выделялись: недоверие к врачам (6 %), нехватка времени (6 %), обращение к врачам в крайнем случае (4 %) и др.³

В ходе нашего исследования мы спрашивали у респондентов «При возникновении плохого состояния или возникновения болезни в большинстве случаев вы занимаетесь самолечением или обращаетесь к врачу»? Респондентами были даны следующие ответы: *«В большинстве случаев я занимаюсь самолечением, но стараюсь хотя бы получить советы от людей, которые разбираются в медицине, чтобы не заниматься бесконтрольным самолечением. Обращение к профильному врачу происходит, если становится совсем плохо, а так, по большей части, при стандартных заболеваниях наподобие гриппа, ОРВИ и так далее занимаюсь самолечением. Но в период, когда у нас была вспышка пандемии, я обращался несколько раз при появлении простудных симптомов к врачу для того, чтобы получить рекомендации именно от врача и провериться на наличие или отсутствие данного заболевания»* (муж., 28 лет, преподаватель математики и физики, г. Ростов-на-Дону);

¹ Три причины болезней в России. Аналитический обзор ВЦИОМ от 16 мая 2019 г. – URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/tyazhkij-trud-bednost-i-starost-trichiny-boleznej-v-rossii> (дата обращения: 24.09.2022).

² Как лучше лечиться? Что думают россияне о медицине традиционной, нетрадиционной и самолечении // Результаты опросов общественного мнения о политике, экономике и повседневной жизни россиян – 2014. – 5 марта. – URL: <https://fom.ru/obshchestvo/11379> (дата обращения: 24.09.2022).

³ Там же.

«У меня присутствуют различные модели поведения в отношении здоровья. Во-первых, нужно разграничить что это. Если это ОРВИ, то я занимаюсь самолечением. Я принимаю витамины, когда мне совсем плохо, я пью аспирин и стараюсь вообще не пить антибиотики. У меня есть набор методов, которыми я лечусь самостоятельно, и они позволяли мне за очень короткий срок восстановиться. Поэтому при простуде я занимаюсь самолечением. Если возникает узкоспециальная проблема, то я обращаюсь только к врачам» (жен., 29 лет, преподаватель, г. Ростов-на-Дону).

Выявлялись факторы обращения к самолечению среди респондентов, которые в большинстве случаев предпочитают лечиться самостоятельно при возникновении плохого состояния. При возникновении плохого состояния респонденты занимаются самолечением, поскольку у них есть знакомые, к которым можно обратиться по вопросам здоровья и есть опыт лечения определенных заболеваний. Для некоторых поход в поликлинику связан с определенными трудностями, особенно при нахождении в некомфортном состоянии.

В настоящее время среди предпочитающих заниматься самолечением выявляется стремление играть более существенную роль в заботе о своем здоровье. Респонденты, занимающиеся самолечением, зачастую в достаточной мере осведомлены о действиях, помогающих справиться с несерьезными заболеваниями.

Иногда бывают случаи, когда врачи на приеме предлагают альтернативные методы лечения, которые не подкреплены научными доказательствами. Большинство респондентов ответили, что если врач на приеме предложит обратиться к гомеопатическим методам лечения, то данная рекомендация не вызовет доверия. Однако возможность использования других методов альтернативной медицины зависит от квалификации врача и опыта обращения к этим методам. Один из наших респондентов пояснил: *«Если честно я бы сначала удивился, потому что врач должен быть заинтересован в том, чтобы вылечить болезнь признанными наукой методами лечения».*

Определенный интерес представляет степень обращаемости молодежи к методам лечения, которые могут быть не подкреплены научными доказательствами и являются предметом широкой дискуссии. Обычно методы лечения, не подкрепленные научными доказательствами, называют альтернативной медициной. Как подчеркивает П. В. Головской: *«В медицине как правило проводится достаточно жесткое отделение традиционной (официальной) медицины от альтернативной. В основе традиционной медицины лежат современные достижения науки о строении и функционировании организма человека» (Головской, 2012).*

Одним из методов лечения, вызывающим острые споры касательно эффективности, является гомеопатия. В зависимости от стран мира гоме-

опатические методы лечения различаются по правовым нормам и степени распространенности. Использование гомеопатических средств в практическом здравоохранении регламентировано приказом Министерства здравоохранения и медицинской промышленности Российской Федерации от 29 ноября 1995 года № 335 «Об использовании метода гомеопатии в практическом здравоохранении». В документе отмечается, что врач, использующий гомеопатический метод, – это специалист с высшим медицинским образованием по специальностям «лечебное дело», «педиатрия» или «стоматология», владеющий терапевтическими и практическими знаниями по основной специальности и в области гомеопатии, предусмотренными программой подготовки в соответствии с требованиями квалификационной характеристики, и имеющий соответствующее удостоверение государственного образца¹.

Респондентам задавался вопрос об условиях обращения к методам альтернативной медицины. Практически половина респондентов отметила, что методы альтернативной медицины могут применяться, если методы официальной медицины не дают результата: *«В детстве у моих родителей была знакомая – экстрасенс, мы обращались к ней, когда у меня возникли проблемы со зрением. Но как такового эффекта не получили и в итоге проблемы со зрением остались. Не знаю насколько эффективно этот экстрасенс лечил других людей, но в моем случае лечение было неэффективным, у меня в этом смысле имеется отрицательный опыт»*.

Заключение. Заметим, что исследование проблем социальной обусловленности здоровья в контексте разного рода направлений социологии имеет свои характерные особенности. Принимая во внимание характер осмысления феномена здоровья настоящего времени, необходимо отметить передвижение внимания ученых от рассмотрения роли больного к анализу значения здоровья, причин, содействующих его формированию как одной из ключевых ценностей человечества.

Большая часть опрошенных довольно активно заботится о своем здоровье, но в реализации некоторых аспектов здорового образа жизни проявляются определенные трудности, особенно у проживающих в сельских населенных пунктах. Результаты исследования иллюстрируют, что молодое поколение использует различные стратегии лечения заболеваний. Большая часть респондентов при возникновении плохого состояния предпочитает заниматься самолечением и только в крайних случаях обращается к врачу. Среди основных причин самостоятельного лечения можно обозначить: на-

¹ Приказ Министерства здравоохранения и медицинской промышленности Российской Федерации от 29 ноября 1995 года № 335 «Об использовании метода гомеопатии в практическом здравоохранении» // Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/9015924> (дата обращения: 24.09.2022).

личие собственного опыта лечения; советы близких и знакомых; рекомендации врачей, которые были получены ранее. В процессе лечения несерьезных заболеваний респонденты в целом не отвергают методы народной медицины и при самолечении комбинируют эти методы с медикаментозным лечением. Незначительная часть респондентов готова обращаться к методам лечения, которые с научной точки зрения могут быть не эффективными, если имеющаяся болезнь не поддается лечению методами официальной медицины.

Литература

Головской Б. В. К вопросу об альтернативной медицине // Клиническая медицина. – 2012. – Т. 90. – № 7. – С. 70–72. – EDN RBINMN.

Как лучше лечиться? Что думают россияне о медицине традиционной, нетрадиционной и самолечении // Результаты опросов общественного мнения о политике, экономике и повседневной жизни россиян – 2014. – 5 марта. – URL: <https://fom.ru/obshchestvo/11379> (дата обращения: 24.09.2022).

Приказ Минздрава России от 15.01.2020 N 8 «Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года». – URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_344362/b4565b496f8c11f50a63b08d5143df8f889c211e (дата обращения: 24.09.2022).

Приказ Министерства здравоохранения и медицинской промышленности Российской Федерации от 29 ноября 1995 года №335 «Об использовании метода гомеопатии в практическом здравоохранении» // Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/9015924> (дата обращения: 24.09.2022).

Три причины болезней в России. Аналитический обзор // ВЦИОМ. – 2019. – 16 мая. – URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/tyazhkij-trud-bednost-i-starost-tri-prichiny-boleznej-v-rossii> (дата обращения: 24.09.2022).

References

Golovskoy B. V. (2012) On the question of alternative medicine // Clinical medicine. – Vol. 90. – No. 7. – Pp. 70-72.

What is the best way to be treated? What do Russians think about traditional, non-traditional medicine and self-medication (2014) // Results of public opinion polls on politics, economy and everyday life of Russians – 5 March. – URL: <https://fom.ru/obshchestvo/11379> (date of application: 24.09.2022).

Order of the Ministry of Health of the Russian Federation No. 8 dated 15.01.2020 «On approval of the Strategy for the formation of a healthy lifestyle of the population, prevention and control of non-communicable diseases for the period up to 2025». – URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_344362/b4565b496f8c11f50a63b08d5143df8f889c211e (date of application: 24.09.2022).

Order of the Ministry of Health and Medical Industry of the Russian Federation (1995) dated November 29, 1995 No. 335 «On the use of the method of homeopathy in practical healthcare» // Electronic Fund of Legal and regulatory documents. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/9015924> (date of application: 24.09.2022).

Three causes of diseases in Russia. Analytical review // VTSIOM – 2019 – May 16 – URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/tyazhkij-trud-bednost-i-starost-tri-prichiny-boleznej-v-rossii>. (date of application: 24.09.2022).

Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации» // Сайт Президента России. – URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/47046> (дата обращения: 24.09.2022).

Icek A. Changing health-related behaviours: An approach based on the theory of planned behaviour / *A. Icek, S. R. Anthony Manstead* // In book: The scope of social psychology: Theory and applications. – Chapter 4. – Publisher: New York: Psychology Press. – 2007.

Decree of the President of the Russian Federation No. 400 dated 02.07.2021 «On the National Security Strategy of the Russian Federation» // Website of the President of Russia. – URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/47046> (date of application: 24.09.2022).

Icek A. (2007) Changing health-related behavior: an approach based on the theory of planned behavior / *A. Icek, S. R. Anthony Manstead* // In the book: The Sphere of Social Psychology: theory and applications. – Chapter 4. – Publisher: New York: Psychology Press.

Для цитирования: Зарбалиев В. З. Здоровьесберегающие практики молодежи (на материалах глубинных интервью в Ростовской области) // Гуманитарий Юга России. – 2022. – Т. 11. – № 5. – С. 68–77.
DOI 10.18522/2227-8656.2022.5.5
EDN DACFCQ

История статьи:

Поступила в редакцию – 26.09.2022 г.
Получена в доработанном виде –
28.10.2022 г.
Одобрена – 29.11.2022 г.

Сведения об авторе

Зарбалиев Вадим Загиддинович
Аспирант, Институт социологии
и регионоведения,
Южный федеральный университет

344006, г. Ростов-на-Дону,
ул. Пушкинская, 160,
e-mail: zarbalievv@mail.ru

Information about author

Vadim Z. Zarbaliev
Postgraduate Student,
Institute of Sociology and Regional Studies,
Southern Federal University

344006, Rostov-on-Don,
Pushkinskaya str., 160,
e-mail: zarbalievv@mail.ru