

ГЕРОИ НАШЕГО ВРЕМЕНИ

21

медицинский эксперт

В ОДНОМ НОМЕРЕ



ЧБД: ЧАСТО БОЛЕЮЩИЕ ДЕТИ

НАСТРОЕНИЕ *праздника*

Лаборатория красоты Luxury представляет инновационные и классические косметологические процедуры, которые помогут вам стать украшением любого праздника



Лаборатория красоты Luxury работает на рынке косметологических услуг более десяти лет.

ГОТОВИМСЯ К ПРАЗДНИКАМ!

Арсенал услуг Лаборатории красоты Luxury составляют процедуры, эффективность которых доказана мировой практикой: аппаратные методики, эксклюзивные программы омоложения, уходы для лица на косметике Guinot, nail-сервис, а также услуги стилиста-колориста. При необходимости квалифицированные косметологи составят индивидуальную программу красоты, что поможет добиться нужного эстетического результата максимально быстро и надежно.



Средства Opalis также обладают лечебным эффектом, устраняя сухость кожи головы, избыток кожного сала, выпадение волос и другие проблемы.

УХОД ЗА ВОЛОСАМИ

SPA-ритуал от мирового бренда Opalis – это настоящее преображение волос, которое дарит ощущение блаженства и умиротворения. Философия бренда объединяет эстетический эффект и эмоциональное наслаждение благодаря использованию уникальных массажных практик и принципов ароматерапии. Каждое средство Opalis содержит высокую концентрацию активных ингредиентов – эфирных масел и растительных экстрактов, благодаря чему волосы после ритуала буквально излучают силу и красоту.

О ВОЗМОЖНОСТИ ПРОТИВОПОЛОЖИТЕЛЬНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ПРАВИЛЬНО ВЫБРАННОМ СПЕЦИАЛИСТОМ

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРО
КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Guinot - французский салонный бренд класса «люкс» с пятидесятилетней историей.



Процедуры на аппарате Fraxel эффективны как для лица, так и для тела.

GUINOT AGE SUMMUM: ВЫСШАЯ СТЕПЕНЬ ОМОЛОЖЕНИЯ

Уход Age Summum – альтернатива пластической хирургии. Процедура стимулирует глубокое обновление и регенерацию клеток, повышает тонус и упругость кожи. Активная проколлагеновая маска восстанавливает сияние кожи, гарантируя стойкий anti-age результат.

FRAXEL RE:STORE

Уникальная методика восстановления кожи Fraxel основана на принципе лазерного воздействия и последующего обновления кожи. Стимулируя активный синтез новых клеток, Fraxel разглаживает морщины, устраняет гиперпигментацию и шрамы, купероз и акне, возвращая коже свежий и здоровый вид. Процедура отличается высоким уровнем безопасности и коротким прогнозируемым восстановлением.



*Luxury Beauty
salon*

Самара, ул. Ново-Садовая, 160м, ТРЦ «МераСити», 2 этаж
Тел. 8 (846) 372-38-08
www.luxurybeauty.ru
[Instagram/lb_luxury_beauty](https://www.instagram.com/lb_luxury_beauty)

РЕСТОРАН «ПАРОВОЗ» ПРИГЛАШАЕТ ГОСТЕЙ НА СУПЕРЗАЖИГАТЕЛЬНУЮ НОВОГОДНЮЮ ПРОГРАММУ ДЛЯ ЛЮБИТЕЛЕЙ ПУТЕШЕСТВИЙ, ТАНЦЕВ И ВЕСЕЛЬЯ!

Великолепный
вид со старой
набережной:
непередаваемая
атмосфера
праздника
гарантирована

от
1 500
руб.



Удобный и
оригинальный
интерьер в стиле
«Стимпанк»
добавит штрихи
мистического
настроения
викторианской
Англии и эпохи
великих свершений

**Новогодние корпоративы
ближе, чем вы думаете!**
Успейте выбрать лучшее!

С 1 ЯНВАРЯ В РЕСТОРАНЕ «ПАРОВОЗ»
НАЧИНАЕТСЯ «ПОХМЕЛЬНАЯ» НЕДЕЛЯ!
ВАС ЖДЕТ СПЕЦИАЛЬНЫЙ «ПОХМЕЛЬНЫЙ
СЕТ», С РАССОЛОМ, СОЛЕНЬЯМИ И
АРОМАТНЫМ САЛОМ, А ТАКЖЕ ДРУГИЕ
ПОХМЕЛЬНЫЕ БЛЮДА И НАПИТКИ, КОТОРЫЕ
ПОДНИМУТ НАСТРОЕНИЕ.

По-настоящему
вкусная
европейская
и русская кухня:
союз классики
и авторской кухни



Различные
варианты
банкетного меню –
мы разработаем
предложения
на любой бюджет

УСПЕЙТЕ ЗАБРОНИРОВАТЬ ОСТАВШИЕСЯ МЕСТА!

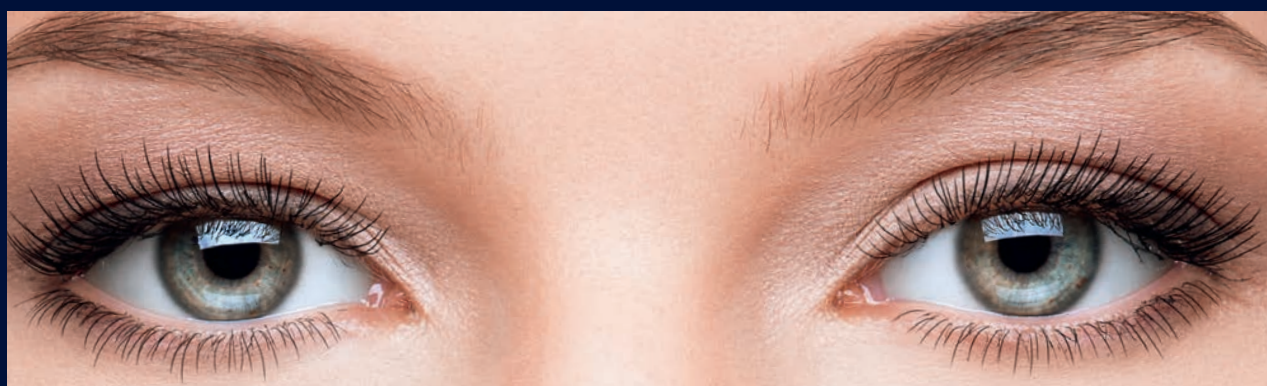


РЕСТОРАН

Самара, ул. Максима Горького, 117
Тел. 8 (846) 248-34-88

МИРОВЫЕ СТАНДАРТЫ В ХИРУРГИИ КАТАРАКТЫ

Американские искусственные хрусталики ПРЕМИУМ-КЛАССА фирмы «АЛКОН» называют «моментом триумфа в хирургическом лечении катаракты».



В изготовлении всех хрусталиков премиум-класса использованы самые передовые технологии. Кроме названных оптических свойств, хрусталики имеют желтый и ультрафиолетовый фильтры, асферическую поверхность, прямой край на 360 градусов для защиты от вторичной катаракты, функцию Anti-Glare (антиблик), которая устраняет ослепление яркими источниками света, функции Slimplant и StableForce, обеспечивающие стабильное положение хрусталика в глазах любого размера.



МУЛЬТИФОКАЛЬНЫЕ хрусталики. Супер-технологии, используемые при их изготовлении, позволяют пациентам видеть вдаль и вблизи.



ТОРИЧЕСКИЕ хрусталики одновременно замещают оптическую силу удаленного мутного хрусталика и устраняют существовавший ранее у пациента роговичный астигматизм.



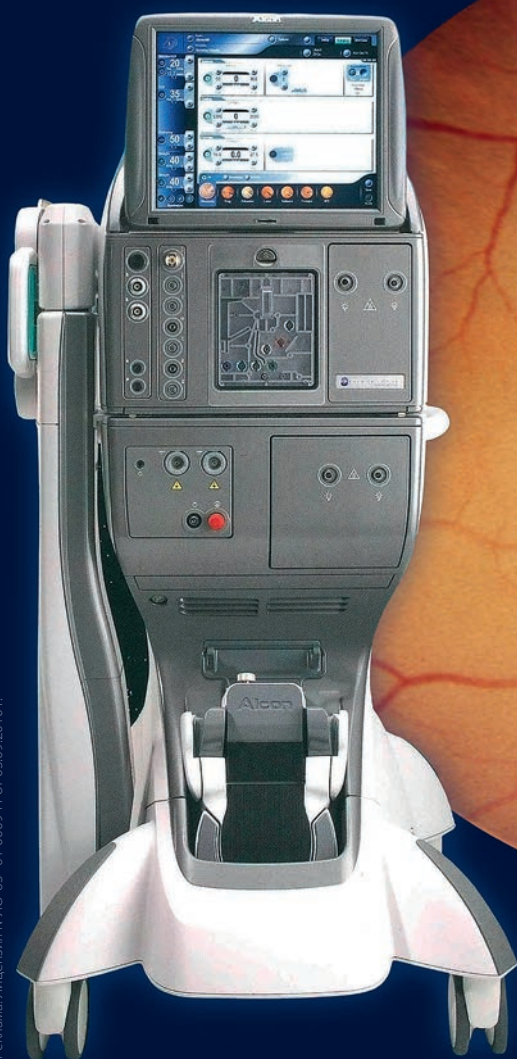
МУЛЬТИФОКАЛЬНЫЕ ТОРИЧЕСКИЕ хрусталики сочетают в себе все преимущества мультифокальных и торических хрусталиков.

Самая современная технология имплантации искусственного хрусталика, позволяющая пациентам получать максимальное зрение.

О ВОЗМОЖНОСТИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

САМАЯ ПЕРЕДОВАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ХИРУРГИИ СЕТЧАТКИ

27 GAUGE



Хирург - доктор медицинских наук
Стебнев Сергей Дмитриевич

МНОГОЛЕТНИЙ ОПЫТ
ХИРУРГИИ СЕТЧАТКИ

ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННОЕ
ОБОРУДОВАНИЕ

ПЕРЕДОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

ОДНОРАЗОВЫЕ
РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Регистрация Лицензия ИРТО-63-01-000944 от 03.09.2010 г.



Офтальмологическая клиника «Хирургия глаза»
Самара, ул. Самарская, 25
Тел. 8 (846) 310-13-42
www.vision63.ru

№4 (6), 2015

здоровье

журнал, который помогает жить здорово

■ медицина
■ красота

НОВОСТИ

Новости. САМАРА..... 14

Новости. РОССИЯ..... 16

Новости. МИР 18

NOTA VENE 22

Как быть здоровым в декабре и январе

ЗДОРОВЬЕ

ВАЖНОЕ

ИТОГИ ГОДА. МАСШТАБ: РОССИЯ 28

Пятнадцать событий медицинской России, которые имеют значение для каждого

ЮБИЛЕИ ГОДА..... 32

7 важных дат самарского здравоохранения

СПЕЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ИТОГИ ГОДА. ГЕРОИ НАШЕГО ВРЕМЕНИ» 33

Владислав Шерстобоев..... 34
Генеральный директор медицинской компании «Мать и дитя – ИДК»

Наталья Солодкова..... 40
Генеральный директор медицинского центра «Открытие»

Татьяна Ларина..... 44
Заведующая патолого-анатомическим отделением больницы №1 им. Н.И. Пирогова

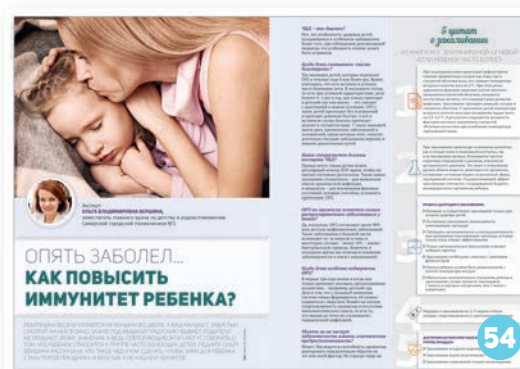
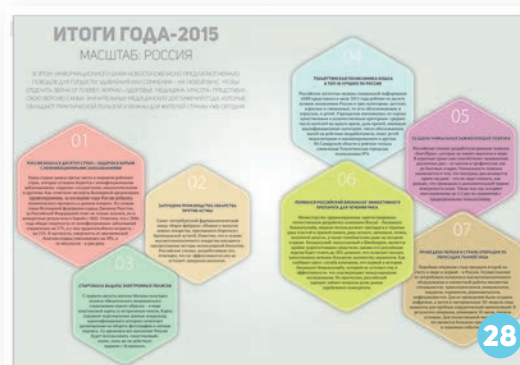
Ирина Колесник..... 44
Врач функциональной диагностики больницы №1 им. Н.И. Пирогова

ДЕТСКОЕ ЗДОРОВЬЕ..... 54

Часто болеющие дети: как повысить иммунитет ребенка

КЛУБ СТОМАТОЛОГОВ 60

Дело в тюбике. Выбираем зубную пасту





Здоровье Детей

медицинский центр

Оформление медицинских карт для детского сада

- ✓ Годовое обслуживание детей по программам от 11000 рублей
- ✓ Комплексное обслуживание детей до 1 года
- ✓ Все виды ультразвуковых исследований
- ✓ Вакцинация отечественными и импортными препаратами
- ✓ Оформление больничных листов
- ✓ Современное оборудование, комфортные условия
- ✓ Индивидуальный подход, гибкие цены

ПРИЕМ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ:

Педиатра
Отоларинголога
Нефролога
Офтальмолога

Кардиолога
Пульмонолога
Гастроэнтеролога
Ортопеда

Невролога
Хирурга
Уролога
Эндокринолога

Дерматолога
Аллерголога-иммунолога
Стоматолога
Услуги массажиста

**Бесплатный
дородовый
патронаж педиатра
для будущих мам**



6-я просека, д. 140, тел.: 8 (846) 200-20-44, 200-50-44
www.zdorovye-detey.ru

МЕДИЦИНА

СТРАХОВКА 64

Зачем нужно добровольное медицинское страхование?

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ 67

Простудные заболевания

КРАСОТА

ЛИКБЕЗ 70

Anti-age: самые эффективные методики омоложения

ОПРОС 78

Ведущие косметологи Самары назвали лучшие процедуры против первых признаков старения

КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

НАВИГАТОР 82

Фитнес-туризм как главная замена курортному отдыху all inclusive

СОБЫТИЯ 86

140-летний юбилей больницы №1 им. Н.И. Пирогова

Конференция «Практические аспекты в акушерстве и гинекологии»

85-летний юбилей клиник СамГМУ

Конференция «Оптимизация питания населения – путь к здоровью»

КНИЖНАЯ ПОЛКА 91

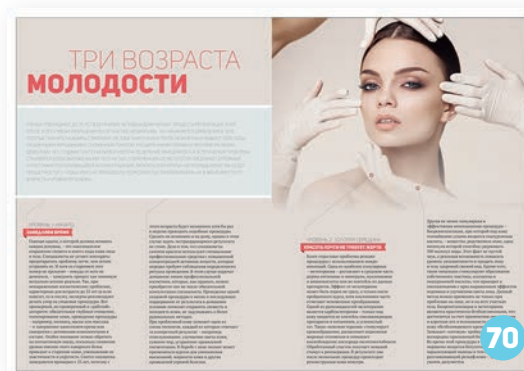
Четыре интересные книги о здоровье

ПЛАНИНГ 92

Мероприятия для медицинских работников, которые стоит внести в свой ежедневник

РАСПРОСТРАНЕНИЕ 96

Места в городе, где можно найти журнал «Здоровье. Медицина. Красота»



BABOR

СОБСТВЕННЫЕ
НАУЧНЫЕ
РАЗРАБОТКИ

ЭТАЛОННАЯ ТОЧНОСТЬ

РЕЗУЛЬТАТЫ

КАЧЕСТВО
«СДЕЛАНО В ГЕРМАНИИ»



ИСКУССТВО ФИЛИГРАННОГО УХОДА ЗА КОЖЕЙ

www.smr.babor-spa.ru

Самара, ул. Рабочая, 26
Тел.: +7 (846) 200-71-71

О ВОЗМОЖНОСТИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ПРОКОЛСОВ И РАЗРЫВОВ КОЖИ

РЕКЛАМА. ЛИЦЕНЗИЯ № ПО-63-01-002850 ОТ 10 НОЯБРЯ 2014 Г.

№4 (6), 2015

здоровье

■ медицина
■ красота

журнал, который помогает жить здорово

УЧРЕДИТЕЛЬ ООО «Горизонт Медиа»

ДИРЕКТОР Альбина Марсовна Голодяевская
ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР Юлия Александровна Мамышева
ДИЗАЙНЕРЫ: Наталья Чернавских
Дарья Воробьева

ОТДЕЛ ПРОДАЖ

КОММЕРЧЕСКИЙ ДИРЕКТОР Яна Саблина
МЕНЕДЖЕРЫ: Елена Смирницкая
Светлана Иванова
Светлана Алмамедова

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ

ТЕКСТЫ: Юлия Мамышева
Светлана Янющкина
Анастасия Курочкина
Елена Еремина
Юлия Беловодова
Маргарита Прасковьяна

КОРРЕКТОР Марина Тимошенко

БРЕНД-МЕНЕДЖЕР Елена Каюкова

ДИСТРИБЬЮТОР Александр Павлов

ФОТО: Архивы пресс-служб
Фотобанк Depositphotos

Периодическое печатное издание. Дата выхода в свет – 04.12.2015.

Тираж – 8000 экз.

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:

Самара, ул. Дыбенко, 30.

Тел. 8 (846) 374-27-86, e-mail: GorizontMedia63@gmail.com.

Отпечатано в типографии ГУП «Издательство «Башкортостан». Уфа, ул. 50-летия Октября, 13. Тел. 272-76-76.

Свидетельство о регистрации средства массовой информации выдано
Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых
коммуникаций по Самарской области ПИ № ТУ 63-00688 от 2 апреля 2014 года.

*Использование выдержек статей и иллюстративного материала
разрешается только с согласия издателя.
Распространяется бесплатно.*



Когда у тебя  
родится дочь,
обещай называть
её принцессой.



247-90-01

www.2poloski.ru



АКУШЕРСТВО И ГИНЕКОЛОГИЯ
(использование вспомогательных
репродуктивных технологий;
прием у врача-акушера-гинеколога)

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО
ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



**ПОЗДРАВЛЯЮ ЧИТАТЕЛЕЙ ЖУРНАЛА «ЗДОРОВЬЕ. МЕДИЦИНА. КРАСОТА»
С НОВЫМ, 2016 ГОДОМ!**

Пусть наступающий год станет годом новых возможностей и достижений, ярких событий и добрых дел. Пусть во всем сопутствуют удача и успех! Искренне желаю благополучия, стабильности и исполнения всего самого заветного. Счастья, доброго здоровья и красоты в новом году!

Ольга Васильевна Кузнецова,
генеральный директор АО «УльяновскФармация»

АО «УльяновскФармация» – государственное фармацевтическое предприятие, более 88 лет обеспечивающее полным комплексом фармацевтических услуг население Ульяновска и районов области, включая самые удаленные. В октябре 2015 года открыты 2 аптеки социального формата в Самаре по адресам:

- ✓ ул. Партизанская, 19 (аптека №312);
- ✓ ул. Георгия Димитрова/Демократическая, 125/23 (аптека №315)



НОВОСТИ

НОВОСТИ. САМАРА

01

ДЕНЬ НЕДОНОШЕННОГО РЕБЕНКА

17 ноября в Самарской областной клинической больнице им. В.Д. Середавина в рамках Международного дня недоношенного ребенка прошел телемост. В этот день в перинатальных центрах страны традиционно проходят встречи неонатологов, пациентов, родившихся когда-то недоношенными, и их родителей. Напомним, в 2012 году Россия перешла на новые критерии регистрации рождений. Теперь учитываются все новорожденные, появившиеся на свет после 22-й недели беременности с массой тела более 500 граммов.

02

МАСТЕР-КЛАССЫ ДЛЯ БУДУЩИХ МАМ

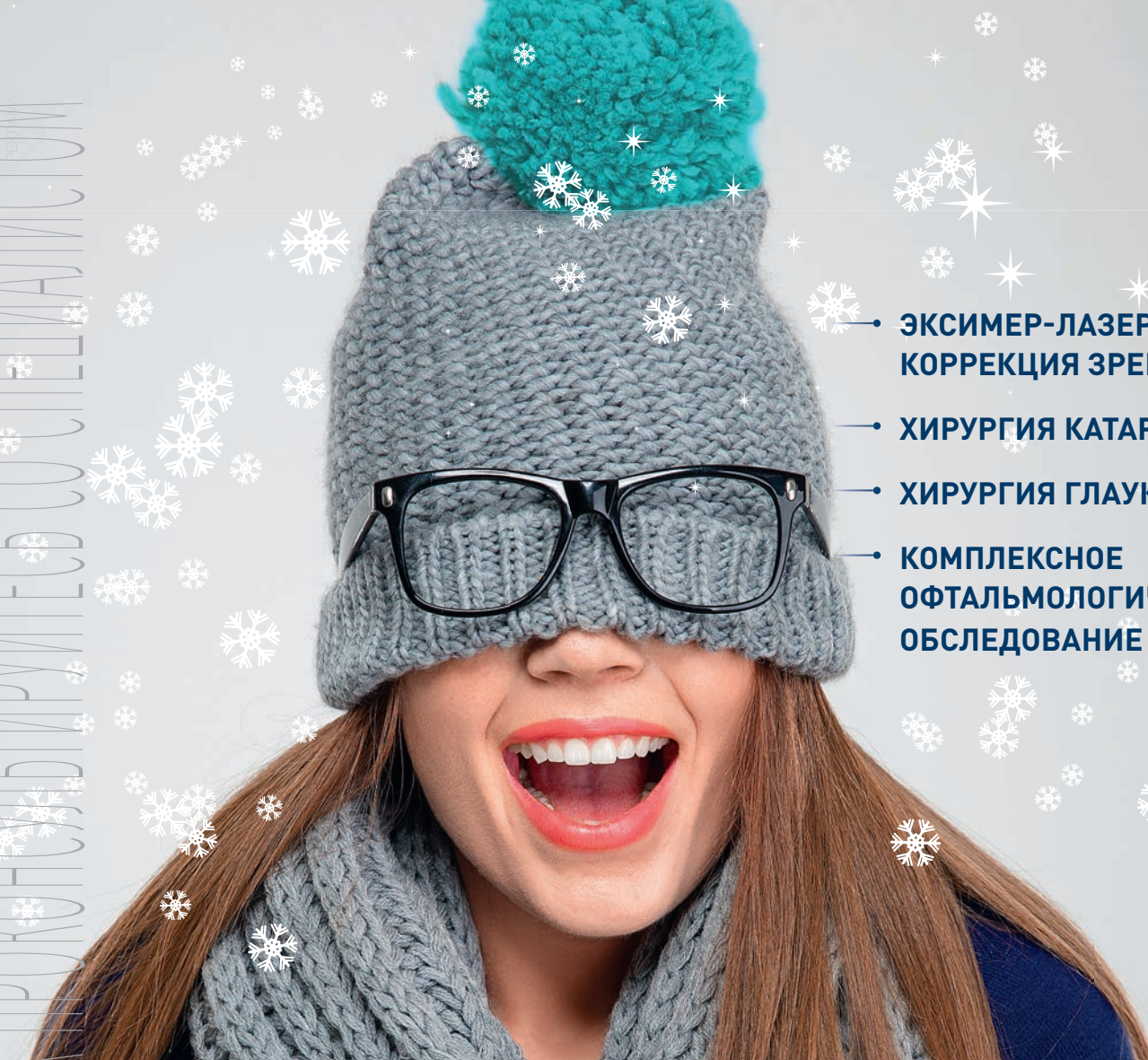
В течение октября компания MOTHERCARE совместно с медицинским центром «Здоровье детей» провела серию мастер-классов для беременных женщин с участием лучших специалистов клиники. Все желающие могли присоединиться к обсуждению таких тем, как вынашивание плода, роды и послеродовой период, грудное вскармливание малыша, купание и правильное пеленание. Мероприятия проходили в магазине MOTHERCARE в ТРЦ «Парк Хаус», а все участники получили ценные подарки.

03

НОВАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В НЕЙРОХИРУРГИИ

В Самарской областной клинической больнице им. В.Д. Середавина осваивают нейромониторинг – технологию, которая позволит врачам контролировать функцию нерва. Это уменьшает риск его повреждения во время различных процедур и операций и позволяет без последствий вылечить опухоль головного, спинного мозга, аневризму и другие заболевания. О новом методе 18 ноября в больнице им. В.Д. Середавина в рамках семинара «Технологии в спинальной и краниальной хирургии» самарским нейрохирургам рассказал Геннадий Николаевич Алексеев – заведующий нейрохирургическим отделением больницы. Затем с помощью нейромониторинга в операционном блоке прооперировали двух пациентов.

ТЕКСТ: АНАСТАСИЯ КУРОЧКИНА



• **ЭКСИМЕР-ЛАЗЕРНАЯ
КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ**

• **ХИРУРГИЯ КАТАРАКТЫ**

• **ХИРУРГИЯ ГЛАУКОМЫ**

• **КОМПЛЕКСНОЕ
ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКОЕ
ОБСЛЕДОВАНИЕ**

**При проведении комплексного
обследования для пациентов ЦКЗ «ОКТОПУС»**

СКИДКА 30%

Порядок оплаты:

*Бесплатно по полису обязательного медицинского страхования (ОМС)

*По программе добровольного медицинского страхования (ДМС)

*За наличный расчет (возможен возврат подоходного налога)



**Офтальмологическая клиника
Центра коррекции зрения
«ОКТОПУС»**

**Комплексное офтальмологическое
обследование**

Самара, ул. Карбышева, 63,
тел.: 8 (846) 22-99-134, 8 (846) 22-99-145
oktopus.rf

Купон

**При проведении комплексного обследования
для ПЕНСИОНЕРОВ**

СКИДКА 50%

НОВОСТИ. РОССИЯ

01

ПОМОЩЬ ОТ ЗВЕЗД МИРОВОГО ШОУ-БИЗНЕСА

Звезды шоу-бизнеса, среди которых находятся Шакира и Джастин Тимберлейк, финансово помогли Томскому научно-исследовательскому институту микрохирургии. Он получил наркозно-дыхательное оборудование стоимостью 130 тыс. евро со сроком службы более 25 лет. Новая техника повысит безопасность операций, которые ежегодно институт бесплатно проводит 50 детям с пороками развития челюстно-лицевой области и конечностей в рамках благотворительной акции «Улыбнись», а также позволит оперировать пациентов даже в возрасте от 10 дней. Томский НИИ микрохирургии за 14 лет провел 12 акций «Улыбнись», в ходе которых было прооперировано более 600 детей со всей России.

02

НОВЫЕ ВАКЦИНЫ ПРОТИВ ВИЧ

По словам главы Минздрава РФ Вероники Скворцовой, в ближайшие два года в России появятся два производства препаратов против ВИЧ, что связано с глобальной политикой импортозамещения. Российские ученые уже создали три профилактические вакцины против ВИЧ, две из которых могут ослабить течение инфекции и ускорить ее регресс. Они прошли первые испытания и доказали свою безопасность, а следующий этап исследований покажет их эффективность. На данный момент на территории России производится восемь препаратов против ВИЧ.

03

РАСШИРЕНИЕ УСЛУГ ПО СИСТЕМЕ ОМС

В 2016 году, по словам директора московского городского фонда ОМС Владимира Зеленского, в систему обязательного медицинского страхования к имеющимся 450 медуслугам добавится еще 50. В основном они будут направлены на лечение онкологических заболеваний. Напомним, до этого расширение услуг по полису произошло в 2014 году. Тогда пациентам стали доступны стентирование и некоторые высокотехнологичные операции по онкологии.

ТЕКСТ: АНАСТАСИЯ КУРОЧКИНА

Российские ученые нашли способ нормализации репродуктивного здоровья женщины

С проблемой бесплодия сталкиваются многие супружеские пары. Жители больших городов все чаще не могут завести ребенка, проводя в бесплодном ожидании несколько лет. Загрязненная промышленным производством экология, стресс, вредные привычки и, конечно, заболевания – все это агрессивно воздействует на репродуктивную функцию женщин.



Женское бесплодие – бич XXI века. В числе факторов, влияющих на неспособность забеременеть, в первую очередь необходимо указать возраст женщины. Учитывая все современные реалии, идеальным для зачатия является возраст от 20 до 30 лет. У молодых девушек менструальные циклы без овуляции наблюдаются 1–2 раза в год, тогда как у взрослых женщин ановуляторные циклы случаются через каждый месяц и чаще. Подобные циклы делают репродуктивную функцию невозможной. Значит, каждый следующий год жизни после 30 лет увеличивает вероятность бесплодия у женщины вдвое.

Существует также ряд других причин женского бесплодия:

1. **Нарушение менструального цикла**, возникающее из-за инфекций органов малого таза, гормональных нарушений, гормональных сбоев в яичниках.
2. **Отсутствие овуляции**, которое может быть вызвано избыточным или недостаточным весом, диетами с жестким ограничением калорий, патологиями щитовидной железы.
3. **Развитие эндометриоза** – заболевания, при котором клетки эндометрия (внутреннего слоя стенки матки) разрастаются за пределами этого слоя.
4. **Злокачественные новообразования органов репродуктивной системы** – опухоли молочных желез, эндометрия, яичников.

Зачастую репродуктивную функцию женщин пробуют продлевать с помощью гормонов. Но применение гормональных препаратов увеличивает риск возникновения злокачественных опухолей. К счастью, эта практика ограничена возрастом женщины и ее индивидуальными особенностями, например, ранним климаксом.

На данном этапе российские ученые нашли еще один способ нормализации репродуктивной функции у женщин натуральными средствами – пептидными биорегуляторами.

Одним из таких средств является «**Овариамин**» – биорегулятор, способствующий нормализации функции яичников. Однако у женщин с гормональными нарушениями состояние здоровья зависит не только от функции яичников – в нормализации нуждается вся эндокринная система. Одним из важнейших органов эндокринной системы является эпифиз – железа, которая регулирует выработку гормона мелатонина. Мелатонин играет особую роль в созревании фолликула и овуляции, так как:

- участвует в синтезе прогестерона и увеличивает его уровень,
- защищает яичники от окислительного стресса,
- способствует улучшению качества яйцеклетки,
- способствует общему омоложению женского организма.

«**Эпифамин**» – биорегулятор эпифиза, способствующий восстановлению функции синтеза мелатонина.



Рекомендуется совместное применение «**Овариамина**» и «**Эпифамина**» при следующих состояниях:

- Синдром истощенных яичников
- Дисфункция яичников
- Гормональное бесплодие
- Подготовка к ЭКО
- В период планирования беременности



ООО «**ЛОНГВИ-ФАРМ**»
www.cytamins.ru

Горячая линия:
8-800-700-06-77

Спрашивайте в:

- сети аптек «**МИЛАНА**», 3370166, 3370837
- сети аптек «**АЛИЯ-ФАРМ**», 8-800-100-269-3

Производитель: ООО «Клиника Института биорегуляции и геронтологии». 191144, Санкт-Петербург, административно-деловой квартал «Невская Ратуша», Девятый переулочек, 11Б, 10-й этаж. тел.: +7 (812) 703-79-75, факс: +7 (812) 703-79-76. Официальный дистрибьютор: ООО «Лонгви-фарм», 115114, Москва, ул. Летниковская, д. 10, стр. 4. тел./факс: +7 (495) 995-09-17. Свидетельство о государственной регистрации № RU.77.99.88.003.Е.003553.02.15 от 12.02.2015 г. RU.77.99.88.003.Е.002885.02.15 от 10.02.2015 г. ПЕКИАМА

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

НОВОСТИ. МИР

01

ПЕРВАЯ В МИРЕ ИНСУЛИНОВАЯ ТАБЛЕТКА

Ученые несколько десятилетий пытались создать таблетку с молекулами инсулина, которые не разрушаются пищеварительными соками. Теперь это впервые удалось медикам из Калифорнийского университета, что значительно облегчит прием инсулина. Уникальное изобретение – это пластырь с молекулами гормона в защитной капсуле, которой не страшен желудочный и кишечный сок. Попадая в тонкий кишечник, «нанопластырь» прикрепляется к его стенкам и проникает в кровотоки. Если таблетка удачно пройдет все испытания, ученые проверят возможность ее использования для доставки других препаратов – гормонов роста, антител и вакцин, которые тоже разлагаются ферментами и кислотами желудка и кишечника.

02

ИЗОБРЕТЕНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ВЫРАЩИВАНИЯ КЛЕТОК ПЕЧЕНИ

Ученые из Израиля под руководством специалистов Еврейского университета открыли способ выращивания человеческих клеток печени – гепатоцитов, регенерируемых при помощи вещества онкостатин М (OSM). Новая технология позволяет получить в лаборатории квадриллион клеток. Для сравнения: из человеческой печени можно получить только 109 млрд. Открытие считается важным, поскольку сделает более эффективными испытания лекарств, биотрансплантатов и других исследований. Отмечается, что до этого вырастить их без потери метаболической функции не удавалось.

03

УВЕЛИЧЕНИЕ ОБЩЕМИРОВОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ ЛЕКАРСТВ

В 2015 году только треть населения Земли постоянно принимала лекарства, потратив на это 1,07 триллиона долларов. К 2020 году же общемировые расходы на лекарства увеличатся до 1,4 триллиона долларов, и более половины людей на Земле будет ежедневно использовать как минимум одно лекарство. Такой прогноз дали эксперты исследовательской компании IMS Health. По их мнению, это связано с повышением доступности дорогих препаратов для пациентов из развивающихся стран.

ТЕКСТ: АНАСТАСИЯ КУРОЧКИНА

ТЫ МЕНЯ УВАЖАЕШЬ?

КАК БЫТЬ, КОГДА НЕЛЬЗЯ НЕ ПИТЬ

«ДИРЕКТОРСКИЙ» И «ВЕЧЕРНИЙ» АЛКОГОЛИЗМ СУЩЕСТВОВАЛИ ВСЕГДА, НО АКТИВНО ЗАГОВОРИЛИ О НИХ ТОЛЬКО В ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ. БЕЗОБИДНОЕ ЖЕЛАНИЕ РАССЛАБИТЬСЯ ПОСЛЕ РАБОЧЕГО ДНЯ ИЛИ ПОДПИСАТЬ ВЫГОДНЫЙ КОНТРАКТ В НЕФОРМАЛЬНОЙ ОБСТАНОВКЕ ПОСТЕПЕННО ПРИВОДИТ К ЗАВИСИМОСТИ И ЗАЧАСТУЮ ТРАГИЧЕСКИМ ПОСЛЕДСТВИЯМ – РАЗБИТЫМ СЕМЬЯМ, РАЗРУШЕННОМУ БИЗНЕСУ, ПОТЕРЕ СОБСТВЕННОГО «Я». ЧТОБЫ ЭТОГО НЕ ПРОИЗОШЛО, МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР «ОТКРЫТИЕ» ПРЕДЛАГАЕТ УНИКАЛЬНУЮ МЕТОДИКУ ЛЕЧЕНИЯ – ТЭС-ТЕРАПИЮ.

Обычно «директорский» алкоголизм формируется среди деловых людей – тех, в чьей жизни принято отмечать сделки, заключение договоров и прочие бизнес-успехи. И несмотря на то, что выпивает такой человек фактически вынужденно – под влиянием обстоятельств, организм не делает на это скидку, постепенно попадая в алкогольный плен.

Главная проблема в том, что люди ошибочно используют алкоголь в качестве антидепрессанта. Но все совсем наоборот: алкоголь – сильнейший депрессант. Почему же тогда он поднимает настроение? Дело в том, что, проникая в мозг, алкоголь заставляет его усиленно вырабатывать гормоны радости эндорфины. Фактически мы крадем у себя хорошее настроение завтрашнего дня: ведь следующим утром мозг не сможет выработать эти гормоны в привычном объеме, с трудом восстанавливая свою работу. Отсюда – упадок, подавленное настроение, депрессия. Чтобы избавиться от этих ощущений, человек снова прибегает к алкоголю. Проблема, приведшая к подавленному состоянию, при этом не решается, а привычка спасаться алкоголем остается. Ловушка захлопнулась.

В таком состоянии становится все труднее вести прежний напряженный образ жизни делового человека. В этом случае чем раньше человек обратит внимание на свою алкогольную зависимость и прибегнет к помощи специалиста, тем больше шансов сохранить здоровье и карьеру.

Сегодня в наркологии совершен прорыв. Учеными открыт способ безмедикаментозного лечения алкоголизма – ТЭС-терапия (тренинг эндорфинной системы), разработанный отечественным нейрофизиологом В.П. Лебедевым. Это абсолютно физиологичный, современный и безопасный способ лечения алкоголизма. Изобретение получило мировое признание и было отмечено множеством наград и премий.

Результат – восстановление способности мозга вырабатывать собственные эндорфины (угнетение этой функции и лежит в основе формирования алкогольной зависимости) и снижение патологического влечения к алкоголю на физиологическом уровне.

Огромным преимуществом ТЭС-терапии является то, что она дает мощный скачок здоровья. Помимо решения проблем с алкоголем она улучшает деятельность сердца и сосудов, нормализует артериальное давление, регенерирует клетки печени – гепатоциты.

После прохождения лечения пациент перестает пить не потому, что он закодирован и алкоголь ему противопоказан, а потому, что, если захочет и выпьет, удовольствия от спиртного не получит. Это помогает утратить прежний смысл пьянки, действовать в отношении алкоголя только разумно и сознательно, а значит, обойтись без кодирования, самостоятельно контролировать дозу спиртного и с гордостью сказать: «Я свою меру знаю!».



Новогодняя акция

Только до 15.01.2016 г. –
консультация
нарколога бесплатно.
Время пришло –
откройте для себя
новую, счастливую
жизнь!

Применимы ли к вам следующие выражения:

- А) «У меня на работе – сплошной стресс»
- Б) «Удачную сделку грех не обмыть»
- В) «Важные переговоры лучше идут «под рюмочку»
- Г) «Я употребляю только качественный, дорогой алкоголь»
- Д) «Подчиненным меня не понять, я смогу остановиться, как только захочу»

Если вы ответили утвердительно на три и более вопросов, можно констатировать, что вы попались на прочный крючок «директорского» алкоголизма.

Свяжитесь с нами сейчас и узнайте подробнее о методе избавления от зависимости и специальных условиях в медицинском центре «Открытие» по телефону в Самаре (846) 229-55-99.

РЕКЛАМА. Лицензия № ПО-63-01-00390 от 27.07.2015 г.

Самара,
ул. Степана Разина, 174,
тел. 8 (846) 229-55-99
www.otkritie63.ru



ОТКРЫТИЕ
медицинский
центр

Эксперт:

СЕРГЕЙ ВАЛЕРЬЕВИЧ МИНЕЕВ,

.....
директор и главный врач Самарского центра
дентальной имплантации, ведущий хирург-
имплантолог высшей категории, член
международных сообществ и ассоциаций
врачей-стоматологов, автор научных статей

САМАРСКИЙ ЦЕНТР ДЕНТАЛЬНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ:

**«БЕЗНАДЕЖНЫХ СЛУЧАЕВ
НЕ БЫВАЕТ!»**

САМАРСКИЙ ЦЕНТР ДЕНТАЛЬНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ БЕЗ МАЛОГО ДЕВЯТЬ ЛЕТ ПРЕДЛАГАЕТ ЖИТЕЛЯМ ГОРОДА НЕ ТОЛЬКО СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ПРОТЕЗИРОВАНИЯ, НО И ВЕСЬ СПЕКТР СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ. ЛЕЧЕНИЕ, ПРОТЕЗИРОВАНИЕ, ХИРУРГИЯ, ОРТОДОНТИЯ – ЗДЕСЬ ГОТОВЫ СПРАВИТЬСЯ С ЛЮБОЙ ПРОБЛЕМОЙ. НЕСЛУЧАЙНО ЦЕНТР ИМЕЕТ ОСОБЕННУЮ РЕПУТАЦИЮ – СТОМАТОЛОГИИ, ГДЕ МОГУТ ИСПРАВИТЬ ДАЖЕ БЕЗНАДЕЖНУЮ СИТУАЦИЮ. ДИРЕКТОР И ГЛАВНЫЙ ВРАЧ СЦДИ СЕРГЕЙ МИНЕЕВ РАССКАЗАЛ, ПОЧЕМУ ПРОФЕССИОНАЛИЗМ ВАЖНЕЕ ОБОРУДОВАНИЯ И ЗАЧЕМ В ЦЕНТРЕ ОБУЧАЮТ СВОИХ КОНКУРЕНТОВ.

ОБРАЗОВАНИЕ ДАТСТВО ПОТОМУ ЧТО ДАВАЮТ ПРОСЯКАЮЩЕГО ИЛИ ТИПОВЫЕ СО СЛУШАТЕЛЕМ

ЦЕНТР ДЕНТАЛЬНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ – ОДНО ИЗ НЕМНОГИХ УЧРЕЖДЕНИЙ, ГДЕ ВЕДЕТСЯ ОБУЧЕНИЕ СТОМАТОЛОГОВ ИЗ ДРУГИХ КЛИНИК. РАЗВЕ ТЕМ САМЫМ ВЫ НЕ СОЗДАЕТЕ СЕБЕ КОНКУРЕНТОВ?

Есть понятие здоровой конкуренции, и мы придерживаемся его логики. От этого никуда не деться – с каждым годом молодых и талантливых специалистов становится все больше. Наш обучающий центр готов помочь им в развитии и дать возможность совершенствоваться в мастерстве. Мы рассуждаем так: больше хороших специалистов – больше здоровых людей. А это совсем не пустая трата времени. Словом, если относиться к конкуренции правильно, то можно превратить ее в хороший стимул для самого себя. Постоянное развитие – пожалуй, второй по значимости момент в стоматологии.

А ПЕРВЫЙ?

Главное, на мой взгляд, – исключить осложнения. Как говорится в клятве Гиппократов – не навреди! В этом и заключается смысл нашей работы. Я и доктора центра беремся за лечение, только полностью спрогнозировав результат. Мы подбираем методики и варианты лечения индивидуально каждому пациенту, соблюдая правильность выполнения процедур, стерильность и безопасность. Неопределенности нет места в нашем деле. Никогда не следует забывать о целесообразности и нужности любой манипуляции: доктор может владеть самыми новомодными и дорогостоящими методиками, но не стоит применять их только из-за того, что он это умеет, если пациенту поможет и простое решение.

А ОБОРУДОВАНИЕ? НАСКОЛЬКО ОНО ПОЗВОЛЯЕТ УЛУЧШИТЬ КАЧЕСТВО РАБОТЫ?

Ни в коем случае не отрицаю важность технической базы – очевидно, что современные инструменты помогают решать проблемы гораздо эффективнее, чем пятнадцать лет назад. Но не менее важен и профессионализм врачей. Можно оборудовать клинику по последнему слову стоматологии, применять самые дорогие материалы, изощряться с новинками, но в том нет смысла, если врач не владеет методикой в совершенстве, если он непрофессионал.

ЧТО ДЛЯ ВАС ЗНАЧИТ «ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ВРАЧ»?

Такой доктор не только владеет всеми необходимыми навыками, но еще является немного и психологом. Он находит к каждому индивидуальный подход, чтобы пациент ушел довольным. Я не устаю повторять: улыбающийся, счастливый пациент – лучший показатель работы доктора. И со своей стороны, со стороны клиники, я предоставляю сотрудникам все условия для обучения и саморазвития. Развиваясь сами, они развивают и клинику.

ПОЭТОМУ ВЫ БЕРЕТЕСЬ ЗА ТЕ СЛУЧАИ, ОТ КОТОРЫХ ОТКРЕЩИВАЮТСЯ В ДРУГИХ КЛИНИКАХ?

Действительно, мы работаем с самыми серьезными проблемами, даже когда и сам пациент убежден, что имплантация не для него. В нашей клинике он не услышит приговор: «Забудьте об имплантации, вам подойдет только съемный протез!». В нашей практике были примеры безнадежных, казалось бы, ситуаций.

НАПРИМЕР?

Сильная атрофия костной ткани из-за долгого отсутствия зубов или близкое расположение нерва, препятствующее установке имплантатов. Да, не спорю, лечение было длительным, но благодаря терпению и огромному желанию пациентов все получилось. Я считаю, что если у пациента нет абсолютных противопоказаний к имплантации, ему можно помочь, каким бы тяжелым ни был его случай.

В ЧЕМ ЖЕ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ ВАШ СЕКРЕТ УСПЕХА?

Наверное, в комбинации методов, усовершенствованных за годы моей практики. И еще в моей уверенности, что я могу гарантировать пациенту положительный результат, обусловленный уровнем работы наших стоматологов и высоким качеством продукции партнеров-производителей.

С КЕМ ИЗ НИХ ВЫ РАБОТАЕТЕ?

Мы устанавливаем немецкие имплантаты Semados, производитель которых – компания BEGO – существует на международном рынке с 1992 года. Наш центр является их официальным дилером в Самаре, и за долгое время сотрудничества они ни разу не подвели наше доверие. Имплантаты Semados – один из залогов качества нашей работы, поскольку мы предоставляем на них двадцатилетнюю гарантию. За время моей работы с этой системой – а это уже 9 лет – мной установлено порядка 3500 имплантатов. Встречая своих прежних пациентов, я слышу положительные отзывы и вижу, как улучшилось качество их жизни, ведь они забыли о своих проблемах с зубами. Наши партнеры в Москве – это дилер системы имплантации Semados – компания «Мегастом» и ее руководитель Федор Федорович Лосев. Это уникальный человек – заслуженный деятель науки Российской Федерации, заслуженный стоматолог РФ, главный стоматолог ГМУ Управления делами президента РФ, доктор медицинских наук, профессор. Эти имплантаты установлены им у первых лиц нашего государства и многих известных людей. Я знаком с ним довольно давно и когда-то начал работать с системой имплантации Semados, доверившись его выбору. И, как показала практика, не ошибся.

САМАРСКИЙ ЦЕНТР
ДЕНТАЛЬНОЙ
ИМПЛАНТАЦИИ
СУЩЕСТВУЕТ С 2007 ГОДА.



САМАРСКИЙ
ЦЕНТР ДЕНТАЛЬНОЙ
ИМПЛАНТАЦИИ

Самара, ул. Советской Армии, 223,
тел.: (846) 932-23-20, 932-23-21
www.samara-cdi.ru

СЕМЬ СПОСОБОВ НЕ ВПАСТЬ В ЗИМНЮЮ СПЯЧКУ, А ТАКЖЕ НАПОЛНИТЬ МОНОХРОМНЫЕ ПЕЙЗАЖИ ЯРКИМИ КРАСКАМИ И ТЕПЛЫМИ ВПЕЧАТЛЕНИЯМИ.

Nota Bene*

*НА ЗАМЕТКУ

ЗДОРОВАЯ ЖИЗНЬ
В ДЕКАБРЕ И ЯНВАРЕ

ОЧИЩЕНИЕ
NB!
ОРГАНИЗМА

КРАСОТА

Пройти детокс-программу

Обычно желание пройти очищающие организм процедуры возникает после новогодних праздников. Однако подобная диета, утверждают ученые, должна применяться осенью и в начале зимы. Именно тогда избавление от вредных веществ поможет наиболее эффективно бороться с инфекциями и хорошо укрепит иммунитет. Очистить тело и лицо от накопившихся токсинов можно и в домашних условиях, но лучше – под наблюдением специалистов, в клинике или салоне. Например, можно выбрать удобную двухдневную программу на уик-энд.



ОТДЫХ

Попробовать джоггинг

Несмотря на желание навсегда слиться с пледом в кресле, именно в холодные сезоны необходимы физические упражнения. Например, джоггинг подходит для людей разного возраста и уровня физической подготовки. Заниматься им можно в любую погоду, и для этого не нужны особые спортивные навыки. Джоггинг полезен для крепкого здоровья и для хорошего настроения, а в сочетании с правильным питанием поможет поддерживать идеальную фигуру (что, конечно, поднимет настроение еще больше).



ЗДОРОВЬЕ

Найти новые рецепты печенья

Диетические – для желающих похудеть, с сухофруктами, с орехами и глазурью – для сладкоежек, со сливочным сыром – для гурманов. Да мало ли прекрасных рецептов любимого лакомства! Независимо от того, какой из них будет выбран, приготовление печенья – прекрасный способ провести время с родными и друзьями и хотя бы ненадолго вернуться в детство.





ЗДОРОВЬЕ

Обратить внимание на свеклу

Ярко-алый спаситель от дефицита света, свекла помогает организму правильно настроиться на работу в осенне-зимнюю пору. Она положительно влияет на работу желудочно-кишечного тракта, избавляет от плохого настроения, повышает стрессоустойчивость и укрепляет иммунитет.

ОТДЫХ

Написать книгу

Если физическая активность в холод падает, то интеллектуальная жизнь, напротив, расцветает. Не имеет никакого значения, есть ли у вас специальное образование и опыт. Написать сказку вместе с ребенком, мемуары, отгородившись ноутбуком от всего мира, или авантюрную пьесу вместе с друзьями может попробовать каждый.



ЗАПАХ
НВ!
СЧАСТЬЯ

КРАСОТА

Приобрести интерьерные ароматы

Тростниковые диффузоры, свечи, саше – современные интерьерные ароматы создадут настроение вашего дома. Давно доказано, что запахи влияют на эмоции и образ мыслей человека – так почему бы не побаловать себя сложной парфюмерной композицией, в основе которой лежит гармония ароматов теплого вечера на морском берегу или разнотравья Прованса.

КРАСОТА

Открыть для себя светотерапию

Новый прибор от компании Zepter – «Биоптрон MedAll» – сочетает в себе лечебные и эстетические свойства, став настоящим хитом домашней медицинской техники во всем мире. В основе его действия – излучение поляризованного полихроматического света. Благодаря этому аппарат обладает выраженным омолаживающим и регенерирующим действием: он разглаживает морщины, заживляет раны и снимает болевой синдром. Светотерапия «Биоптрон» доказанно улучшает микроциркуляцию крови, гармонизирует метаболические процессы и укрепляет защитную систему организма, что особенно важно в зимние месяцы. Самарский филиал ООО «Центер Интернациональ», тел. 89277427034.



ДИАБЕТИЧЕСКАЯ РЕТИНОПАТИЯ

ДИАБЕТИЧЕСКАЯ РЕТИНОПАТИЯ – СЕРЬЕЗНОЕ И ОПАСНОЕ МИКРОСОСУДИСТОЕ ОСЛОЖНЕНИЕ САХАРНОГО ДИАБЕТА – ЯВЛЯЕТСЯ ОДНОЙ ИЗ ПЕРВЫХ ПРИЧИН НЕОБРАТИМОЙ СЛЕПОТЫ ВО ВСЕМ МИРЕ. В САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ СПЕЦИАЛИСТЫ ОФТАЛЬМОЭНДОКРИНОЛОГИЧЕСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ СОКОБ ИМ. Т.И. ЕРОШЕВСКОГО ЕЖЕГОДНО ПОМОГАЮТ БОЛЕЕ 11 000 ПАЦИЕНТОВ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ. ЗДЕСЬ ИМ КАЧЕСТВЕННО ОКАЗЫВАЮТ НЕОБХОДИМЫЕ ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛУГИ – ОТ УГЛУБЛЕННОГО ОБСЛЕДОВАНИЯ ДО ЛАЗЕРНОГО МИКРОХИРУРГИЧЕСКОГО ЛЕЧЕНИЯ.



Эксперт:

Альфия Гумаровна Исхакова,
заведующая офтальмоэндокринологическим
отделением ГБУЗ «СОКОБ им. Т.И. Ерошевского»,
врач-офтальмоэндокринолог

•01

КАК САХАРНЫЙ ДИАБЕТ ВЛИЯЕТ НА ЗРЕНИЕ?

Нарушенный обмен веществ и воздействие избытка глюкозы вызывают функциональные изменения в стенке сосудов сетчатки, что может привести к развитию макулярного отека, кровоизлияниям и даже к отслойке сетчатки. В итоге пациенты с сахарным диабетом слепнут в 25 раз чаще, чем другие люди.

•02

КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ ПОТЕРЮ ЗРЕНИЯ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ?

Опасность диабетической ретинопатии состоит в том, что она чаще всего протекает бессимптомно. Ухудшение зрения появляется на поздних стадиях болезни, когда они уже в большинстве своем необратимы.

Вы должны обратиться к офтальмологу сразу же (или как можно раньше) после установления диагноза «сахарный диабет». Чем дольше у вас сахарный диабет, тем выше вероятность развития серьезной глазной патологии. Только регулярные офтальмологические осмотры помогут вовремя обнаружить изменения на глазном дне, своевременно установить диагноз и провести необходимое лечение.

•03

КУДА ОБРАЩАТЬСЯ ПАЦИЕНТАМ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ ГЛАЗНОЙ ПАТОЛОГИИ?

Очень важно, чтобы пациенты с сахарным диабетом наблюдались у офтальмологов, специализирующихся на патологии глазного дна (ретинологи) и имеющих необходимое диагностическое оборудование для проведения таких исследований.

В Самарской области с 2011 года в СОКОБ им. Т.И. Ерошевского работает офтальмоэндокринологическое отделение, специализирующееся на патологии сетчатки. Здесь оказывают комплексную офтальмологическую помощь пациентам с сахарным диабетом, которая включает в себя консультативный прием, лазерное микрохирургическое лечение, динамическое ведение пациентов. Ежегодно в отделении получают необходимую помощь более 11 000 пациентов, проводятся примерно 5 000 лазерных коагуляций.

В арсенале отделения имеется все необходимое современное диагностическое оборудование для проведения обследования глазного дна и выявления сопутствующих патологий органа зрения, в том числе таких процедур, как оптическая когерентная томография (ОСТ), флюоресцентная ангиография, а также ультразвуковых исследований, позволяющих выявить изменения, неразличимые при стандартном обследовании.

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ — эндокринное заболевание, развивающееся вследствие недостатка инсулина или нарушения его взаимодействия с клетками организма, в результате чего появляется стойкое увеличение содержания глюкозы в крови (гипергликемия). Заболевание характеризуется хроническим течением, нарушением всех видов обмена веществ и грозит развитием серьезных осложнений, в первую очередь со стороны глаз, почек, сосудов, нервной системы.

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОСЛОВИТИХ ПРОКОНСУЛТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

04

КАК ЛЕЧИТЬ ДИАБЕТИЧЕСКУЮ РЕТИНОПАТИЮ?

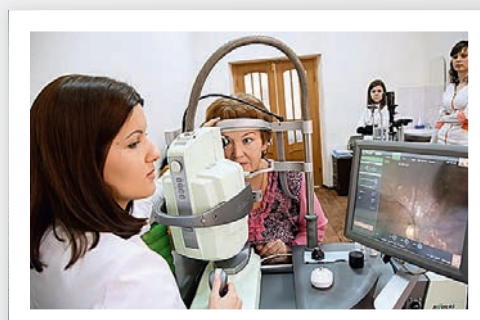
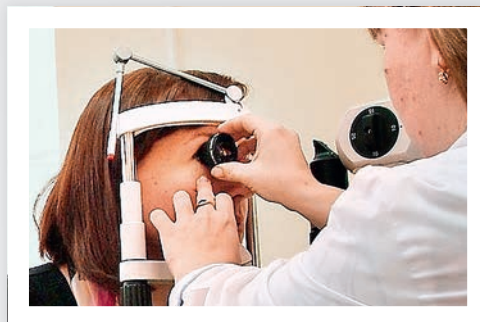
Лазерная коагуляция сетчатки в настоящее время является единственным доказанным эффективным методом лечения диабетической ретинопатии. Эта процедура, своевременно и квалифицированно выполненная на ранних стадиях диабетической ретинопатии, позволяет сохранить зрение у 80–97% больных в течение 10–12 лет.

Лазеркоагуляция заключается в воздействии лазерного луча на поверхность сетчатки и направлена в первую очередь на блокирование сосудов, имеющих патологическую проницаемость, уменьшение выработки вещества, стимулирующего разрастание новообразованных сосудов и улучшение кровоснабжения здоровой части сетчатки.

В СОКОБ им. Т.И. Ерошевского лазерное лечение пациентов с диабетической ретинопатией впервые в РФ проводится с помощью уникальной роботизированной лазерной системы Navilas, которая автоматизирует процесс нанесения лазерных коагулятов на сетчатку, повышая точность и эффективность процедуры, и позволяет сократить лазерное лечение до 1–2 сеансов, что практически невозможно на других лазерах.

Система слежения за микродвижениями глаза и точная дозировка лазерного импульса позволяют выбрать максимально комфортный для пациента режим процедуры, исключают риск попадания лазера на нежелательные точки сетчатки и термическое повреждение других тканей. Процедура длится не более 15 минут и абсолютно безболезненна для пациента.

Помните: только своевременная диагностика и лечение на ранних стадиях лежат в основе профилактики слепоты при сахарном диабете.



КАК ЧАСТО НЕОБХОДИМО ПРОХОДИТЬ ОСМОТР У ОФТАЛЬМОЛОГА ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ?

В детстве (до пубертатного периода)	Через 5 лет после постановки диагноза
При отсутствии диабетической ретинопатии	Не реже 1 раза в год
Непролиферативная форма диабетической ретинопатии	Не менее 2 раз в год
Макулярный отек (препролиферативная, пролиферативная диабетическая ретинопатия)	Каждые 3–4 месяца
Беременность при сахарном диабете	До начала беременности, затем каждый триместр



ГБУЗ «Самарская областная клиническая офтальмологическая больница им. Т.И. Ерошевского»

Справочная служба: 8 (846) 323-00-00
Офтальмоэндокринологическое отделение:
8 (927) 208-19-12, 8 (846) 248-19-12
Регистратура: 8 (846) 323-00-61 (-62, -63)
www.zrenie-samara.ru

*Уникальные книги
про уникальных людей,*
которые дарят эмоции

книги на заказ

Издательский дом «Горизонт Медиа»
Самара, ул. Дыбенко, 30,
тел.: 8 (846) 374-27-86, 8-917-013-15-15,
www.zmk63.ru, zmk63.ru



ЗДОРОВЬЕ

ИТОГИ ГОДА-2015

МАСШТАБ: РОССИЯ

В ЭПОХУ ИНФОРМАЦИОННОГО ШУМА НОВОСТИ ЕЖЕЧАСНО ПРЕДЛАГАЮТ НЕМАЛО ПОВОДОВ ДЛЯ ГОРДОСТИ, УДИВЛЕНИЯ ИЛИ СОМНЕНИЯ – НА ЛЮБОЙ ВКУС. ЧТОБЫ ОТДЕЛИТЬ ЗЕРНА ОТ ПЛЕВЕЛ, ЖУРНАЛ «ЗДОРОВЬЕ. МЕДИЦИНА. КРАСОТА» ПРЕДСТАВИЛ СВОЮ ВЕРСИЮ САМЫХ ЗНАЧИТЕЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ДОСТИЖЕНИЙ ГОДА, КОТОРЫЕ ОБЛАДАЮТ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОЛЬЗОЙ И ВАЖНЫ ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ СТРАНЫ УЖЕ СЕГОДНЯ.

01

РОССИЯ ВОШЛА В ДЕСЯТКУ СТРАН – ЛИДЕРОВ В БОРЬБЕ С НЕИНФЕКЦИОННЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

Наша страна заняла третье место в мировом рейтинге стран, которые успешно борются с неинфекционными заболеваниями: сердечно-сосудистыми, онкологическими и другими. Как отметили эксперты Всемирной организации здравоохранения, за последние годы Россия добилась значительного прогресса в данном вопросе. По словам главы Всемирной федерации сердца Джоанна Ралстон, за Российской Федерацией стоят не только лозунги, но и конкретные результаты в борьбе с НИЗ. Отметим, что с 2006 года общая смертность от неинфекционных заболеваний сократилась на 17%, а у лиц трудоспособного возраста – на 25%. В частности, смертность от ишемической болезни сердца уменьшилась на 18%, а от инсультов – в два раза.

02

ЗАПУЩЕНО ПРОИЗВОДСТВО ЛЕКАРСТВА ПРОТИВ АСТМЫ

Санкт-петербургский фармакологический завод «Фарм-фабрика» объявил о выпуске нового лекарства, призванного бороться с бронхиальной астмой. Известно, что в основе высокотехнологичного лекарства находятся прогрессивные методы молекулярной биологии. Российские ученые, разработавшие его, отмечают, что по эффективности оно не уступает западным аналогам.

03

СТАРТОВАЛА ВЫДАЧА ЭЛЕКТРОННЫХ ПОЛИСОВ

С первого августа жители Москвы получают полисы обязательного медицинского страхования нового образца – в виде пластиковой карты со встроенным чипом. Карта содержит персональные данные владельца, идентифицировать которого помогают размещенная на обороте фотография и личная подпись. Со временем все население России будет использовать «пластиковый» полис, пока же он действует наравне с бумажным.

04

ТОЛЬЯТТИНСКАЯ ПОЛИКЛИНИКА ВОШЛА В ТОП-10 ЛУЧШИХ ПО РОССИИ

Российское агентство медико-социальной информации АМИ представило в июле 2015 года рейтинг из десяти лучших поликлиник России в трех категориях: детские, взрослые и смешанные, то есть обслуживающие и взрослых, и детей. Учреждения оценивались по сорока качественным и количественным критериям: среднее число жителей на одного врача; доля врачей, имеющих квалификационные категории; число обоснованных жалоб на действия медработников; охват детей медосмотрами и вакцинированием и другим.

Из Самарской области в рейтинг попала смешанная Тольяттинская городская поликлиника №4.

05

СОЗДАНА УНИКАЛЬНАЯ ЗАЖИВЛЯЮЩАЯ ПОВЯЗКА

Российские ученые разработали раневые повязки «ХитоПран», которые не имеют аналогов в мире. В короткие сроки они способствуют заживлению различных ран – от ожогов и трофических язв до бытовых ссадин. Уникальность повязки заключается в том, что материал рассасывается прямо на ране – его не надо снимать, как раньше, что приводило к дополнительной травме поверхности кожи. Также ноу-хау ускоряет восстановление до 2,5 раз по сравнению с традиционными технологиями.

06

ПОЯВИЛСЯ РОССИЙСКИЙ БИОАНАЛОГ ЭФФЕКТИВНОГО ПРЕПАРАТА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ РАКА

Министерство здравоохранения зарегистрировало отечественную разработку компании Biosad – биоаналог бевацизумаба, широко используемого препарата в терапии рака толстой и прямой кишки, рака легкого, яичников, почки, молочной железы, а также глиобластомы даже на поздних стадиях. Бевацизумаб, выпускаемый в Швейцарии, является крайне дорогостоящим средством, однако его российская версия будет стоить до 30% дешевле, что позволит оказать качественное лечение большему количеству пациентов. Как сообщает пресс-служба компании, это первый в истории биоаналог бевацизумаба, который не уступает ему в эффективности, что подтверждают международные исследования. По прогнозам, российский вариант займет немалую долю рынка зарубежного конкурента.

07

ПРОВЕДЕНА ПЕРВАЯ В СТРАНЕ ОПЕРАЦИЯ ПО ПЕРЕСАДКЕ ТКАНЕЙ ЛИЦА

Подобная операция стала тридцать второй по счету в мире и первой – в России. Осуществление ее потребовало комплекса высокотехнологичного оборудования и совместной работы множества специалистов: трансплантологов, иммунологов, хирургов, терапевтов, реаниматологов, инфекционистов. Для ее проведения были созданы цифровые, а затем и материальные 3D-модели лица пациента для пробных хирургических манипуляций. В результате операция, длившаяся 18 часов, прошла успешно. Для отечественной медицины это является большим прорывом и знаковым событием.

08

**РОССИЙСКИЙ НЕЙРОХИРУРГ ПОЛУЧИЛ ПРЕСТИЖНУЮ
МЕЖДУНАРОДНУЮ ПРЕМИЮ**

Известный во всем мире врач-нейрохирург, академик РАН и РАМН Александр Коновалов удостоен медали Международной федерации нейрохирургических обществ. Данная организация была основана в 1955 году. Сегодня она объединяет 5 континентальных ассоциаций и 115 национальных нейрохирургических обществ, в состав которых входит более 30 тысяч нейрохирургов. Церемония награждения российского специалиста, посвятившего более 60 лет жизни медицине, состоялась в Риме.

09

**РОССИЯ ЗАНЯЛА ЧЕТВЕРТОЕ МЕСТО В МИРЕ ПО
ЧИСЛУ ОПЕРАЦИЙ ПО КОХЛЕАРНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ
ДЛЯ ГЛУХИХ ДЕТЕЙ**

Каждый год в стране проводится более 1 300 подобных операций, почти 90% пациентов которых составляют дети. В результате такого лечения малыши, рожденные с полной глухотой, получают возможность слышать. Отметим, что операции проводятся абсолютно бесплатно, несмотря на довольно высокую стоимость – более одного миллиона рублей вместе со стоимостью имплантируемой системы.

10

**ТРИ РОССИЙСКИЕ ЛАБОРАТОРИИ ПО ДИАГНОСТИКЕ
ТУБЕРКУЛЕЗА ОТМЕЧЕНЫ ВОЗ**

Лаборатории были признаны центрами передового опыта сети супра-национальных референс-лабораторий ВОЗ, что подтверждают соответствующие сертификаты – это свидетельствует о высоком уровне диагностики туберкулеза в России. Очевидно, именно поэтому за последние восемь лет удалось снизить смертность от туберкулеза более чем на 50%, а заболеваемость – на 28%. Решение о присвоении российским лабораториям сертификатов было принято на основе визита экспертов ВОЗ в декабре 2014 года, в ходе которого оценивались способности лабораторий к обработке диагностических материалов, проведению культуральных, молекулярно-генетических методов диагностики туберкулеза, исследованию лекарственной чувствительности и проведению мероприятий внешней оценки качества.

11

СИСТЕМА ОМС БУДЕТ ДОПОЛНЕНА

В 2016 году в систему обязательного медицинского страхования войдет 50 видов высокотехнологичной помощи – преимущественно они затронут онкологические заболевания.

12

**ТОМСКИЕ УЧЕНЫЕ ПРЕДЛОЖИЛИ НОВЫЙ СПОСОБ
ВВЕДЕНИЯ ИНСУЛИНА**

На 64-м Всемирном салоне инноваций, научных исследований и новых технологий «Брюссель – Иннова/Эврика-2015» Томский государственный университет был отмечен золотой медалью.

Награда была присуждена за разработку нового способа введения инсулина и предназначенного для этого устройства.

Новый метод состоит в наклеивании на кожу пациента аппликатора из пористого никелида титана толщиной от 0,2 до 1 мм, предварительно замоченного в инсулине. Устройство фиксируют как часы на руке, после чего нагревают с помощью инфракрасного излучения. Благодаря такому подходу инсулин быстро попадает в организм корректным способом – без термического повреждения кожи. Инновация призвана избавить человека, больного диабетом, от частых инъекций и связанного с этим психологического дискомфорта.

13

В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ НАПЕЧАТАЛИ ПРОТЕЗ СУСТАВА

В Санкт-Петербургском политехническом университете Петра Великого на 3D-принтере впервые в России напечатали протез тазобедренного сустава из титанового сплава. Данная технология разрабатывалась около шести месяцев. Она позволяет создать индивидуальный сустав, что актуально для тех пациентов, кому не подходят типовые протезы. Отмечается, что российская разработка значительно дешевле европейских аналогов, стоимость которых доходит до десятков тысяч долларов.

14

**НАША СТРАНА ВОШЛА В ЧИСЛО ЛИДЕРОВ ПО
ОЖИДАЕМОЙ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ ЖИЗНИ**

В августе 2015 года авторитетный медицинский журнал Lancet опубликовал результаты масштабного международного проекта по оценке ожидаемой продолжительности жизни и ожидаемой продолжительности здоровой жизни в 188 странах мира. В этом списке Россия занимает четвертое и пятое места по приросту этих показателей соответственно. По данным международных экспертов, в нашей стране рост ожидаемой продолжительности жизни у мужчин за указанное время составил +7,34 года, здоровой жизни +6,52 года. Не в последнюю очередь этих результатов удалось добиться благодаря беспрецедентному для России снижению младенческой и материнской смертности.

15

**ТОМСКИЕ УЧЕНЫЕ РАЗРАБОТАЛИ МАТЕРИАЛ ИЗ
МОЛОЧНОЙ КИСЛОТЫ**

Специалисты Томского политехнического университета создали уникальный биоразлагаемый материал, который открывает широкие перспективы для его использования. Среди прочего из нового полимера можно будет делать имплантаты, хирургические нити, а также индивидуальные эндопротезы, созданные на основе технологий 3D-печати. Разработчики материала отмечают, что он не вызывает отторжения и вторичных реакций, а значит, снижает риск возникновения осложнений при лечении.

7 ЮБИЛЕЕВ

САМАРСКОГО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

СРАЗУ НЕСКОЛЬКО ВЕДУЩИХ МЕДИЦИНСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ ОТМЕТИЛИ СОЛИДНЫЕ ЮБИЛЕИ В УХОДЯЩЕМ ГОДУ.



ИТОГИ ГОДА. Герои нашего времени

Как известно, в декабре принято делиться планами и прогнозами, подводить итоги, анализировать успехи. Но все достижения были бы невозможны без людей, которые их совершают, – их идей, энергии, упорства. «Здоровье. Медицина. Красота» - журнал, который уважает традиции, поэтому мы попросили героев нашего времени рассказать о самых значительных изменениях, произошедших с ними в профессиональном плане в уходящем году.

34

ВЛАДИСЛАВ
ШЕРСТОБОВ

40

НАТАЛЬЯ
СОЛОДКОВА

44

ТАТЬЯНА ЛАРИНА
И ИРИНА КОЛЕСНИК



Эксперт:

**ВЛАДИСЛАВ ВАСИЛЬЕВИЧ
ШЕРСТОБОВЕВ,**

генеральный директор медицинской
компании «Мать и дитя – ИДК»

«...ЧТОБЫ КУДА-ТО ПОПАСТЬ, **НАДО БЕЖАТЬ ВДВОЕ БЫСТРЕЕ!..»**

ОДИН ИЗ САМЫХ ИЗВЕСТНЫХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ В МЕДИЦИНСКОЙ СФЕРЕ САМАРЫ ВЛАДИСЛАВ ШЕРСТОБОВЕВ РАССКАЗАЛ, ПОЧЕМУ НЕ СЧИТАЕТ СЕБЯ ПРИРОЖДЕННЫМ ЛИДЕРОМ И КАКИМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ КОМПАНИИ «МАТЬ И ДИТЯ – ИДК» В 2015 ГОДУ ОН ОСОБЕННО ГОРДИТСЯ.

ТЕКСТ: ЮЛИЯ МАМЫШЕВА, АНАСТАСИЯ КУРОЧКИНА

> ВЫ НЕ ИМЕЕТЕ МЕДИЦИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ, НО ЭТО НЕ МЕШАЕТ ВАМ УСПЕШНО РУКОВОДИТЬ МЕДИЦИНСКОЙ КОМПАНИЕЙ. КАК ТАКОЕ ВОЗМОЖНО?

На мой стиль управления значительно повлияли работы известного эксперта в области повышения эффективности ведения бизнеса Ицхака Адизеса. Во время его визита в Самару я задал ему вопрос об универсальности менеджера. Он ответил, что предприниматель и администратор – это две принципиально разные компетенции, которые крайне редко сочетаются в одном человеке. То же можно сказать о роли врача и менеджера – это две принципиально разные компетенции. Я вижу в себе больше качеств хорошего администратора. Скажу больше: изначально я развивал себя именно как человека, который приходит в бизнес, создает качественно новую команду, строит систему управления бизнесом, и это позволяет получать лучшие результаты. Как в любом механизме: если знаешь, как функционирует система, то сразу видишь, какие звенья дают сбой, чинишь или заменяешь их, и все приходит в порядок. Но, конечно, моя работа требует знания медицинского контекста. Я постепенно аккумулирую необходимый опыт, читая специализированную литературу, посещая профессиональные мероприятия, конференции.

> ЗАНИМАЕТЕСЬ САМООБРАЗОВАНИЕМ?

Конечно. Человек должен все время учиться. Помните цитату: «Приходится бежать со всех ног, чтобы только оставаться на месте, а чтобы куда-то попасть, надо бежать вдвое быстрее!..» («Алиса в Зазеркалье». Льюис Кэрролл). Так вот просто бежать в условиях нашей с вами жизни – значит, стоять на месте. Поэтому все три года работы в «Мать и дитя – ИДК» я изучаю передовой опыт управления медицинскими клиниками в России и мире. В 2014 году прошел двухнедельный курс управления в здравоохранении в Лондоне, а в октябре этого года был в Казани, куда приезжали доктора всемирно известной клиники Мейо. Это было очень интересно еще и потому, что в вопросах этики и ориентации на нужды пациента идеология Мейо во многом перекликается с идеологией «Мать и дитя – ИДК».

> КОГДА ВЫ НАЧАЛИ РАБОТАТЬ В «МАТЬ И ДИТЯ – ИДК», У ВАС НЕ БЫЛО ДИСКОМФОРТА ОТ ТОГО, ЧТО ВЫ ЧТО-ТО НЕ ПОНИМАЕТЕ?

Конечно, здравая паника присутствовала. В-первых, мне нужно было общаться с людьми в белых халатах – а я с детства испытывал перед ними некоторый внутренний трепет.

> СТРАХ?

Можно и так сказать. И хотя я взаимодействовал уже не как пациент, а как партнер, это волнение оставалось. А во-вторых, мне было дискомфортно, поскольку я не владел терминологией. Вроде бы врачи разговаривают по-русски, а я их не понимаю. Чтобы исправить эту ситуацию, я создал собственный словарь незнакомых фраз, куда заносил непонятные мне слова, а после консультировался со своим наставником. Вообще, первые полгода работы я по большей части слушал и стремился больше понять культуру и ценности компании, чем изменить ее.

> КАК ЖЕ ВЫ ВВОДИЛИ ИЗМЕНЕНИЯ?

Я пошел наиболее логичным путем, который уже был проверен опытом. Определив лидеров мнений, я провел глубинное интервью с каждым из них – живой человеческий разговор, без правил и шаблонов. А после обработал все сорок бесед и создал единую карту, которая отражала ценности сотрудников, видение проблем и ожидания от моей работы как генерального директора. Конечно, были люди, которые относились к этой идее со скепсисом: «Не ты первый и не ты последний революционер». Но, как видите, я работаю здесь до сих пор и ежегодно провожу такое интервьюирование. Когда сами сотрудники – лидеры мнения рассказывают об идеях, проблемах, с которыми сталкиваются в работе, это очень полезно.

> ЭТА КАРТА СТАНОВИТСЯ ОСНОВОЙ ДЛЯ ПЛАНА РАЗВИТИЯ КЛИНИКИ НА ГОД?

Да, но не только она. Ежеквартально мы проводим стратегические сессии, где обсуждаем текущее выполнение бюджета

Я не был рожден лидером – говорю это со стопроцентной уверенностью.

Сначала я испытывал дискомфорт из-за того, что не владел терминологией: вроде бы врачи разговаривают по-русски, а я их не понимаю.

и планы на будущий период, а раз в год все руководители компании выезжают за город и с помощью технологии «мозгового штурма» генерируют основные цели, планы и задачи развития компании в будущем бюджетном цикле.

> КТО ЯВЛЯЕТСЯ ЕГО МОДЕРАТОРОМ?

Я и сотрудники корпоративного университета «Мать и дитя – ИДК». Вместе мы превращаем «мозговую штурм» в понятный, пошаговый алгоритм работы.

> ВЫ ПРОПАГАНДИРУЕТЕ ПОЗИЦИЮ УНИВЕРСАЛЬНОСТИ МЕНЕДЖЕРА?

Я пропагандирую профессионализм в работе. Каждый руководитель должен сделать три важные вещи: осознать уровень своей ответственности, стать экспертом в той области, которой он занимается, и сформировать у людей желание ходить на работу. Если человек просыпается и понимает, что ему нужно идти на работу, чтобы с кем-то бороться, или же видит во сне, как с кем-то там воюет, работу и компанию надо менять. Лучше ходить на работу и видаться с друзьями!

> В КАКИХ ЕЩЕ СФЕРАХ ВЫ ПЫТАЛИСЬ РАЗОБРАТЬСЯ КАК МЕНЕДЖЕР?

Во всем, что касается управления. Закончил курс MBA Открытого университета Великобритании. В 2009 году защитился.

Учеба закончилась, а вопросы остались – и, как говорится, чтобы в чем-то разобраться, надо начать это преподавать. Что я и сделал. Прошел курс по обучению взрослых и четыре года работал тьютором в Самарском институте делового образования, вел курс по маркетингу и финансам на MBA.

> ЭТО ОБЪЯСНЯЕТ, ПОЧЕМУ У ВАС ТАКАЯ ПРАВИЛЬНАЯ РЕЧЬ...

На самом деле это опыт учебы и работы в бизнес-школе, публичных выступлений, плюс проходил серьезное обучение ораторскому мастерству в Московской школе управления «Сколково».

> НЕУЖЕЛИ ДО ЭТОГО У ВАС НЕ БЫЛО ОРАТОРСКИХ ЗАДАТКОВ?

Наверное, у каждого есть какие-то задатки. Но могу сказать точно, что в юности я был очень скромным, неактивным парнем – до момента, пока меня случайно не назначили старостой группы в техникуме. Это было сразу после восьмого класса: меня привлекло название факультета – «Управление промышленными роботами», и я ушел из школы. В 1987 году это звучало очень круто.

> СЛУЧАЙНО НАЗНАЧИЛИ СТАРОСТОЙ?

Абсолютно! Старостой становился человек с лучшим средним баллом при поступлении – и этим человеком в группе оказался я. А потом, когда учился на экономическом факультете Новосибирского института телекоммуникации и информатики, меня назначили командиром взвода на военной кафедре. Но я не был рожден лидером – говорю это со стопроцентной уверенностью. Сама жизнь ставила меня в такие условия, где нужно было проявлять лидерские качества. Например, в школе я занимался хоккеем, и через два года после начала тренировок меня сделали капитаном команды.

> НЕ ПРОСТО ЖЕ ТАК ЭТО СЛУЧИЛОСЬ?

Не понимаю, почему, честно. Я был далеко не лучшим игроком. К сожалению, я не могу задать этот вопрос тренеру – его уже нет. Но теперь в моем арсенале есть правило – не надо никого уговаривать что-то делать, создай условия, при которых ему не выгодно это не делать. Почти так, как получилось со мной в жизни.



В ЧЕМ ВЫ ВИДИТЕ СВОЕ ГЛАВНОЕ ДОСТИЖЕНИЕ В КОМПАНИИ «МАТЬ И ДИТЯ – ИДК» ЗА УШЕДШИЙ ГОД?

Главное – это люди, с кем ты работаешь. Мы сохраняем и развиваем нашу команду сотрудников. А если говорить про официальные данные работы – ключевым показателем успеха в нашей организации является выполнение годового бюджета. С этим у нас все хорошо. Клиника должна быть заполнена, а доктора – заняты работой с пациентами.

Второй важный фактор – наличие свободных денег, поскольку без этого нельзя инвестировать средства в бизнес и развиваться. За последние два года мы вложили не менее 100 миллионов рублей в обновление фондов компании.

А третья, и самая главная задача – обеспечивать стабильность компании. У нас нет кредитов и валютных долгов. Мы работаем на собственных деньгах.

Могу сказать, что мы успешно выполнили все эти задачи. Кроме того, с ноября 2014 года до апреля 2015-го мы не повышали цены, брали валютные риски на себя. Отказавшись от

Учеба закончилась, а вопросы остались – и, как говорится, чтобы в чем-то разобраться, надо начать это преподавать. Что я и сделал – четыре года работал тьютором в СИДО.

некоторых затрат, мы смогли удержать цены на прежнем уровне, поэтому поток пациентов в нашей клинике не уменьшился.

ВЫ СКАЗАЛИ, ЧТО ВАМ СНИТСЯ РАБОТА. ПЛОХИЕ СНЫ?

Нет. Я работаю в удовольствие. Как человек, преподававший теорию и практику мотивации людей, абсолютно уверен, что из всех мотивационных теорий работает только одна – интерес человека.

ТОНКАЯ РАБОТА

НЕЙРОМЫШЕЧНАЯ СТОМАТОЛОГИЯ В КЛИНИКЕ DENT ART

В ОКТЯБРЕ В КЛИНИКЕ DENT ART БЫЛО ВВЕДЕНО НОВОЕ НАПРАВЛЕНИЕ – НЕЙРОМЫШЕЧНАЯ СТОМАТОЛОГИЯ. СТИРАЕМОСТЬ И ХРУПКОСТЬ ЗУБОВ, МНОЖЕСТВЕННЫЕ КЛИНОВИДНЫЕ ДЕФЕКТЫ, ПОСТОЯННЫЕ СКОЛЫ ПЛОМБ И КЕРАМИЧЕСКИХ РЕСТАВРАЦИЙ, БОЛЬ, ХРУСТ ИЛИ ЩЕЛЧКИ ПРИ ОТКРЫВАНИИ И ЗАКРЫВАНИИ РТА, ЧАСТЫЕ ГОЛОВНЫЕ И ШЕЙНЫЕ БОЛИ, ЗАЛОЖЕННОСТЬ В УШАХ, ХРАП, РАССТРОЙСТВО СНА – ЭТО ЛИШЬ НЕМНОГИЕ ИЗ СИМПТОМОВ, КОТОРЫЕ ВОЗНИКАЮТ ПРИ НАРУШЕНИЯХ ПРИКУСА. ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ КЛИНИКИ DENT ART ЕЛЕНА КОЧКАЛЕВА РАССКАЗАЛА, КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЭТОЙ РАСПРОСТРАНЕННОЙ ПРОБЛЕМЫ.

Что мы знаем о прикусе?

Термином «неправильный прикус», или, говоря научным языком, вторичной деформацией окклюзии, принято называть любое искривление, неровность зубных рядов или неправильное расположение зубов. При этом сами зубы являются лишь последним звеном в цепочке тканей и органов, которые страдают от нарушения прикуса – к примеру, неправильное положение нижней челюсти из-за потери зубов приводит к сужению дыхательных путей, искривлению позвоночника и нарушению работы всего организма.

К сожалению, в большинстве случаев исправлением прикуса принято считать выравнивание зубных рядов с помощью брекет-систем. Тем не менее это вовсе не является полноценным и окончательным лечением, поскольку при коррекции одного только положения зубов, как правило, не происходит улучшения состояния суставов и мышц, а иногда достигается обратный эффект – ухудшение здоровья.

Мировое решение

Как же полностью вылечить неправильный прикус, нормализовать сон и избавиться от болей? Одна из наиболее результативных мировых методик – восстановление прикуса в нейромышечной окклюзии. Способ позволяет оценить состояние мышц, суставов и зубов, правильность осанки и адекватность дыхательных путей, что является необходимым условием для достижения наилучших результатов любого стоматологического лечения болевых симптомов и дисфункций.

Американские исследователи в области нейромышечной стоматологии еще в середине прошлого века открыли основные закономерности появления и развития заболеваний височно-нижнечелюстных суставов. А с изобретением компьютеров были разработаны диагностические системы, которые с точностью до десятых долей миллиметра определяют единственно верное индивидуальное для каждого человека положение челюстей и зубов.

Лечение методами нейромышечной стоматологии предусматривает точную диагностику всей



Автор:

Елена Кочкалева,

врач-стоматолог-терапевт-ортопед клиники Dent Art. Выпускница Бостонского института эстетической медицины. Москва



90% людей,
согласно статистике,
имеют неправильный прикус

О ВОЗМОЖНОСТИ ПРОТИВОПОСТАВЛЕНИЯ ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

зубочелюстной системы. Специальный аппарат физиотерапевтического действия – миомонитор, который представляет собой электронный прибор, посылает низкочастотные электрические импульсы к мышцам головы, шеи и плечевого пояса. В результате такой стимуляции мышцы постепенно расслабляются, приобретают нормальную «неспазматическую» форму, прикус автоматически становится правильным, и это полностью фиксируется. Если проблемы носят более глобальный характер и изменения коснулись височно-нижнечелюстного сустава, используется диагностическое компьютерное оборудование К7, которое позволяет определить степень поражения и суставов, и мышц, а также найти оптимальное для всей зубочелюстной системы положение в прикусе.

После проведения исследования изготавливается специальная лечебная каппа – ортотик, который сопоставляет челюсти в правильном положении. Пациент носит ортотик в течение нескольких месяцев для того, чтобы суставы и мышцы адаптировались, после чего можно провести ортодонтическое или реставрационное лечение.

Результатом этого лечения является постановка зубов в правильный прикус, а также восстановление целостности и правильной анатомической формы зубов. Такое лечение также подразумевает полную эстетическую реабилитацию с помощью винировой реставрации.

Отсутствие боли – повод для улыбки

Методы нейромышечной стоматологии приобретают первостепенное значение при обширном стоматологическом лечении: полной реконструкции полости рта, лечении прикуса, протезировании, а также при головных болях, болях в области шеи и при других симптомах заболеваний височно-нижнечелюстного сустава.

При использовании традиционных методов стоматологического лечения, как правило, достигается достаточно стабильный результат за счет того, что человеческий организм обладает большими компенсаторными возможностями, но по сути фиксируется именно патологическое – то есть нездоровое – состояние. Использование методов нейромышечной стоматологии дает возможность достигать оптимального результата лечения, значительно улучшать его прогноз и решать проблемы, связанные не только с зубочелюстной системой, но и со всем организмом в целом. Уже на этапе ношения ортотика практически все пациенты отмечают улучшение сна, уменьшение головных болей. Итогом лечения становится голливудская улыбка при здоровом функционировании всех окружающих систем.

Правильное исправление прикуса не только помогает улучшить жевательную и глотательную функции, сохранить зубы и здоровые десны, но и во многих случаях облегчает доставку кислорода к головному мозгу и сердцу, снимает головные и шейные боли, восстанавливает осанку. Нейромышечный стоматолог – специалист, который может вылечить зубы и избавить от заболевания, которое подрывает здоровье нашего организма и ухудшает качество нашей жизни.

65% головных болей
связано с заболеваниями
жевательных мышц и височно-
нижнечелюстных суставов



В клинике Dent Art можно
получить исчерпывающую
консультацию по поводу
современных методов
исправления прикуса у
доктора Елены Анатольевны
Кочкалевой

dentart®
СТОМАТОЛОГИЯ

Самара, ул. Галактионовская, 106а
www.dentart-stomat.ru
Режим работы: пн-пт: с 8.00 до 20.00,
сб-вс: с 9.00 до 15.00
Тел.: 8 (846) 225-90-80,
225-90-88, 972-37-11



Эксперт:

**НАТАЛЬЯ ИВАНОВНА
СОЛОДКОВА,**

учредитель и генеральный
директор медицинского
центра «Открытие»

«МНЕ НЕ ВСЕ РАВНО,
**ЧТО ПРОИСХОДИТ В НАШЕЙ
СТРАНЕ И В НАШЕМ ГОРОДЕ!»**

НАРКОТИЧЕСКАЯ, АЛКОГОЛЬНАЯ, НИКОТИНОВАЯ, ПИЩЕВАЯ – В ПОСЛЕДНИЕ ГОДЫ ПРОБЛЕМА ЗАВИСИМОСТЕЙ ПРИОБРЕТАЕТ ЭПИЧЕСКИЕ МАСШТАБЫ. В 2015 ГОДУ В САМАРЕ ПОЯВИЛСЯ НОВЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР «ОТКРЫТИЕ», КОТОРЫЙ ПОМОГАЕТ БОРЬТЬСЯ С ЭТИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ. ЕГО ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР НАТАЛЬЯ СОЛОДКОВА РАССКАЗАЛА, ПОЧЕМУ У ОДНИХ ЛЮДЕЙ ВОЗНИКАЕТ ЗАВИСИМОСТЬ, А У ДРУГИХ – НЕТ, КАК ПРАВИЛЬНО ЛЕЧИТЬ АЛКОГОЛИЗМ, ЕСТЬ ЛИ ПОДВОДНЫЕ КАМНИ ПРИ ВЫБОРЕ КЛИНИКИ И НА ЧТО НАДО ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЕ ПАЦИЕНТАМ.

ТЕКСТ: АНАСТАСИЯ КУРОЧКИНА

> КАК ВЫ ПРИШЛИ К ИДЕЕ ОТКРЫТИЯ ДАННОЙ КЛИНИКИ?

Я прониклась темой лечения зависимостей, проработав почти десять лет в одном из медицинских центров генеральным директором. Полученные знания, практический опыт и желание совершенствоваться привели меня к идее открытия своей клиники. Помогая другим людям, я и моя команда выполняем свое предназначение. Сложно описать чувство, когда видишь, как меняется жизнь бывшего пациента, - это и радость, смешанная с облегчением, и гордость за проделанную работу.

> ПОЧЕМУ ЦЕНТР НАЗЫВАЕТСЯ «ОТКРЫТИЕ»?

Часто вредные привычки превращают жизнь человека в сплошную черную полосу, однако никогда не поздно все поменять. Названием «Открытие» мы подчеркиваем, что у каждого обратившегося в клинику есть шанс открыть для себя жизнь заново.

> КОНКУРЕНЦИЯ МЕЖДУ КЛИНИКАМИ В ДАННОЙ СФЕРЕ ВЫСОКА. ВЫ ЕЕ НЕ БОЯЛИСЬ?

Нет, не боялась: я уже тертый калач. Я придерживаюсь мнения, что конкуренции нужно не избегать, а адекватно на нее реагировать. Главный мой секрет в доброжелательной обстановке центра: для наших врачей и медсестер профессия – это призвание. Они вкладывают душу в каждого, отдаются работе целиком. Это отношение передается пациентам – их не обманешь искусственной атмосферой. Там, где есть качество оказываемой услуги, не страшна никакая конкуренция.

> ТЕМА ЛЕЧЕНИЯ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ ВСЕ ЕЩЕ НЕ ПОТЕРЯЛА АКТУАЛЬНОСТИ?

На вопрос ответит статистика. Если сложить неофициальное количество алкоголиков и тех, кто находится на грани, получатся ужасающие величины. По последним данным, их число в стране превысило отметку 5 миллионов человек. Ежегодно от этого погибают минимум 600–700 тыс. россиян. С употреблением алкоголя напрямую связано 62% всех самоубийств, 72% убийств, 70% смертей от цирроза печени. Зачастую подростки уже в 13 лет начинают пробовать алкоголь, а в 15 – пьют как само собой

разумеющееся. Большинству из них в скором будущем потребуется лечение от алкоголизма. Еще страшнее, когда пьющей в семье является женщина: тогда «расплачиваться по счетам» придется ее ребенку.

> ЧТО ЕЩЕ ИЗМЕНИЛОСЬ В ПРОБЛЕМЕ АЛКОГОЛИЗМА ЗА ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ?

Увеличился процент «легкого» и женского алкоголизма.

> «ЛЕГКОГО»?

Да, речь идет о пиве и слабоалкогольных коктейлях. К сожалению, люди не всегда осознают, что в одной бутылке обычного пива «спрятано» 60 мл водки. Дальше считайте сами: две бутылки – 120 мл, три – целый стакан. Вот представьте, человек говорит: «Я пью в день стакан водки». Какой будет реакция окружающих? Скорее всего, решат, что он уже болен. А признание: «Я пью в день две-три бутылочки пива» – не вызывает никакого отторжения.

Пиво начинают пить подростки, молодые женщины, люди, идущие по улице. Оно не требует закуски и стола, выступает в роли прохладительного напитка. Но организм быстро адаптируется к минимальным дозам алкоголя и запрашивает «продолжения банкета». Появляется желание выпить больше – и, как правило, более крепкий напиток.

> С КАКОЙ ГЛАВНОЙ СЛОЖНОСТЬЮ СТАЛКИВАЮТСЯ НАРКОЛОГИ ПРИ РАБОТЕ С ПАЦИЕНТАМИ?

Проблема одна: алкоголизм до сих пор считают всего лишь пагубной привычкой, а не опасным наркологическим заболеванием. Именно поэтому многие долгие годы пытаются бросить пить сами, предпочитая лечение домашними или народными средствами. Прежде чем прийти к врачу, большинство ходит к магам и колдунам, снимет порчу, попробует «бабушкины» способы типа гриба-навозника, отвара корня копытня, кукольника, настойки мухоморов, лесных клопов и прочей дряни. Большую часть жизни пациенты и их семьи живут по принципу страуса: зарывая голову в песок, в соответствии с девизом: «Я брошу пить завтра». Упуская драгоценное время, они не подозревают, что алкоголь входит в систему обмена веществ. И лишь вдоволь намучавшись, идут к врачу. Часто к этому моменту ситуация сильно запущена: за спиной множество неизлечимых заболеваний, бед и страданий, разрушенные

Заставлять алкоголика
бросить пить
самостоятельно так же
бесполезно, как силой
воли, без лекарств,
пытаться остановить
кашель во время болезни.

семьи, искалеченные жизни. Да и лечить уже становится некого: кодируйся не кодируйся — толку нет. Алкоголизм — тяжелая болезнь, которая уносит жизней больше, чем СПИД, рак, туберкулез вместе взятые. Человеку жизненно необходимы помощь врача-нарколога, врача-психотерапевта, поддержка близких и, конечно, искреннее желание вырваться из этого ада. Главное — не упустить время. Успех — значит успеть!

> **НО БЫВАЮТ ЖЕ СЛУЧАИ, КОГДА ЧЕЛОВЕК БРОСИЛ ПИТЬ УСИЛИЕМ ВОЛИ.**

Это крайне редкие исключения, на которые нельзя ориентироваться. Заставлять алкоголика бросить пить самостоятельно — например, под угрозой развода — так же бесполезно, как силой воли, без лекарств, пытаться остановить кашель, когда вы больны.

> **ПОЛУЧАЕТСЯ, ЧТО ЕДИНСТВЕННЫЙ ВАРИАНТ — ЭТО КОДИРОВАНИЕ?**

Это очень распространенная ошибка — уповать исключительно на укол. Избавиться от алкоголизма можно, только применяя комплекс мер. В частности, нужно обязательно продолжить лечение у психотерапевта, чтобы сохранить достигнутый результат. К сожалению, это мало кого волнует. Все почему-то думают, что

самое главное — закодировать, укол сделать, а остальное неважно! Ищут, где дешевле и лучше «подшиться», думают, как найти волшебную палочку, но забывают, что масса закодированных людей продолжают пить. Поэтому необходимо научить человека новым способам поведения: разобраться в причинах постоянного напряжения больного, обучить его навыкам преодоления стрессовых и депрессивных состояний, помочь разобраться в себе и сложных ситуациях, сформировать здоровый образ жизни, где алкоголь занял бы второстепенное значение, — все это входит в компетенции врача-психотерапевта. Если этого не сделать, период воздержания у кодированного превращается в муку и порождает дополнительный невроз. Стрессы не находят выхода, человек делается злым, агрессивным, конфликтует с близкими, и в результате — срыв! Очень важно донести мысль о том, что лечение нужно довести до конца. Закодировали человека, теперь лечите тело и душу, пострадавшие от яда. Иначе получите ту же проблему, подкрепленную множеством других, вызванных ею же.

> **КАК ДОЛЖНА ВЕСТИ СЕБЯ СЕМЬЯ, ЧТОБЫ УСКОРИТЬ ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ ЗАВИСИМОСТИ?**

Это сложный вопрос. Если его не решить, гарантированно случится либо срыв, либо развод. Зачастую близкие больного хроническим алкоголизмом и не догадываются, что сами страдают созависимостью. Их поведение часто помогает алкоголику пить дальше. Жалея пьяницу, люди причиняют ему непоправимый вред: раз все сходит с рук, можно продолжать пить. Например, приходит пьяный муж домой, весь в грязи. А утром просыпается — у него белоснежная рубашка, выглаженные брюки. Хорошо! Бывает, человек проспал из-за пьянки на работу, а жена его выгораживает: говорит коллегам, что он заболел. Такими действиями матери, отцы, жены усугубляют проблему. Бывает очень трудно донести до жены пьющего человека, что ей необходимо изменить себя, что это семейный процесс. Ибо как жить с пьяным мужем, она знает, а что делать, когда он трезв, забыла. Приходится учить. В противном случае, если созависимый отказывается лечиться, прежние модели поведения и привычки остаются и начинают провоцировать ухудшение отношений в семье. Тогда произойдет срыв, а эффективность повторного кодирования после этого невелика — прекращают алкоголизацию всего 10 – 15 человек из 100. Поэтому для родственников должны проводиться специальные индивидуальные и

СИМПТОМЫ, КОТОРЫЕ ГОВОРЯТ ОБ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

✓ **НУЖДА В ПОХМЕЛЬЕ**

Утром после вечеринки плохо себя может чувствовать любой человек. Но только зависимому придет в голову выпить алкоголь в качестве лекарства.

✓ **ЗАПОЙ**

Многие думают, что запой – это когда пьешь алкоголь больше недели. На самом деле 2–3 дня употребления спиртного тоже называют запоем.

✓ **УТРАТА КОЛИЧЕСТВЕННОГО КОНТРОЛЯ, А ТАКЖЕ ОТСУТСТВИЕ РВОТНОГО РЕФЛЕКСА**

групповые занятия, отдельно от проблемных членов семьи, а также совместные семейные сессии. Если в лечении принимает участие вся семья, шансов на выздоровление у пациентов намного больше. Алкоголизм нужно лечить не 2 часа, а годы. И вот только тогда шанс на выздоровление у пациента равен практически 100%.

> **ПОЛУЧАЕТСЯ, ПРОСТО КОДИРОВАНИЕ НЕЭФФЕКТИВНО?**

Его можно использовать в самом начале лечения, когда человеку трудно удержаться от тяги к алкоголю. Затем надо проводить реабилитацию и пациентов, и их родственников, а после лечить органы, пострадавшие от алкоголя. Вообще, наша страна — единственная в мире, где алкоголизм лечат только с помощью укола. Нигде больше

это «русское чудо» не применяют. Да и сами пациенты ищут, где «подшиться» подешевле, и из-за неграмотности и нежелания доводить лечение до конца срываются, а потом винят всех вокруг, только не себя.

> **КАК ЖЕ ПОНЯТЬ, КОМУ ДОВЕРЯТЬ?**

Рекомендую узнать, осуществляется ли лечение на дому. Уважающая себя клиника этого не делает – это малоэффективно и опасно. На дому работают в основном врач-частники, которые не хотят лицензироваться и трудиться легально. Часто они не имеют ни юридического лица, ни реального адреса – фактически в случае появления каких-либо проблем пациент даже не знает, к кому обратиться за помощью. Кроме того, в полном объеме соблюдение условий работы возможно только в наркологической клинике – дом пациента не приспособлен для оказания медицинских услуг. Другой вопрос, что зачастую родственникам неважно, где и кто окажет помощь, «главное, что он согласился». Конечно, их можно понять, ведь они сами вовлечены в болезнь мужа или жены, сына или дочери. Поэтому нас по-прежнему упорно просят приехать на дом и закодировать, приводя различные аргументы: «он работает до 21:00», «не хочет ехать», «не хотим, чтобы кто-то узнал», «а раньше все время приезжали на дом», «мы оплатим дорогу». Однако повторю: полноценное лечение дома пройти невозможно. Только обращаясь в медицинский центр, вы можете быть уверены, что пройдете полноценное лечение от алкоголизма.

> **ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ ГЛАВНЫМ ФАКТОРОМ ИЗЛЕЧЕНИЯ?**

Их два. Первый – огромное желание бросить пить: дорогу осилит идущий. Второй важный фактор – современный подход к лечению алкоголизма, то есть технологическая цепочка медикаментозных и психотерапевтических методов, которые подбираются индивидуально для каждого больного.

> **ПОЧЕМУ У ОДНИХ ЛЮДЕЙ ВОЗНИКАЕТ ЗАВИСИМОСТЬ, А У ДРУГИХ – НЕТ?**

Причина возникновения любой химической зависимости (наркомания, алкоголизм, токсикомания, курение) – это душевная пустота, вакуум жизненных ценностей, лень, безделье, отсутствие любви, неудовлетворенность. Эту пустоту заполняет дурная привычка.

ДВОЙНАЯ ПОБЕДА

В ЭТОМ ГОДУ ВО ВСЕРОССИЙСКОМ КОНКУРСЕ ВРАЧЕЙ УЧАСТВОВАЛИ СПЕЦИАЛИСТЫ БОЛЬНИЦЫ ИМ. Н.И. ПИРОГОВА – И ВЕСЬМА УДАЧНО. ЗАВЕДУЮЩАЯ ПАТОЛОГО-АНАТОМИЧЕСКИМ ОТДЕЛЕНИЕМ, ВРАЧ-ПАТОЛОГОАНАТОМ ТАТЬЯНА ВИКТОРОВНА ЛАРИНА ПОБЕДИЛА В НОМИНАЦИИ «ЛУЧШИЙ ЭКСПЕРТ», А ВРАЧ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ДИАГНОСТИКИ ИРИНА НИКОЛАЕВНА КОЛЕСНИК ЗАНЯЛА 3-Е МЕСТО В НОМИНАЦИИ «ЛУЧШИЙ ВРАЧ ПО ДИАГНОСТИЧЕСКИМ ИССЛЕДОВАНИЯМ». МЕДИКИ РАССКАЗАЛИ, ЗА ЧТО ИХ НАГРАДИЛИ И КАКИЕ ПРОБЛЕМЫ В СФЕРЕ МЕДИЦИНЫ ИХ ВОЛНЮТ.



Ирина Николаевна Колесник,
врач функциональной диагностики
Самарской городской клинической
больницы №1 им. Н.И. Пирогова



Татьяна Викторовна Ларина,
врач-патологоанатом, заведующая
патолого-анатомическим отделением
Самарской городской клинической
больницы №1 им. Н.И. Пирогова

В целом 33,5 года. А по специальности «Функциональная диагностика» – около 30 лет.

1.

Ваш стаж работы?

Мой стаж в патологической анатомии начался сразу же после окончания института и составляет уже 25 лет.

Нет, в таком конкурсе я участвую впервые.

2.

Участвовали вы раньше в конкурсах подобного масштаба?

Нет, впервые, так как в области патологической анатомии обычно не проводятся конкурсы.

В работу вошел анализ выполненных мной исследований. Кроме того, оценивалась моя роль в организации и развитии функциональной диагностики в Самарской области, мое участие в конференциях и симпозиумах по специальности, печатные публикации – у меня их более десяти. Оценивалась и преподавательская деятельность:

3.

В чем заключались суть и практическая польза представленной вами работы?

В представленной работе описаны основные направления моей деятельности как патологоанатома с приведением конкретных случаев и приложением микро- и макро-фотографий. Наше отделение занимается не только вскрытием умерших больных в стационаре, но и исследованием соскобов, операционного и биопсийного, то есть прижизненного, материала.

почти двадцать лет я преподаю курс ультразвуковой и функциональной диагностики на кафедре хирургии в СамГМУ. Большое внимание было уделено моему участию в реализации национальных проектов нашей больницы – например, проекту по организации оказания помощи больным с инсультами, инфарктами, тяжелыми стенокардиями. Практическая же польза заключается в инструментальной диагностике. Она позволяет на ранних стадиях заболевания выявить не просто внешнее изменение органа, но и его функции.

Кроме того, мы принимаем участие в исследовании операционного материала во время операций. От нашего диагноза порой зависит не только объем операции, но и дальнейшая тактика лечения пациента.

Мое призовое место – это заслуга не моя, а всего коллектива больницы и моих учителей в профессии. Думаю, это повлияло на качество моей работы.

4.

Почему, на ваш взгляд, вы заняли призовое место?

Победа в конкурсе – это своего рода итог 25-летней работы: работы в коллективе, работы с коллективом и, прежде всего, работы над собой.

Нет, это было неожиданно. Ведь я думала только о том, чтобы работа получилась достойной, а не о конечном результате. Я даже не осознавала масштабов этого конкурса.

5.

Для вас это был ожидаемый результат?

Я очень надеялась занять какое-то призовое место, но победа в номинации стала для меня приятной неожиданностью.

Я воспринимаю это не как достижение, а как часть моей работы, которую я старалась выполнить максимально хорошо. Мне было очень приятно слушать поздравления от нашего министра здравоохранения Вероники Игоревны Скворцовой и представителей министерства. И, конечно же, получила и получаю до сих пор поздравления от родных, друзей и пациентов.

6.

Как отметили свое достижение?

С семьей победу пока никак не отметила – потому что просто некогда. А вот коллеги и друзья поздравляют меня до сих пор.

Я мечтаю о возможности общения не только с российскими, но и с зарубежными коллегами в режиме онлайн – чтобы можно было показать им интересный или сложный рабочий случай и проконсультироваться. Это помогло бы молодым врачам быстрее освоить профессию и чувствовать себя увереннее в экстренных ситуациях.

7.

Если бы у вас была возможность воплотить в жизнь самую смелую идею для развития медицины, что бы это было?

Прежде всего, я бы повысила знания людей о патологической анатомии, потому что врачей нашей специальности представляют в грязных, окровавленных халатах. А ведь основной раздел нашей работы – это помощь живым людям при исследовании операционного материала. Хотелось бы оснастить своих коллег (независимо от статуса больницы) современным оборудованием для дальнейшего развития нашей специальности и медицины в целом.

ПЕРЕДОВЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ – **БЕСПЛАТНО** **ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ!**

САМАРСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ПЛАНИРОВАНИЯ СЕМЬИ И РЕПРОДУКЦИИ –
ТЕХНОЛОГИИ БУДУЩЕГО, КОМАНДА ПРОФЕССИОНАЛОВ И ВОЗМОЖНОСТЬ
РОЖДЕНИЯ ДОЛГОЖДАНЫХ ДЕТЕЙ.

✓ **ВАЖНО ЗНАТЬ КАЖДОЙ ЖЕНЩИНЕ!**

«Династия» - государственный центр Самарской области, который целенаправленно занимается вопросами сохранения и восстановления репродуктивного здоровья семейной пары. Все услуги – от планирования беременности и до рождения здорового малыша – пациенты могут получить внутри одной государственной организации. Для повышения эффективности лечения используется комплексный подход: тщательное обследование пары, консультации опытных специалистов, медикаментозная и оперативная коррекция выявленной патологии. Обычный полис ОМС становится «пропуском», по которому можно получить квалифицированные консультации и современное лечение с применением инновационных технологий и оборудования. Название раскрывает миссию и философию центра. Специалисты, работающие здесь, стремятся сделать все, чтобы продолжить династию семей, обратившихся за помощью. Среди этих пар – и планирующие рождение малыша, и столкнувшиеся с проблемой бесплодия, и женщины с угрозой прерывания беременности. В центре «Династия» работает стационар на пятьдесят коек, где пациенткам со всей области оказывают медицинскую помощь по вынашиванию беременности. Если же состояние позволяет, женщине предложат пребывание в дневном стационаре, который работает для беременных и для пациенток с гинекологическими проблемами.

В 2015 году центру
«Династия» было
выделено 1200 квот на
проведение циклов
экстракорпорального
оплодотворения.

✓ **ЛЕЧЕНИЕ БЕСПЛОДИЯ – ПО ПОЛИСУ ОМС!**

В центре «Династия» проводят и циклы ЭКО, эффективность которых превышает средний российский показатель. В 2015 году государством были выделены квоты на 1200 бесплатных циклов экстракорпорального оплодотворения. На протяжении всего этапа лечения пациенток наблюдают акушеры-гинекологи и квалифицированные репродуктологи – и это одна из причин, по которым в 88% случаев беременность после ЭКО в центре заканчивается рождением здорового малыша. Серьезным преимуществом гинекологического отделения является возможность проведения эндоскопических манипуляций, что особенно важно на этапе планирования беременности. Нередко такое обследование выявляет патологии, которые мешают зачать и выносить плод – и это еще одна причина, по которой лечение бесплодия в центре ведется так успешно. Тем же пациенткам, которым невозможно получить беременность собственными половыми клетками, в центре «Династия» предлагают программу ЭКО с донорским биоматериалом. И снова цифры впечатляют: согласно предварительным итогам 2015 года, эффективность программ с использованием донорских ооцитов (то есть яйцеклеток) составляет 70% – внушительное число. Среди одной из причин высокой эффективности программ ЭКО является и предимплантационный генетический скрининг эмбрионов (ПГС) перед переносом в полость матки женщины. Подобный анализ проводится в центре с 2013 года и позволяет провести оценку количества всех 23 пар хромосом эмбриона. Этот анализ позволяет выбрать эмбрион без анеуплоидий (нарушения в количестве хромосом), которые часто являются причинами неудач в циклах ЭКО. Эта процедура считается рывком в экстракорпоральном оплодотворении и позволяет увеличить шансы на успех.



СТВОЛОВЫЕ КЛЕТКИ – МЕДИЦИНА НОВОГО ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ

Центр клеточных технологий учреждения имеет в своем арсенале банк пуповинной крови. Почему именно пуповинной? Пуповинная кровь – богатый источник уникальных клеток, которые являются родоначальниками клеток крови: лейкоцитов, сражающихся с болезнями; эритроцитов, переносящих кислород; тромбоцитов, обеспечивающих свертывание крови. Сегодня стволовые клетки активно применяются в регенеративной (восстановительной) медицине для лечения гематологических заболеваний, онкологии, врожденных нарушений обмена веществ и практически всех соматических болезней. Центр первым в России внедрил методику получения уникальных стволовых клеток из ткани пуповины. Мезенхимальные клетки широко используются в регенеративной медицине в случаях, требующих срочного восстановления тканей и функций органов (в том числе при ожогах, сложных переломах, циррозах печени, последствиях инфаркта миокарда), а также при заболеваниях иммунной системы.

Все желающие имеют возможность сохранить биоматериал своего малыша во время родов – для этого надо лишь заключить договор и получить индивидуальный набор для сбора в родильном доме. Функционирует здесь и донорский банк пуповинной крови, где на данный момент хранится 8000 образцов пуповинной крови. Из этого банка уже 61 образец был направлен в трансплантационные центры России и мира. Также центр клеточных технологий регулярно проводит акции по пополнению Регистра потенциальных доноров кроветворных клеток: каждый здоровый человек в возрасте от 18 до 45 лет может сдать всего 5 мл крови, заполнить анкету, дать свое согласие и стать потенциальным донором. Если HLA-генотип донора подойдет пациенту, страдающему лейкозом, после дополнительного обследования донор может из потенциального стать реальным и, сдав лишь малую часть клеток, спасти жизнь больному.



ГЕНЕТИЧЕСКИЕ АНАЛИЗЫ: ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО

В центре «Династия» работает собственная лаборатория, оборудованная по последнему слову медицинской техники. Одна из новейших услуг, соответствующая тенденциям мировой медицины, – генетический паспорт репродуктивного здоровья. Его рекомендуют сделать женщинам старше 35 лет, планирующим беременность; пациенткам, несколько раз столкнувшимся с неразвивающимися беременностями или выкидышами; парам, у которых есть дети с наследственной хромосомной патологией, а также парам, которые хотят родить здорового ребенка. Уникальный анализ позволяет узнать, какие гены несут мама и папа, врач-генетик высчитывает риски при вынашивании беременности, риск рождения ребенка с патологией и дает необходимые рекомендации. Второй вариант генетической диагностики – индивидуальный генетический паспорт, который можно сделать в любом возрасте. Паспорт раскроет тайны человеческой генетики: к каким видам деятельности есть предрасположенность, каких наследственных заболеваний стоит опасаться, особенности питания, восприимчивость к лекарственным средствам, склонность к долгожительству.

Проведение другого генетического анализа (HLA-типирование) рекомендовано супружеским парам, у которых произошла невыясненная потеря беременности или несколько попыток ЭКО оказались неудачными. В этом случае рекомендована иммунизация женщин донорскими лейкоцитами. После проведенной иммунизации 60% пациенток получают беременность.



ДИНАСТИЯ
ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
РЕПРОДУКТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ

Самара,
ул. Ташкентская, 159;
ул. Галактионовская, 21;
ул. Фрунзе, 43
Единая справочная служба:
8 (846) 203-98-08
www.dinasty63.ru



**ЦЕНТР
КЛЕТОЧНЫХ
ТЕХНОЛОГИЙ**

Самара,
ул. Ташкентская, 159
Тел. «ЦКТ»: 8-927-015-95-05,
8 (846) 203-98-08
www.cordbank.ru

В НОГАХ ПРАВДА ЕСТЬ

ПРИЧИНЫ БОЛЕЙ В СУСТАВАХ, ПОЗВОНОЧНИКЕ И ДАЖЕ ГОЛОВНЫХ БОЛЕЙ ЗАЧАСТУЮ СКРЫВАЮТСЯ ИМЕННО В СТОПАХ НОГ. ПРОБЛЕМА В ТОМ, ЧТО БОЛЬШИНСТВО ЛЮДЕЙ ОБ ЭТОМ ДАЖЕ НЕ ПОДОЗРЕВАЕТ. КАК И О ТОМ, ЧТО ДЛЯ РЕШЕНИЯ ЭТИХ ПРОБЛЕМ В САМАРЕ ЕСТЬ УНИКАЛЬНЫЙ ДЛЯ РЕГИОНА ПОДОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР, АНАЛОГОВ КОТОРОМУ В РОССИИ ВСЕГО НЕСКОЛЬКО.



ЗНАНИЕ – СИЛА

Подологический центр существует в Самаре уже четвертый год – и за это короткое время он стал известен не только в нашем городе, но и за его пределами. Пациенты едут сюда из области и соседних регионов, поскольку подобных медицинских учреждений всего четыре на всю Россию. И если раньше в центр обращались на последней стадии заболевания, перепробовав все – от домашних советов до лечения у хирурга в бюджетной поликлинике, то теперь ситуация изменилась. Благодаря растущей известности центра пациенты, как правило, не теряют время и обращаются к его специалистам уже на ранней стадии возникновения проблем. Этот факт врачи Самарского подологического центра считают главным достижением в уходящем году – запущенных случаев стало гораздо меньше.

01

Самарский подологический центр предлагает совместить приятное с полезным: во время качественного медицинского педикюра врач рассказывает гостю центра все об имеющихся и перспективных проблемах его стоп.

Процедура проводится в профессиональном медицинском учреждении: это значит, что весь инструментарий проходит полную стерилизацию, что исключает возможность заражения гепатитом или ВИЧ.

ОПЕРАТИВНОЕ ЛЕЧЕНИЕ

Тем не менее и случаев, требующих инвазивного вмешательства, все еще немало. Поэтому в 2015 году в центре было открыто направление амбулаторной хирургии с возможностью проведения операций без общей анестезии. Плюсы очевидны: теперь пациентам, месяцами пытающимся попасть на прием к узким специалистам в поликлинике, можно записаться на прием и быстро получить квалифицированную помощь, не простаивая в очередях.

02

Другая распространенная проблема, с которой часто сталкиваются специалисты центра, – плоскостопие. Чем оно опасно? От плоскостопия по цепочке вверх идет варикозное расширение вен, а также деформация вышестоящих суставов и поясничного отдела.

03

Пожалуй, проблема вросшего ногтя бьет все рекорды по частоте обращений. Она встречается даже у младенцев, мамы которых неправильно стригут им ногти. Да и своим ногам женщины старательно создают проблемы – как неправильной формой ногтей, так и ношением обуви на высоких каблуках и тасканием тяжестей, увеличивающих нагрузку на и без того деформированную стопу.

ПЛАНЫ-2016

Поток пациентов за этот год значительно вырос. По этой причине директор центра Мария Александровна Егорова планирует расширение за счет открытия кабинета в другой части города. Также в скором будущем будет запущена важная и бескорыстная работа: два бесплатных часа в неделю для тех слоев населения, кто не может себе позволить услуги частной клиники, но остро в этом нуждается. А для мам и молодых женщин, заботящихся о своих ногах, здесь будут проводить мастер-классы по педикюру и культуре ухода за стопами.



подонологический центр
Самарский



Самарский подонологический центр
Самара, ул. Солнечная, 28а
Тел. 8 (846) 972-70-90
www.podolog63.ru

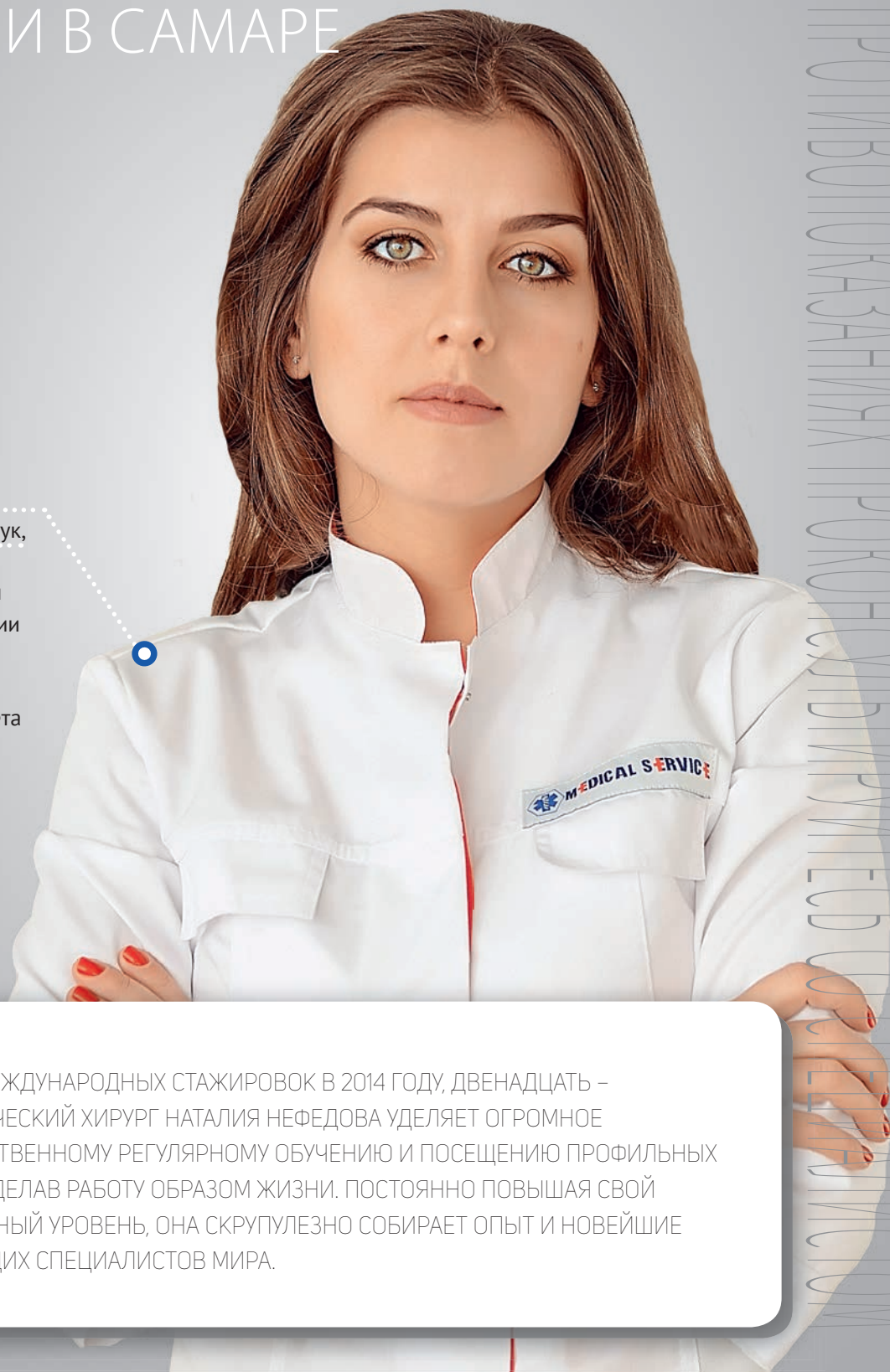
КОЛЛЕКЦИЯ ТЕХНОЛОГИЙ

ПОСЛЕДНИЕ ДОСТИЖЕНИЯ МИРОВОЙ ПЛАСТИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ В САМАРЕ

Эксперт:

НАТАЛИЯ НЕФЕДОВА,

кандидат медицинских наук,
пластический хирург
отделения пластической и
реконструктивной хирургии
клиник Самарского
государственного
медицинского университета



ОДИННАДЦАТЬ МЕЖДУНАРОДНЫХ СТАЖИРОВОК В 2014 ГОДУ, ДВЕНАДЦАТЬ – В 2015-М. ПЛАСТИЧЕСКИЙ ХИРУРГ НАТАЛИЯ НЕФЕДОВА УДЕЛЯЕТ ОГРОМНОЕ ВНИМАНИЕ КАЧЕСТВЕННОМУ РЕГУЛЯРНОМУ ОБУЧЕНИЮ И ПОСЕЩЕНИЮ ПРОФИЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ, СДЕЛАВ РАБОТУ ОБРАЗОМ ЖИЗНИ. ПОСТОЯННО ПОВЫШАЯ СВОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ, ОНА СКРУПУЛЕЗНО СОБИРАЕТ ОПЫТ И НОВЕЙШИЕ МЕТОДИКИ ВЕДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ МИРА.

МИРОВЫЕ НОУ-ХАУ В САМАРЕ

Столь ответственный подход к постоянному обучению позволяет нам первыми узнавать об инновационных предложениях эстетической медицины и дополнять ими свою практику. Так, в октябре этого года я посетила курсы повышения квалификации в Испании, посвященные использованию Endotine – мини-имплантов для фиксации мягких тканей в омолаживающих операциях. Они активно применяются в мировой практике, однако для Самары это абсолютная новинка. Преимущества мини-имплантов Endotine очевидны: это саморассасывающийся материал, который оптимально распределяет нагрузку и препятствует разрывам, а также полностью контролирует фиксацию тканей. Их применение значительно сокращает время операций и делает результат предсказуемым, что принципиально важно в пластической хирургии. На данный момент эта технология представлена в Самаре только в клиниках СамГМУ.

ПОСТОЯННОЕ ОБУЧЕНИЕ

Защитив кандидатскую диссертацию, я посвятила немало времени дополнительному обучению у главных мировых специалистов. Пришлось даже получить еще одно образование – переводчика в профессиональной сфере, чтобы не упускать ни одного нюанса во время этих бесценных семинаров, тренингов, мастер-классов. Предпочитаю диссекционные курсы – то есть с практикой на биоматериале. Один из любимых курсов такого типа проходит в Вене и состоит из двух дней: в первый – выступают мэтры пластической хирургии, во второй – происходит практика под их контролем. К примеру, в этом году удалось перенять опыт Мартина Тосса – одного из любимых пластических хирургов голливудских звезд.



**Наталья
Нефёдова**

врач, к.м.н., пластический хирург

ИТОГИ ГОДА

Пожалуй, главным событием моей профессиональной жизни в 2015 году стало сотрудничество с клиниками СамГМУ – в отделении пластической хирургии и косметологии, которое широко известно в нашей стране. Это стало для меня важным шагом в развитии, поскольку теперь я могу применить накопленный опыт и знания на медицинской базе, отвечающей характеристикам клиники высокого мирового уровня. Главной задачей, которую передо мной поставило руководство, стало объединение хирургического и косметологического направлений. Была проведена колоссальная работа: мониторинг потребностей целевой аудитории, формирование портфеля услуг, выбор ведущих мировых производителей и поставщиков в сфере эстетической медицины. Последнему мы уделили особое внимание: как известно, в линейке каждого производителя есть «хит» – и мы приложили максимум усилий, чтобы объединить только лучшие, проверенные предложения в своей базе. Сегодня мы предлагаем пациентам все известные технологии красоты, включая врачебную косметологию, и регулярно повышаем квалификацию, чтобы соответствовать заданной планке.

- + Пластика верхних и нижних век
- + Пластика лица
- + Пластика шеи
- + Пластика носа

- + Пластика ушных раковин
- + Пластика груди
- + Пластика живота
- + Интимная пластика

- + Липофилинг и липосакция
- + Реконструкция рубцов
- + Удаление новообразований
- + Трансплантация волос

НАШИ УСЛУГИ

Самара, пр. К. Маркса, 1656
E-mail: info@nefedova-samara.ru
Режим работы: ежедневно,
кроме выходных.

Операционные дни: все, кроме
пятницы и выходных дней.
Часы приема всегда
могут быть изменены

в индивидуальном порядке.
Предварительная запись
на консультацию по телефону
8 (846) 231-37-52.

Регистратура клиник СамГМУ:
8 (846) 276-78-22;
8 (846) 276-77-63.
nefedova-samara.ru

ДЕТСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ НЕВРОЛОГИИ И РЕФЛЕКСОТЕРАПИИ

«РЕАЦЕНТР»

В ДЕТСКОМ ОТДЕЛЕНИИ НЕВРОЛОГИИ И РЕФЛЕКСОТЕРАПИИ «РЕАЦЕНТР» ПРОХОДЯТ ЛЕЧЕНИЕ «ОСОБЫЕ» ДЕТИ – С НАРУШЕНИЯМИ РЕЧЕВОГО, ПСИХОРЕЧЕВОГО И МОТОРНОГО РАЗВИТИЯ. КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ НАПРАВЛЕНО НА ТО, ЧТОБЫ ВОССТАНОВИТЬ ИНТЕЛЛЕКТ, РЕЧЬ И СПОСОБНОСТЬ К ОБУЧЕНИЮ НЕЗАВИСИМО ОТ ДИАГНОЗА.

НАПРАВЛЕНИЯ:

- Снижение интеллекта, памяти и внимания
- Последствия родовых травм
- Повышенная возбудимость
- Проблемы в обучении
- Головные боли
- Гидроцефалия
- Энурез
- Аутизм
- Задержка развития:
 - ПСИХИЧЕСКОГО,
 - МОТОРНОГО,
 - РЕЧЕВОГО

Проблема

Когда ребенок не говорит, невролог-рефлексотерапевт становится самым важным врачом. Диагнозы при таких симптомах у всех разные: задержка речи, гидроцефалия, тугоухость, ДЦП и другие. Однако направление лечения в этих случаях одно – восстановление интеллекта, речи и способности к обучению. Кроме того, в центре помогают улучшить моторику и координацию движений.

Почему важно именно восстановление речи и интеллекта у детей, страдающих задержками психоречевого развития? Дело в том, что после этого ребенок сможет обучаться в школе и адаптироваться во взрослой жизни.

Решение

В «Реацентре» для восстановления речи и интеллекта используют комплексный подход, который включает ряд мероприятий.

- Микротоковая рефлексотерапия позволяет активизировать речевые зоны головного мозга, отвечающие за понимание речи, желание вступать в речевой контакт, словарный запас и навык построения предложений.
- Логопедический массаж позволяет нормализовать тонус

Логопедический массаж



*Цель специалистов
«Реацентра»
и родителей малышей –
развитие речи
и интеллекта.
Вместе мы справимся!*

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Сеанс микротоковой рефлексотерапии

речевой мускулатуры, он облегчает произношение звуков, в результате у детей улучшается дикция.

- Занятия с логопедом-дефектологом и детским психологом позволяют расширить кругозор, выучить такие понятия, как «цвет», «форма», «размер», улучшить мелкую моторику и начать подготовку к обучению в школе.

Новые методики

Специалисты детского отделения неврологии и рефлексотерапии «Реацентра» применяют новую медицинскую технологию, разрешенную и рекомендованную Минздравом РФ для лечения детской неврологической патологии, –

МИКРОТОКОВУЮ РЕФЛЕКСОТЕРАПИЮ. Она позволяет улучшить психоречевое развитие у детей с различными неврологическими заболеваниями, среди которых:

- органическое поражение головного мозга;
- последствия перинатального поражения ЦНС;
- аутизм (различные формы);
- моторная и сенсомоторная алалия;
- гидроцефалия;
- детский церебральный паралич (ДЦП);
- нейросенсорная тугоухость и другие.



Занятие с психологом



**ТАТЬЯНА АЛЕКСЕЕВНА
ГАВРИЛОВА,**

ведущий невролог детского
отделения неврологии
и рефлексотерапии
«Реацентра»,
доктор медицинских наук:

У детей с задержкой речевого развития очень важно вовремя выявить отклонения и обратиться к специалистам. Так, если в три года ребенок не умеет составлять короткие предложения, это уже повод для беспокойства. Если вовремя начать лечение, то к семи годам ребенок сможет обучаться в обычной школе.

Важно восстановить нормальную работу речевых зон головного мозга, нормализовать внутричерепное давление и снизить возбудимость.



РЕАЦЕНТР

ДЕТСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ НЕВРОЛОГИИ И РЕФЛЕКСОТЕРАПИИ

Самара, Ново-Вокзальный тупик, 21а,
тел.: 8 (846) 205-03-43
ул. Фрунзе, 169а, тел. 8 (846) 332-82-01
www.reacenter.ru
реацентр.рф



Эксперт:
ОЛЬГА ВЛАДИМИРОВНА ВЕРШИНА,
заместитель главного врача по детству и родовспоможению
Самарской городской поликлиники №3

ОПЯТЬ ЗАБОЛЕЛ...

КАК ПОВЫСИТЬ ИММУНИТЕТ РЕБЕНКА?

РЕБЯТИШКИ ВЕСЕЛО КАТАЮТСЯ НА КОНЬКАХ ВО ДВОРЕ, А ВАШ МАЛЫШ С ЗАВИСТЬЮ СМОТРИТ НА НИХ В ОКНО, ЗАЖАВ ПОД МЫШКОЙ ГРАДУСНИК? БЫВАЕТ, РОДИТЕЛИ НЕ ПРИДАЮТ ЭТОМУ ЗНАЧЕНИЯ. А ВЕДЬ ПОВТОРЯЮЩИЕСЯ ОРЗ МОГУТ ГОВОРИТЬ О ТОМ, ЧТО РЕБЕНОК ОТНОСИТСЯ К ГРУППЕ ЧАСТО БОЛЕЮЩИХ ДЕТЕЙ. ПЕДИАТР ОЛЬГА ВЕРШИНА РАССКАЗАЛА, ЧТО ТАКОЕ ЧБД И КАК СДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ЗИМА ДЛЯ РЕБЕНКА СТАЛА ПОРОЙ ПРАЗДНИКА И ВЕСЕЛЬЯ, А НЕ КАШЛЯ И ЛЕКАРСТВ.

ТЕКСТ: АНАСТАСИЯ КУРОЦКИНА

ЧБД – это диагноз?

Нет, это особенность здоровья детей, нуждающихся в особом наблюдении. Более того, при соблюдении рекомендаций педиатра эта особенность вполне может быть устранена.

Когда дети считаются «часто болеющими»?

Так называют детей, которые переносят ОРЗ в течение года 4 или более раз. Важно учитывать, что есть истинно и условно часто болеющие дети. В последнем случае, то есть при условной характеристике, дети болеют 4–5 раз в год, как только приходят в детский сад или школу, – это связано с адаптацией к новым условиям. ОРЗ у таких детей протекают без осложнений и проходят довольно быстро. А вот в истинном случае болезнь протекает дольше и случается чаще. У таких малышей высок риск хронических заболеваний и осложнений, среди которых отит, синусит, длительно текущие заболевания верхних и нижних дыхательных путей

Каких специалистов должны посещать ЧБД?

Прежде всего, таким детям нужен регулярный осмотр ЛОР-врача, чтобы он оценил состояние ротоглотки. Также важно посещение стоматолога – для выявления очагов хронической инфекции, и невролога – для исключения фоновых состояний, которые способны усложнить протекание ОРЗ.

ОРЗ по-прежнему остается самым распространенным заболеванием у детей?

Да, поскольку ОРЗ составляют около 90% всех детских инфекционных заболеваний. Такие заболевания в большей части возникают из-за вирусов и лишь в некоторых случаях – менее 10% – имеют бактериальную природу. Впрочем, в последнее время мы отмечаем снижение заболеваемости в связи с вакцинацией.

Когда дети особенно подвержены ОРЗ?

В первые три года жизни и когда они только начинают посещать организованные коллективы – например, детский сад. Дело в том, что у малышей иммунная система только формируется, ей сложно справиться с вирусами. Влияет на плохую сопротивляемость организма и отсутствие иммунологического опыта, то есть то, что малыш до этого не сталкивался с определенной инфекцией.

Может ли на частую заболеваемость влиять генетическая предрасположенность?

Может. Наследуется способность организма реагировать определенным образом на тот или иной фактор. Но гораздо чаще на

5 цитат о закаливании

ИЗ КНИГИ М.Л. ЗЕМЛЯНИКИНОЙ-ОГНЕВОЙ
«ЕСЛИ РЕБЕНОК ЧАСТО БОЛЕЕТ»

При охлаждении кожи происходит рефлекторное сужение кровеносных сосудов как кожи, так и слизистой оболочки носа, что снижает температуру воздуха в полости носа на 2°C. При этом резко нарушается функция защитных клеток местного иммунитета слизистой оболочки, снижается поступление антител, что повышает риск развития инфекции. Закаливание тренирует реакцию сосудов и слизистых оболочек. У закаленных детей температура воздуха в полости носа при охлаждении падает всего на 0,3–0,5°C. В результате сохраняется активность факторов местного иммунитета слизистой оболочки носоглотки при колебаниях температуры окружающей среды.

При закаливании происходят изменения кровотока как в сосудах кожи и подкожной клетчатки, так и во внутренних органах. Изменяются частота сердечных сокращений и дыхания, показатели артериального давления. Это ведет к повышению уровня обмена веществ, реактивности организма, улучшению состояния нервно-психической сферы, эндокринной системы. Оздоровляющий эффект закаливания сочетается с поддержанием бодрого, жизнерадостного настроения ребенка.

ПРАВИЛА АДАПТАЦИИ К ЗАКАЛИВАНИЮ:

- > Начинать и осуществлять закаливание только при полном здоровье детей
- > Постепенно увеличивать интенсивность закаливающих процедур
- > Соблюдать систематичность и последовательность при проведении закаливающих процедур, которые только тогда и будут эффективными
- > Только систематическое выполнение поможет избежать простуд
- > Закаливание необходимо сочетать с занятиями физкультурой
- > Одежда ребенка должна быть рациональной, с учетом температуры воздуха
- > Обязательно положительное отношение ребенка к закаливанию (лучше провести закаливание 1 минуту в хорошем настроении, чем 5 минут с капризами)

Перерыв в закаливании на 2–3 недели и более снижает сопротивляемость к простудным факторам.

ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ОРВИ ЧАЩЕ ВСЕГО ИСПОЛЬЗУЮТ ТРИ ГРУППЫ ПРОЦЕДУР:

- > Закаливание воздухом (аэротерапия)
- > Закаливание водой (водолечение)
- > Закаливание солнечными лучами (гелиотерапия)



снижение иммунитета влияют недостаточное по белку и энергии питание, дефицит витаминов А, С, Е, Д, β -каротина, таких микроэлементов, как цинк, железо, селен, йод, полиненасыщенных жирных кислот, наличие хронических инфекций и болезней органов пищеварения, а также прием антибиотиков.

Получается, проблемы с пищеварительной системой могут привести к частым ОРЗ?

Да. Ребенок рождается со стерильным кишечником, микрофлору которого надо поддерживать с помощью полноценного питания. То есть малыш должен получать все необходимые витамины, микроэлементы и полиненасыщенные жирные кислоты. Важно это потому, что нормальная микрофлора кишечника повышает пищевую толерантность и снижает риск развития инфекционных заболеваний.

Хорошо, а что в таком случае повышает иммунитет часто болеющего ребенка?

Прежде всего, рациональный режим дня. Необходимо устранить занятия и игры, приводящие к перевозбуждению и переутомлению ребенка. Также нужно уменьшить стрессовые ситуации и нормализовать сон. Конечно, не стоит забывать и о вакцинации.

Сегодня против гриппа рекомендуется вакцина «Гриппол +». Иммунитет после такой прививки вырабатывается через 3–4 недели, ее эффективность составляет 90%, а при заражении заболевание протекает в более легкой форме. А против пневмококковой инфекции (менингита,

пневмонии, сепсиса) делают вакцины «Превенар» и «Пневмо-23». Правда, важно помнить, что во время обострения ОРЗ, да и любого заболевания, профилактические прививки не проводятся, поскольку организм может дать неадекватный ответ на них.

Насколько важно для ЧБД закаливание?

Оно очень полезно, поскольку помогает организму приспособиться к внезапным изменениям температуры и атмосферного давления, а также повышает иммунологическую реакцию организма. Но чтобы закаливание было не во вред здоровью, нужно помнить, что оно не требует очень низких температур. Важны контрастность воздействия и систематичность проведения процедур. В частности, очень помогает закаливание ног, а затем постепенно всего тела. При этом длительность процедуры не должна превышать 10–20 мин. Закаливание хорошо сочетать с гимнастикой и массажем грудной клетки. Правда, эффект от этой процедуры можно оценить не ранее чем через 3–4 месяца, а максимальный результат наблюдается через год от начала регулярных закаливаний.

Как можно закаливаться дома?

Самостоятельно можно проводить дома обтирание тела и обливание ног и всего тела с постепенным понижением температуры воды. Но важно помнить, что во время болезни закаляться нельзя. После нетяжелого ОРВИ процедуры можно возобновить уже через 7–10 дней. При заболевании с длительностью лихорадки более 4 дней — через 2 недели, более 10 дней — через 3–4 недели.

ОТКРЫЛСЯ ЭКСПЕРТНЫЙ ЦЕНТР ВЕДЕНИЯ БЕРЕМЕННОСТИ «МАТЬ И ДИТА – ИДК» В САМАРЕ

ВЫСОКОТЕХНОЛОГИЧНЫЕ МЕТОДЫ И ОБОРУДОВАНИЕ, КОМАНДА ОПЫТНЫХ ВРАЧЕЙ-ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ И КАЧЕСТВЕННЫЙ СЕРВИС – ВОТ ОСНОВНЫЕ КРИТЕРИИ, КОТОРЫЕ ЛЕЖАТ В ОСНОВЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КОМПАНИИ «ИДК» УЖЕ 23 ГОДА. НОВЫЙ ЭКСПЕРТНЫЙ ЦЕНТР ВЕДЕНИЯ БЕРЕМЕННОСТИ КОМПАНИИ «МАТЬ И ДИТА – ИДК» БАЗИРУЕТСЯ НА ЭТИХ ЖЕ ПРИНЦИПАХ. А ЭТО ЗНАЧИТ, ЧТО ТЕПЕРЬ ОЖИДАНИЕ МАЛЫША У ПАЦИЕНТОК ЦЕНТРА СТАНЕТ ЕЩЕ БЕЗОПАСНЫМ И КОМФОРТНЫМ.

- Уникальная для региона техническая оснащенность и соответствие мировым тенденциям выводят наблюдение беременности в экспертном центре на принципиально новый уровень. На деле это означает, что специалисты практически полностью будут контролировать развитие будущего ребенка и здоровье мамы. Как же это происходит?
- Соответствие ведущим медицинским тенденциям проявляется не только в том, что касается непосредственно лечения. Так, важной особенностью клиники «Мать и дитя – ИДК» является единая информационная база пациенток. Это позволяет доктору заглянуть в карту в любой момент, что очень удобно как для пациенток, так и для врачей.
- К примеру, здесь действует многоуровневая система контроля – впрочем, как и во всей клинике. При необходимости ведение беременности и консультации проводятся сразу несколькими специалистами, а в особо сложных случаях врачи дистанционно собирают консилиумы с экспертами из Москвы или отправляют туда пациенток.
- Наконец, клиника традиционно выделяется и за счет своей доступности. Уже два года здесь проводят циклы ЭКО по полису ОМС, а с 2016 года запланирован ряд бесплатных для пациенток гинекологических операций. Еще один бесплатный проект для пациенток центра – «Мамина школа», где с женщинами занимаются не только врачи, а даже фотографы и стилисты.
- Еще одно важное отличие – современная диагностическая лаборатория. Она производит более 1000 видов анализов, в том числе и редких. Впервые в Самаре здесь ввели неинвазивный генетический тест по крови матери для исключения генетических патологий плода и спокойствия беременной женщины за здоровье своего ребенка. В центре значительно расширен комплекс обследований, что позволяет выявить отклонения с первых недель беременности и исключить риски патологии плода.
- Все это позволяет будущим мамам быть уверенными в здоровье малыша, комфортно чувствовать себя на протяжении всей беременности и наслаждаться своим состоянием, не отвлекаясь на лишние волнения. Группа компаний «Мать и дитя – ИДК» – клиника для ответственных родителей!
- Кстати, именно малоинвазивность – один из основных принципов работы клиники. К сожалению, иногда случаются ситуации, когда проведения операции не избежать: именно в этих случаях малоинвазивный подход позволит сохранить беременность, ведь все манипуляции специалисты проводят через микропроколы, диаметр которых может достигать лишь 2,5 мм.



ЗАО «Медицинская компания ИДК»
Группа компаний «Мать и дитя»
Тел. 8-800-250-24-24

Детская поликлиника «Мать и дитя – ИДК»
Самара, ул. Гагарина/Митирева, 30/16
Клиника «Мать и дитя – ИДК»
г. Тольятти, ул. Ворошилова, 73
samara.mamadeti.ru

Экспертный центр ведения беременности
Самара, ул. Энтузиастов, 29
Тел. 8-800-250-24-24
Samara.mamadeti.ru

«ОРТОПРОФ» –

САМАРСКИЙ ЦЕНТР БАЗАЛЬНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ

РУКОВОДИТЕЛЬ СТОМАТОЛОГИЧЕСКОЙ КЛИНИКИ «ОРТОПРОФ» СЕРГЕЙ ВЛАДИМИРОВИЧ ОРЛОВ ПЕРВЫМ В ГОРОДЕ СТАЛ ИСПОЛЬЗОВАТЬ МЕТОД БАЗАЛЬНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ, А ЗУБОТЕХНИЧЕСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ КЛИНИКИ ПЕРВОЙ В САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ НАЧАЛА ИЗГОТАВЛИВАТЬ ЗУБНЫЕ ПРОТЕЗЫ НА БАЗАЛЬНЫХ ИМПЛАНТАТАХ. ЭКОНОМИЯ ВРЕМЕНИ, СРЕДСТВ И ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – ЭТО ОТНОСИТСЯ НЕ ТОЛЬКО К НОВОЙ ТЕХНОЛОГИИ, НО И КО ВСЕМУ КОМПЛЕКСУ ОКАЗЫВАЕМЫХ ЗДЕСЬ УСЛУГ.



СЕРГЕЙ ВЛАДИМИРОВИЧ ОРЛОВ,
руководитель стоматологической клиники
«Ортопроф»:

Не стоит доверять сторонним отзывам о преимуществах того или иного метода имплантации, ведь полную картину может увидеть только профессионал, а также дать совет после личного осмотра. Но, несомненно, базальная имплантация – незаменимый и замечательный метод, позволяющий отчаявшимся пациентам с большой потерей зубов и атрофией костной ткани обрести полноценные несъемные протезы и очаровательную улыбку за 72 часа. За год нами выполнено несколько десятков «тотальных» работ и около 30 сегментов. Все операции прошли успешно, и пациенты довольны.



Способ базальной имплантации изобрел швейцарский профессор Стефан Иде на базе центров, специализирующихся на разработке инновационных имплантационных методов. Сегодня в европейское сообщество имплантологов входят ведущие клиники Европы.

Метод базальной имплантации считается самым современным и революционным, а при дистрофии костного остова челюсти – единственным решением.

Имплантаты устанавливаются путем обычного прокола, без разрезов, при этом фиксация проводится в глубоких слоях костной структуры, которые более стерильны, чем верхние. Такой способ установки позволяет свести к минимуму процент отторжения имплантатов и сократить срок остеоинтеграции в несколько раз.

Через 72 часа после операции полностью восстанавливается эстетика и жевательная функция. Постепенно увеличивая жевательные нагрузки, пациент оказывает давление на искусственные корни, которые в свою очередь стимулируют естественные процессы восстановления костной ткани.

Стоимость базальной имплантации в разы ниже, чем при классической методике, поскольку проводится в одно посещение, без подсадки костной ткани и прочих манипуляций, увеличивающих прейскурант.

Стоматологическая клиника «Ортопроф» является официальным представителем швейцарских базальных имплантатов BioMed, а ее зуботехническая лаборатория первой в Самарской области стала изготавливать зубные протезы на базальных имплантатах, после того как техники прошли обучение в Швейцарии по данной технологии.



О ВОЗМОЖНОСТИ ПРОТИВОВОЗДЕЙСТВИЯ ЗАПАДНЫМ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАНИИ



**ТАМАРА ВИКТОРОВНА
БЕЛОУСОВА,**
Новокуйбышевск

Несколько лет назад я достаточно больно и долго лечила зубы на нижней челюсти. А потом узнала, что клиника «Ортопроф» – единственная в Самаре – выполняет современный вид протезирования – базальную имплантацию. Пришла просто на консультацию, а ушла с решением доверить зубы только этим врачам. Мне есть с чем сравнивать. В клинике замечательный персонал, а главное – высококвалифицированные врачи. Теперь я всем родственникам и знакомым советую «Ортопроф». В следующий раз приеду в клинику уже с дочерью.



**НАДЕЖДА ВЕНИАМИНОВНА
СТЕПАНОВА,**
Бугуруслан

Моя дочь несколько лет назад ставила пломбу в клинике «Ортопроф» и осталась под большим впечатлением. Поэтому, когда у меня появились проблемы с зубами, я точно знала, куда обращаться. Скажу одно: такого я еще не встречала. Врачи не просто ставят перед фактом, какое лечение необходимо, – они все объясняют, приводят аргументы, дают возможность выбора. В итоге я решилась на базальную имплантацию. Вторая приятная новость – все сделали за 3 дня! Меня покорила работа – все протезирование выполнялось строго по графику. Теперь я могу улыбаться с удовольствием, потому что мои зубы выглядят красиво и естественно.

ОТЗЫВЫ ПАЦИЕНТОВ – ДОКАЗАТЕЛЬСТВО УРОВНЯ



**МАРГАРИТА ВЛАДИМИРОВНА
ГУДКОВА,**
Самара

С клиникой «Ортопроф» у меня давно сложились хорошие, доверительные отношения. Больше четырех лет хожу только туда. Когда-то у меня были серьезные проблемы с зубами – даже не хочется вспоминать. Тогда врачи посоветовали грамотное решение, и меня оно устроило. Тем более что в это время в клинике проходила акция на протезирование, а еще можно было записаться на прием в удобное время. На нижней челюсти мы использовали базальные имплантаты, а на верхней установили протез – стоматолог сделал все так хорошо, что у меня даже нет необходимости его снимать. Спасибо врачам за работу, а коллективу – за добродушный прием.



**АНДРЕЙ НИКОЛАЕВИЧ
ЕВДОКИМОВ,**
Самара

С клиникой «Ортопроф» я знаком всего месяц, но они уже расположили меня к себе. Чем? Своим отношением. Врачи прислушивались к моим пожеланиям, ничего не навязывая. Кстати, сделать всю верхнюю челюсть получилось в два раза дешевле, чем я рассчитывал. Теперь любому могу посоветовать базальную имплантацию.



ОРТОПРОФ
ОБЛОЩЬОФ



ОРТОПРОФ
СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА

ЗУБОТЕХНИЧЕСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ



ДЕЛО В ТЮБИКЕ КАК ВЫБРАТЬ ЗУБНУЮ ПАСТУ

ДАЖЕ В ТАКОМ ЭЛЕМЕНТАРНОМ, КАЗАЛОСЬ БЫ, ДЕЛЕ, КАК ВЫБОР ЗУБНОЙ ПАСТЫ, ЕСТЬ СВОИ ПОДВОДНЫЕ КАМНИ – И НЕМАЛЫЕ. ОРИЕНТИРУЯСЬ НА РЕКЛАМНЫЕ РОЛИКИ, ЯРКУЮ УПАКОВКУ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНУЮ ЦЕНУ МЫ ПОКУПАЕМ ПЕРВОЕ, ЧТО ОКАЗЫВАЕТСЯ ПОД РУКОЙ, ДАЖЕ НЕ ЗАДУМЫВАЯСЬ О СОСТАВЕ, КОТОРЫЙ ПОПАДЕТ НА СЛИЗИСТУЮ РТА, И ТОМ ДЕЙСТВИИ, КОТОРОЕ ОН НА НЕЕ ОКАЖЕТ. О ЧЕМ ЖЕ НУЖНО ПОМНИТЬ, ВЫБИРАЯ ПАСТУ?

01 теория паст

По своему назначению зубные пасты традиционно делят на три группы: гигиеническо-эстетические, лечебные и лечебно-профилактические. Первая группа поддерживает гигиену полости рта, освежает дыхание, оптически отбеливает зубы, но ее стоит использовать только людям с абсолютно здоровыми зубами.

Вторая группа – лечебные пасты, которые могут содержать в составе различные медикаменты – вплоть до антибиотиков, обладая противовоспалительным или противокариозным действием. Их можно использовать только по назначению врача-стоматолога и строго ограниченное время – иначе тот же антибиотик, поборов болезнетворную флору, примется и за полезную.

Шире всего распространена третья группа – лечебно-профилактические пасты. При их выборе важно помнить, что сами по себе зубные пасты не являются лекарством – их можно использовать только как вспомогательное средство. В частности, лечебно-профилактические пасты являются хорошим средством профилактики, подавляя начальные признаки кариеса и снижают вредное воздействие патогенной микрофлоры. Определить, какую именно пасту нужно использовать в данный момент, поможет сопоставление диагноза, а в идеале и рекомендаций стоматолога с активными компонентами в составе пасты. Туда могут входить растительные компоненты, биологически активные добавки, биосолы, полезные минералы.



выбрать цель

Для того чтобы паста работала эффективно, нужно понять, с какой задачей она должна справиться.

Заболевания десен (пародонтоз, пародонтит, гингивит)

Существуют пасты, предназначенные для восстановления в деснах нарушенного обмена веществ при пародонтозе, а также помогающие при лечении пародонтита и его легкой формы – гингивита. Они содержат в составе следующие элементы: лактат алюминия, фториды, антисептики (хлоргексидин, триклозан), бактерицидные вещества (метрагил, метронидазол), экстракты лечебных растений, прополис, микроэлементы, минеральные соли, витамины.

Зубной налет и зубной камень

Для удаления зубного налета и замедления формирования зубного камня предназначены пасты, содержащие соли цинка или пирофосфаты. А вот использование паст с триклозаном для борьбы с зубным налетом многие стоматологи сейчас считают рискованным: исследования показывают, что триклозан запускает у бактерий генные мутации, развивающие резистентность к антибиотикам.

Гиперчувствительность зубов

Для снижения чувствительности зубов используются пасты, в составе которых содержатся хлорид стронция, нитрат калия, цитрат калия. Однако прежде чем использовать их, необходимо проконсультироваться со стоматологом, поскольку снижение чувствительности может замаскировать деминерализацию зубной эмали, а также начало пришеечного кариеса.

Кариес

Главным борцом с кариесом традиционно считается фтор. Однако врачи расходятся во мнении по поводу его пользы и вреда: доказано, что перенасыщение организма фтором ведет как к флюорозу, так и к серьезным заболеваниям. Впрочем, жителям Самарского региона из-за состава местной воды передозировка фтора не грозит – скорее речь идет о его дефиците. Поэтому стоматологи рекомендуют самарцам использовать фторсодержащие пасты уже с годовалого возраста, но при этом необходимо обращать внимание на дозировку. Так, для детей от 1 года до 6 лет содержание фтора не должно превышать 500 ppm F, с 6 до 9 лет – 1000 ppm F, а с 9 лет ребенку в нашем регионе необходима уже взрослая зубная паста, содержащая 1400-1500 ppm F.



При использовании фторсодержащих паст следует помнить о мерах безопасности. В частности, тщательно полоскать рот после чистки и ни в коем случае не глотать пасту. Также не рекомендовано пользоваться фторсодержащей пастой постоянно – лучше посоветоваться со стоматологом по поводу длительности курса. Обычно пасты с соединениями фтора советуют использовать не дольше 4 недель. Из-за этих ограничений производители зубных паст предпочитают для профилактики кариеса использовать кальций – он особенно рекомендован, если на зубах есть деминерализованные участки в виде белых меловидных пятен, а также при симптомах повышенной чувствительности зубов. Стоит обратить внимание и на присутствие в составе высокоактивных и легкоусвояемых соединений кальция: кальция пантотенат, кальция лактат, кальция глицерофосфат, гидроксиапатит. Очень важно, чтобы в составе пасты не было соединений фтора и кальция одновременно, так как они связываются в нерастворимую соль, что препятствует выделению активных ионов как фтора, так и кальция.



НЕЖЕЛАТЕЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ В СОСТАВЕ ЗУБНЫХ ПАСТ

Наиболее продвинутые производители в настоящее время указывают на своих пастах в первую очередь то, чего они не содержат – вещества, вред от которых, по последним данным ученых, превышает пользу.

Сахарин

Используется для придания пасте более приятного вкуса, но в больших дозах может быть канцерогеном, потому запрещен для использования во многих странах.

Лаурилсульфат натрия и натрия лаурилсаркоцинат

Используется не только в зубных пастах, но и во многих гелях и шампунях. В больших концентрациях добавка плохо влияет на слизистые оболочки, сильно высушивая их.

Хлоргексидин

Противомикробный компонент. Провоцирует дисбактериоз слизистой, поскольку вместе с болезнетворными бактериями уничтожает и естественную флору полости рта.

Триклозан

Антибактериальная добавка. Согласно результатам недавних исследований, этот агент может иметь отношение к проблемам с щитовидной железой, а также нарушает процесс, с помощью которого все мышцы нашего организма, включая и сердце, получают сигналы от мозга.

Красители

Могут стать сильными аллергенами.

6 ВАЖНЫХ ТРЕБОВАНИЙ К ДЕТСКОЙ ПАСТЕ

1. Содержание фтора в соответствии с возрастом
2. Низкая абразивность
3. Удобная и безопасная упаковка
4. Комплекс молочных ферментов (таких как лактопероксидаза, лизоцим), которые помогают качественно очистить зубы
5. Присутствие казеина – натурального белка, который способствует защите от кариеса, укрепляя эмаль
6. Обогащение состава кальцием, помогающим формированию эмали



МЕДИЦИНА



ДЕЛО ДОБРОВОЛЬНОЕ! ЧТО Я ЗНАЮ ПРО ДМС?

КАК ПОКАЗЫВАЕТ ПРАКТИКА, В ВОПРОСАХ ДМС ХОРОШО РАЗБИРАЮТСЯ ТРИ КАТЕГОРИИ ГРАЖДАН: РАБОТНИКИ СТРАХОВЫХ КОМПАНИЙ; ТЕ, КОМУ СТРАХОВКУ ПРЕДОСТАВИЛИ НА РАБОТЕ, А ТАКЖЕ ТЕ НЕМНОГИЕ, КТО ПРИОБРЕЛ ЕЕ САМОСТОЯТЕЛЬНО – ТО ЕСТЬ В МАСШТАБАХ МНОГОМИЛЛИОННОЙ СТРАНЫ – ЕДИНИЦЫ. ЕСЛИ НА ЗАПАДЕ КУПЛЕННЫЙ НА СВОИ КРОВНЫЕ СТРАХОВОЙ ПОЛИС – ОБЫЧНАЯ ПРАКТИКА, ТО В РОССИИ ЭТО ПО-ПРЕЖНЕМУ ПОЧТИ ЭКЗОТИКА. МЕЖДУ ТЕМ ДОБРОВОЛЬНОЕ МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ МОЖЕТ ПРИНЕСТИ НЕМАЛО ПОЛЬЗЫ – ЕСЛИ, КОНЕЧНО, РАЗОБРАТЬСЯ, ЧТО К ЧЕМУ.

ОСНОВНОЙ ИНСТИНКТ

ДМС – вид страхования, который обеспечивает лечение сверх того, что обычно входит в полис обязательного медицинского страхования, или ОМС. Считается, что ДМС гарантирует гражданам повышенный уровень комфорта – и отчасти так оно и есть, ведь услуги в данном случае оказываются либо в частных клиниках и центрах, либо в платных отделениях государственных лечебных учреждений. Получается, что лечение в рамках и ОМС, и ДМС может осуществляться совершенно одинаковое и в одном и том же месте, но в первом случае – с длинными очередями и потерей времени, а во втором – в отдельной палате. Эти расходы компенсирует страховая компания, если, конечно, ситуация на самом деле требует врачебного вмешательства, что является довольно существенным уточнением для тех, кто любит ходить в больницу при каждом случае.

Получить ДМС не сложнее, чем купить любой другой страховой продукт, – нужно заключить договор с компанией, определить для себя «пакет» желательных услуг и произвести оплату. Важный момент: при наступлении страхового случая, то есть при ухудшении самочувствия, звонить нужно именно в страховую, а не в больницу. Если этого не сделать, владельца полиса могут ждать проблемы: от строгого выговора до увеличения стоимости услуг. Дело в том, что только при прямом обращении страховая компания может контролировать, соответствует ли счет, выставленный учреждением, где проходило лечение, изначальному запросу – говоря проще, такая бдительность помогает избежать накрутки.

Обращение в больницу через представителя никак не сказывается на скорости оказания лечения. Больше того, обычно оно начинается быстрее обычного, поскольку стационарная помощь в данном случае организуется через коммерческую скорую – впрочем, на всякий случай этот момент лучше уточнить до заключения договора. Если же владельцу полиса показалось, что его «недолечили» и какие-то услуги были оказаны в ненадлежащем объеме и качестве, нужно снова обратиться в страховую компанию, которая призвана защищать интересы своего клиента.

НЕ КОРЫСТИ РАДИ, А ТОКМО ПОЛЬЗЫ ДЛЯ

Сколько же стоит ДМС? Цена зависит от набора услуг, которые входят в комплект. Как правило, нижняя планка начинается от 400–500 долларов, однако у каждой страховой свои правила и программы, поэтому в теории есть вероятность найти более бюджетный вариант. На цену влияют такие факторы, как, например, включение стоматологических услуг, – они всегда недешевы. Если предполагается частое посещение медицинского учреждения, цена снова поползет вверх. Увеличится стоимость и в том случае, если имеются серьезные хронические заболевания, токсические зависимости по типу алкоголизма или ВИЧ – в этом случае полис вообще могут не продать. Кроме того, ставка расчета увеличивается для клиентов старше пятидесяти лет.

Получается, что моментов повышения цены достаточно много, поэтому компании предлагают комфортные условия оплаты – например, беспроцентную рассрочку. Как правило, полис ДМС действует год, и в некоторых страховых в течение этого времени вполне реально изменить изначально прописанные условия – правда, скорее всего, придется сделать дополнительный взнос. Если же медпомощь придется оплачивать из личных средств, несмотря на наличие ДМС, страховая должна возместить все расходы.

Многие мамы выбирают для своих детей дополнительное медицинское страхование – и их можно понять. В этом случае главенствующую роль играют такие факторы, как прием по записи, отсутствие очередей и более долгий прием у врача. Обычно самый дорогой полис ДМС – для детей до года, ведь им требуются постоянный контроль, регулярные осмотры и соблюдение графика вакцинации. Следующие категории – от года до трех, от трех до семи и от семи до семнадцати – бьют по карману существенно мягче.



ПО ПРАВДЕ СКАЗАТЬ

Полис ДМС – это не абонемент в больницу. Важно понимать, что медицинскую помощь окажут только при наличии серьезных показаний. Поэтому ипохондрикам такой вариант подойдет едва ли

ВСЕ ПО РЕЕСТРУ

Услугами частных медучреждений сегодня позволяет пользоваться и полис ОМС. Проверить, входит ли нужная клиника или центр в систему бесплатной медицинской помощи, можно в реестре медицинских организаций на сайте Территориального фонда обязательного медицинского страхования Самарской области

ВНИМАНИЕ, ВНИМАНИЕ!

В большинстве случаев подводные камни и потенциальные опасности ДМС связаны с недобросовестной работой страховой компании. Поэтому, как отмечают юристы, очень важно читать весь договор полностью – особенно фрагменты, написанные мелким шрифтом, поскольку туда могут быть включены ненужные услуги. При расчете стоимости хорошо бы проверить вместе с агентом все параметры, чтобы быть уверенным в том, что коэффициент не включает в себя повышенного значения, не соответствующего реальной ситуации. Бывают случаи, когда договор предписывает посещать врача с определенной периодичностью: в этой ситуации лучше узнать заранее, что будет, если пропустить визит.

Стоит также дополнительно уточнить условия расторжения контракта и возмещения денежных средств, а также узнать, с какими диагнозами по страховке не обслуживают.

Кром того, нужно учитывать, что выйти за рамки программы не удастся, – доступен будет именно тот объем лечения, который оговаривался изначально.

Стандартный пакет услуг по полису ДМС обычно включает в себя прикрепление к поликлинике, вызов врача на дом, услуги скорой. Поэтому лучше заранее продумать, какие дополнительные возможности нужны и какие услуги будут приоритетными. Это поможет сделать на них акцент и сформировать полис именно под свои индивидуальные потребности – такой рациональный подход будет логичным, удобным и в конечном итоге выгодным.

4 РАЗА «НЕТ»

Полис ДМС не действует, если:

- 1 нанесен сознательный вред собственному здоровью;
- 2 травма, увечье или иной ущерб здоровью были получены во время совершения преступного деяния, в состоянии наркотического или алкогольного опьянения;
- 3 при наличии определенных видов болезней: трудноизлечимых и смертельных заболеваний;
- 4 как правило, помощь по ДМС также не распространяется на психические заболевания, посещение косметолога и тому подобные виды медицинской помощи.

ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ?

ТЕКСТ: АНАСТАСИЯ КУРОЧКИНА. ФОТО: DEPOSITPHOTOS

ПОСИДЕЛИ НА СКВОЗНЯКЕ, ЗАМЕРЗЛИ, ПЕРЕУТОМИЛИСЬ, СПУСТИЛИСЬ В ЛИФТЕ С ПРОСТУЖЕННЫМ СОСЕДОМ, И ВОТ УЖЕ ПОЯВЛЯЮТСЯ ЖАР, ПЕРШЕНИЕ В ГОРЛЕ И ДРУГИЕ ПЕЧАЛЬНО ИЗВЕСТНЫЕ КАЖДОМУ СИМПТОМЫ. НЕСМОТРИ НА ТО, ЧТО ЗАБОЛЕВАНИЯ, ВЫЗВАННЫЕ ВИРУСНЫМИ ИНФЕКЦИЯМИ, ЛЕЧАТСЯ ДОВОЛЬНО БЫСТРО, ОНИ МОГУТ СПРОВОЦИРОВАТЬ ОСЛОЖНЕНИЯ – ОСОБЕННО, КОГДА РЕЧЬ ИДЕТ О ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ И ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ.

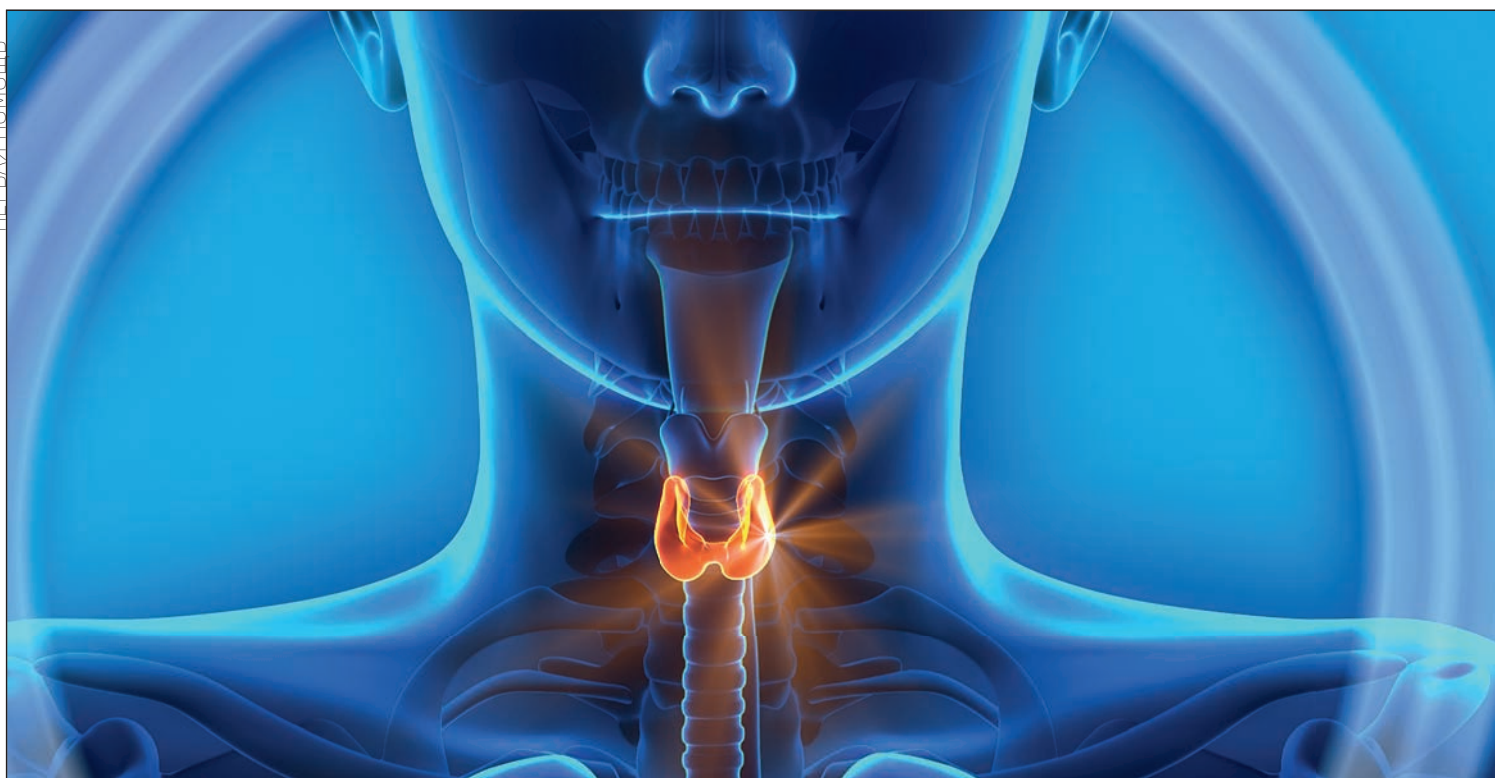
ЧТОБЫ ПРОСТУДА ПРОТЕКАЛА МЕНЕЕ БОЛЕЗНЕННО, НУЖНО НЕ ЗАБЫВАТЬ О ПЕРВОЙ ПОМОЩИ.

КАК РАСПОЗНАТЬ?



Один из признаков или их совокупность:

- ✓ общее недомогание;
- ✓ слабость;
- ✓ снижение работоспособности;
- ✓ ломота в мышцах и суставах;
- ✓ повышенная температура тела;
- ✓ озноб;
- ✓ головная боль;
- ✓ снижение аппетита;
- ✓ чихание;
- ✓ боль и раздражение в горле;
- ✓ хрипота;
- ✓ насморк;
- ✓ кашель;
- ✓ увеличение лимфатических узлов на шее, в подмышках, на затылке;
- ✓ у детей до года может быть – вздутие живота, диарея, метеоризм.



КАК ПОМОЧЬ?



- ✓ Обеспечить больному полный покой.
- ✓ Измерить температуру тела. Если она ниже 38 градусов, сбивать ее не нужно – так организму будет легче справиться с вирусом. Если выше, обтереть тело 3%-ным раствором уксуса, разведенного с водой в соотношении 1:1, водкой или спиртосодержащими напитками либо дать жаропонижающее средство. Например, парацетамол.
- ✓ Обеспечить заболевшего теплом. Если высокой температуры нет, нужно попарить ноги горячей водой с добавлением горчицы, затем тепло одеться и лечь в постель. Принимать же горячие ванны не стоит, так как борющемуся с инфекцией организму нельзя давать лишнюю нагрузку.
- ✓ Обильно поить больного. Грудных – водой, а детей постарше и взрослых – витаминсодержащими напитками: клюквенным и брусничным морсом, компотом, настоем шиповника, чаем с лимоном или медом. Жидкость разжижает кровь, и инфекция быстрее попадает в почки и выводится из организма.
- ✓ Малышей старше трех лет можно поить чесночным настоем. Для этого надо заварить одну дольку чеснока в стакане кипятка, настоять в течение часа и дать ребенку половину стакана такого напитка. Подросткам и взрослым можно есть лук и чеснок.
- ✓ Кормить больного пищей, богатой углеводами и витаминами. Детям нельзя давать тяжелую пищу. Также простудившемуся надо есть больше кисломолочных продуктов. Они поддержат микрофлору кишечника. Особенно это важно для тех, кто принимает антибиотики.
- ✓ Давать заболевшему куриный бульон. Он укрепляет иммунитет, уменьшает боль в горле и оказывает жаропонижающий эффект.
- ✓ При появлении насморка промывать носовые ходы соленой водой (половину чайной ложки соли растворить в стакане теплой воды). Для промывания носа у детей нужно воспользоваться специальной маленькой грушей. Голову при этом нельзя запрокидывать – вода должна выливаться обратно через нос. Сосудосуживающие капли лучше не использовать. Они вызывают привыкание и нарушают питание слизистой оболочки носа. Также полезно приложить на область переносицы мешочки с прогретой солью, гречкой или смазать ее небольшим количеством согревающей мази. Например, «Звездочкой» или «Доктором Момом».
- ✓ Горло полоскать травяными средствами, солевым раствором, фурацилином. Если нет температуры, на область шеи сделать водочный или медовый компресс. Можно провести ингаляции на основе эвкалипта, шалфея, ромашки, коры дуба. Для смягчения горла применять антисептические леденцы («Лизобакт», «Фарингосепт»).
- ✓ Против кашля использовать отхаркивающие средства. Например, «Грудной сбор», «Мукалтин» или «Амбробене».
- ✓ Давать противовирусные препараты и иммуностимуляторы.
- ✓ Разложить нарезанные лук и чеснок по квартире. Это окажет противовирусный эффект.



KPACOTA

ТРИ ВОЗРАСТА МОЛОДОСТИ

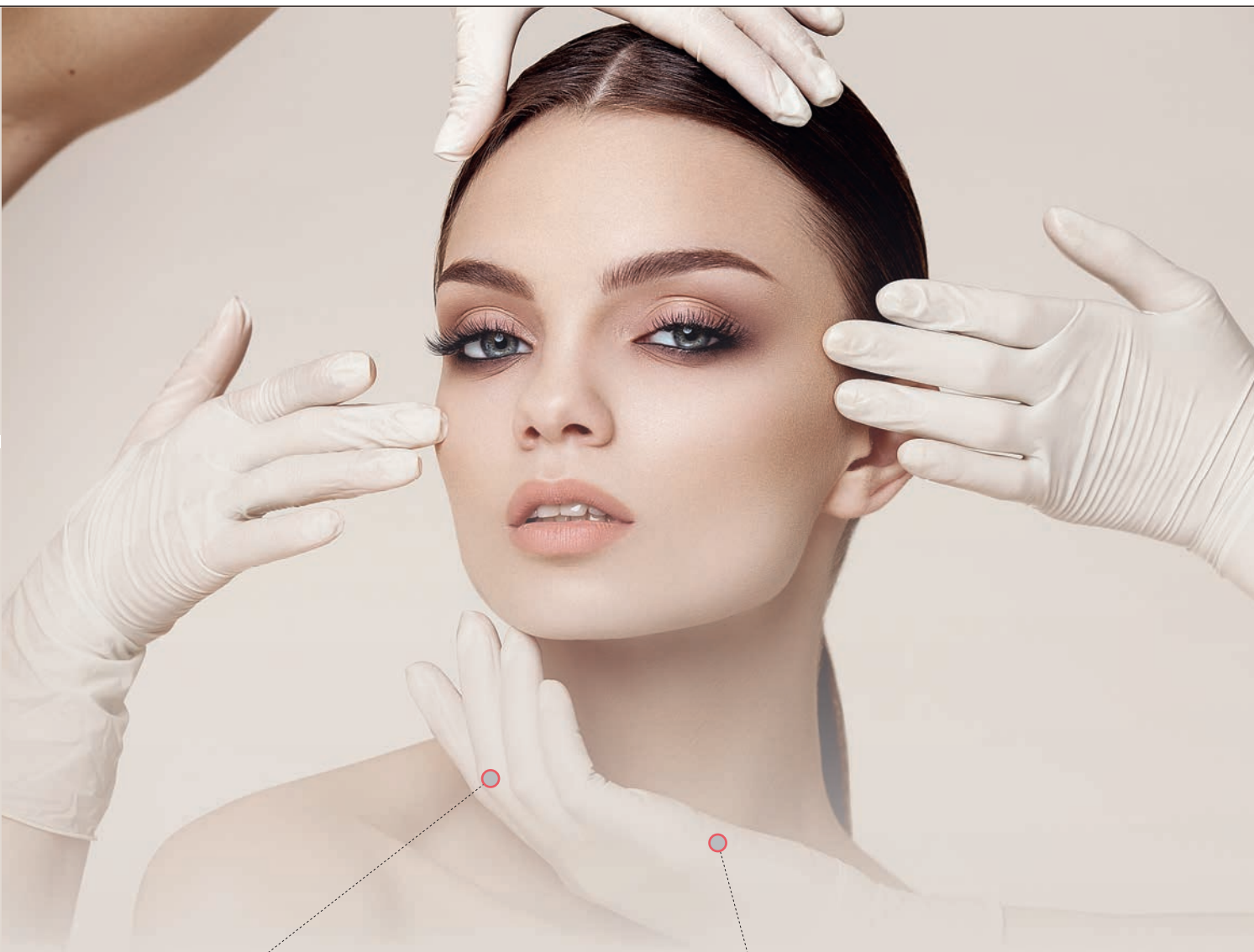
УЧЕНЫЕ УТВЕРЖДАЮТ: ДО 25 ЛЕТ В ОРГАНИЗМЕ ЧЕЛОВЕКА ДОМИНИРУЮТ ПРОЦЕССЫ РЕГЕНЕРАЦИИ, А ВОТ ПОСЛЕ ЭТОГО РУБЕЖА РАЗРУШЕНИЯ В КЛЕТКАХ УЖЕ НЕОБРАТИМЫ. ТАК НАЧИНАЮТСЯ ИЗМЕНЕНИЯ В ТЕЛЕ, КОТОРЫЕ ПРИНЯТО НАЗЫВАТЬ СТАРЕНИЕМ. НА ЛИЦЕ ОНИ СНАЧАЛА ПОЧТИ НЕЗАМЕТНЫ И ВЫДАЮТ СЕБЯ ЛИШЬ КРОШЕЧНЫМИ МОРЩИНКАМИ, СНИЖЕННЫМ ТОНУСОМ, РАСШИРЕННЫМИ ПОРАМИ И ПРОЧИМИ МЕЛКИМИ ДЕФЕКТАМИ. НО С ГОДАМИ СИНТЕЗ БЕЛКОВ И КЛЕТОЧНОЕ ДЕЛЕНИЕ ЗАМЕДЛЯЮТСЯ, А ЭСТЕТИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СТАНОВЯТСЯ БОЛЕЕ ВЫРАЖЕННЫМИ. ПО СЧАСТЬЮ, СОВРЕМЕННАЯ КОСМЕТОЛОГИЯ ПРЕДЛАГАЕТ ОГРОМНЫЙ И ПОСТОЯННО ПОПОЛНЯЮЩИЙСЯ АРСЕНАЛ РЕШЕНИЙ, ЗАПУТАТЬСЯ В КОТОРЫХ НЕПОСВЯЩЕННОМУ УМУ БУДЕТ ПРОЩЕ ПРОСТОГО. ЧТОБЫ ЭТОГО НЕ ПРОИЗОШЛО, ПОПРОБУЕМ СИСТЕМАТИЗИРОВАТЬ ИХ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВОЗРАСТА И УРОВНЯ ПРОБЛЕМЫ.

УРОВЕНЬ 1: НАЧАЛО

ЗАМЕДЛЯЕМ ВРЕМЯ

Главная задача, о которой должна помнить каждая девушка, – это максимальное сохранение свежего и юного вида кожи лица и тела. Специалисты не устают повторять: предотвратить проблему легче, чем потом устранять ее. И хотя со старением этот номер не прокатит – никуда от него не денешься, – замедлить процесс как минимум визуально вполне реально. Так, при невыраженных косметических проблемах, характерных для возраста до 25 лет (а если повезет, то и после), эксперты рекомендуют делать упор на уходовые процедуры. Вот примерный, но проверенный и «рабочий» алгоритм: обязательное глубокое очищение, тонизирование кожи, проведение процедуры – например, пилинга, маски или массажа – и завершение нанесением крема или сыворотки с активными компонентами в составе. Особое внимание можно обратить на коллагеновую маску, поскольку снижение уровня именно этого коварного белка приводит к старению кожи, уменьшению ее эластичности и упругости. Синтез коллагена замедляется примерно с 25 лет, поэтому с

этого возраста будет нелишним хотя бы раз в неделю проводить подобные процедуры. Сделать их возможно и на дому, однако в этом случае ждать экстраординарного результата не стоит. Дело в том, что специалисты салонов красоты используют специальные профессиональные средства с повышенной концентрацией активных веществ, которые нередко требуют соблюдения определенного ритуала проведения. В этом случае выручат домашние линии профессиональной косметики, которые, как правило, можно приобрести там же после обязательной консультации специалиста. Проведение одной уходовой процедуры в месяц и последующее поддержание ее результата в домашних условиях позволят сохранить свежесть и молодость кожи, не задумываясь о более радикальных методах. При проблемной коже поможет один из сонма пилингов, каждый из которых отвечает за конкретный результат – например, отшелушивание, улучшение цвета кожи, сужение пор, устранение проявлений пигментации. В борьбе с акне пилинг может применяться курсом для уменьшения высыпаний, жирности кожи и других проявлений угревой болезни.

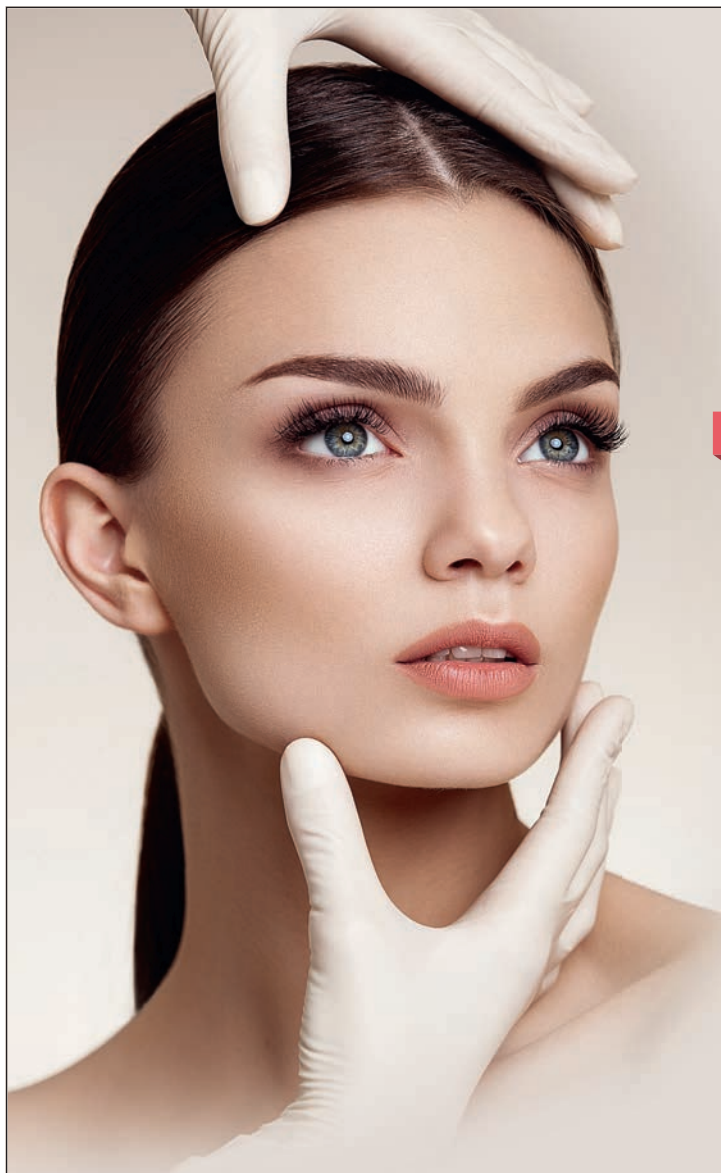


УРОВЕНЬ 2: ЗОЛОТАЯ СЕРЕДИНА

КРАСОТА ПОЧТИ НЕ ТРЕБУЕТ ЖЕРТВ

Более серьезные проблемы решают процедуры с использованием микро-инъекций. Одна из наиболее популярных – мезотерапия – доставляет в среднюю часть дермы витамины и минералы, нуклеиновые и аминокислоты или же коктейль из данных препаратов. Эффект от мезотерапии может быть виден не сразу, а только после пройденного курса, хотя поклонники часто отмечают мгновенные преображения. Одной из разновидностей мезотерапии является карбокситерапия – только под кожу вводится не коктейль омолаживающих препаратов и витаминов, а углекислый газ. Такая «шоковая терапия» стимулирует кровообращение, расщепляет подкожные жировые отложения и повышает высвобождение кислорода оксигемоглобином. Обработанный участок получает мощный стимул к регенерации. В результате уже после нескольких процедур происходит реконструкция кожи изнутри.

Другая не менее популярная и эффективная инъекционная процедура – биоревитализация, при которой под кожу тончайшими углами вводится гиалуроновая кислота, – вещество, родственное коже, одна молекула которой способна удерживать 500 молекул воды. Этот факт не пустой звук, а реальная возможность повысить уровень увлажненности и придать лицу и телу здоровый свежий вид. Кроме того, такие инъекции стимулируют образование собственного эластина, коллагена и гиалуроновой кислоты, что приводит к омолаживанию с ярко выраженным эффектом подтяжки и улучшению цвета лица. Данный метод можно применять не только при проблемах на лице, но и на всех участках тела. Биоревитализация и мезотерапия являются практически безболезненными, что достигается за счет применения очень тонких и коротких игл и возможности нанесения на кожу обезболивающего крема. Замыкает «хитовую» тройку уколов красоты всенародно признанный ботокс. Во время этой процедуры в мимические морщины вводится ботулотоксин, парализующий мышцы и тем самым разглаживающий рельеф кожи – за счет уколов, разумеется.



УРОВЕНЬ 3: ПРОДВИНУТЫЙ

ТЯЖЕЛАЯ АРТИЛЛЕРИЯ В БОРЬБЕ ЗА МОЛОДОСТЬ

Тем, у кого признаки старения выражены более явно, рекомендуют обратить внимание на аппаратную косметологию. Современные лазерные установки по технологичности могут сравниться разве что с космическим производством. Лазерное омоложение условно делится на две большие группы – неабляционное (без повреждения кожи) и абляционное (с повреждением).

Неабляционное омоложение проводится на диодных и неодимовых лазерах и действует за счет световой энергии – нагревая дерму, лазерный луч создает стимул для синтеза коллагена и эластина. По тому же принципу работает и фотоомоложение, однако без анестезии процедуру выдержать сложно – ощущения сомнительные. Пожалуй, единственный минус и той, и другой процедуры в том, что с проблемами, характерными для возраста 45+, они не справятся.

Абляционное воздействие гораздо более эффективное и, к сожалению, травматичное – по сути оно является шоком для кожи. Особенно это относится к лазерной шлифовке, которая снимает верхний слой дермы. Именно поэтому использование данной технологии постепенно уходит в прошлое – ее заменяет фракционный термолиз. Без обезболивания в данном случае тоже не обойтись, но такие плюсы, как отсутствие кровоточащей раны и срок реабилитации до 10 дней, выглядят убедительно. Результаты же не уступают «шлифовочным» – разглаживание даже глубоких морщин, выравнивание рельефа, лифтинг обвисших тканей. Абляционное омоложение проводят на CO₂-лазерах и эрбиевых установках.

Другая, относительно новая аппаратная технология спрятана под аббревиатурой ELOS, которая и раскрывает принцип ее действия: аппаратная и оптическая, то есть световая энергия. Попадая в сосочковый слой, состоящий из тонких пучков коллагеновых и эластиновых волокон, ELOS-луч запускает мощный процесс регенерации и создает эффект заполнения морщин изнутри. Процедура протекает комфортно, хотя гиперчувствительным особам лучше справиться у косметолога о способах обезболивания.

Согласно мировой статистике, почти 2/3 всех косметических средств предназначены для борьбы со старением кожи.

Секреты красоты и здоровья

ЗАГОРОДНЫЙ SPA-ОТЕЛЬ «ГОСТИНЫЙ ДВОР «ЭЛЕКТРОЩИТ»

ГОСТИНЫЙ ДВОР — ЭЛЕКТРОЩИТ —

Уровень. В салоне представлены профессиональная косметика и космецевтика из Европы и Японии.

Отличие. Одна из уникальных beauty-услуг салона – SPA-выходные, которые можно провести здесь же, расположившись в уютном загородном отеле.

Гармония. В салоне представлен соляной грот, известный своим укрепляющим действием на организм.

Салон «Гостинный двор «Электрощит» предлагает различные варианты уходовых и релакс-программ вдали от городской суеты

- МАССАЖ
- ОБЕРТЫВАНИЯ
- ХАММАМ
- ИНЪЕКЦИОННЫЕ МЕТОДИКИ
- СОЛЯНОЙ ГРОТ
- ПРОЦЕДУРЫ УХОДА ЗА ЛИЦОМ И ТЕЛОМ
- МАНИКЮР И ПЕДИКЮР
- УХОД ЗА ВОЛОСАМИ
- ФИТОБИОЛОГИЧЕСКАЯ КОСМЕТИКА METHODE CHOLLEY
- ЯПОНСКАЯ КОСМЕЦЕВТИКА LA SINSERE

Самара, п. Красная Глинка, квартал 2, д. 35, тел. 8 (846) 372-42-22 (72)



Мощное омоложение запускает и криотерапия, основанная на воздействии жидким азотом на кожу. Минусовые температуры вызывают рефлекторное сужение и расширение сосудов, что способствует интенсивному насыщению клеток дермы кислородом, оптимизации обменных процессов, укрепляет сосуды, активизирует кровообращение. Применение «заморозки» также позволяет улучшить проникновение активных веществ из последующих процедур – масок или инъекций. Омолаживающий эффект для кожи лица и тела с помощью данного метода эффективен и безопасен, не имеет побочных действий, а противопоказания криотерапии можно практически свести к нулю. При этом никаких неприятных ощущений не возникает. Это лишь некоторые из возможных омолаживающих процедур аппаратной косметологии. Главное, о чем нужно помнить, выбирая их, – компетенция мастера. Риск серьезно травмировать кожу очень высок, а значит, не надо стесняться спросить у специалиста, который будет делать процедуру, сертификат, подтверждающий его квалификацию и умение работать на данном приборе.

ПРАВИЛА СОХРАНЕНИЯ КРАСОТЫ И МОЛОДОСТИ:

- + Регулярно очищать поверхность кожи щадящими абразивами.
- + Пользоваться косметическими средствами с защитой от ультрафиолетового излучения.
- + Использовать защитные, питательные и ночные кремы, содержащие ферменты, влияющие на выработку коллагена и эластина.
- + Обеспечить систематический уход за кожей лица при помощи правильно подобранных косметических средств.

СТАТЬ МОЛОЖЕ НА 10 ЛЕТ БЕЗ ОПЕРАЦИЙ?

Да!

«Кабинет эстетической медицины» презентовал яркое ноу-хау современной косметологии – «Лаеннек кабинет». Проект «Лаеннек», признанный новым словом в anti-age терапии, представлен в большинстве крупных городов страны, среди которых – Самара и Тольятти. Его невероятно мощный эффект достигается путем введения в ткани пациента уникального по составу плацентарного препарата, который стирает с лица следы времени. Теперь помолодеть на 10–15 лет всего за несколько сеансов – без хирургического вмешательства – реально. Данный препарат был создан тандемом японских и российских ученых и на данный момент не имеет аналогов в международной фармацевтике. Убедитесь в его ошеломляющей эффективности уже сегодня – в «Кабинете эстетической медицины».



**Кабинет
Эстетической
Медицины**

Самара, ул. Ново-Садовая, 24,
тел.: +7 (846) 972-90-55,
+7 927 692-90-55.

www.kem63.ru
<http://vk.com/kem63>

Что съесть, чтобы похудеть?

5 ШАГОВ для эффективного похудения

1 Диагностика и выявление причин

Комплексное обследование организма с целью выявления причин избыточного веса. На основании результатов диагностики и лабораторных исследований разрабатывается индивидуальная программа похудения и создания основы для сохранения результатов.

2 Формирование здоровых привычек

Прививается культура здорового питания, которая постепенно заменяет вредные пищевые привычки. Со временем здоровое питание становится неотъемлемой частью жизни, что, в свою очередь, предотвращает повторный набор веса.

3 Сопровождение диетологом, психологом и терапевтом

В рамках программы «Эликсир стройности» осуществляется совместная работа клиента, диетолога, психолога и терапевта. Поддержка специалистов позволяет справиться с любыми трудностями, перестроить работу организма и добиться желаемого результата.

4 Изменение образа жизни

Происходит пересмотр клиентом своего отношения к еде и стилю жизни. Ведь, как известно, ожирение возникает в результате малоподвижного образа жизни.

5 Сохранение результата

Вы научитесь самостоятельно контролировать свой вес. Ваш новый здоровый образ жизни поможет вам всегда оставаться в прекрасной форме.



ELIXIR
клиника эстетической медицины

Самара, ул. Ново-Садовая, 139
Тел.: 8 (846) 270-30-60, 270-30-65
www.elixe-samara.ru



ЦЕНТР КОСМЕТОЛОГИИ И ПЛАСТИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ НА МОЛОДОГВАРДЕЙСКОЙ, 232, ИМЕЕТ БОГАТУЮ ИСТОРИЮ. БОЛЕЕ ПЯТИДЕСЯТИ ЛЕТ ЗДЕСЬ ПРЕДЛАГАЮТ УНИКАЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КРАСОТЫ, КОТОРЫЕ ВСЕГДА ШЛИ В НОГУ СО ВРЕМЕНЕМ И ОТРАЖАЛИ ПОСЛЕДНИЕ ЭСТЕТИЧЕСКИЕ ТЕНДЕНЦИИ. СЕГОДНЯ ЦЕНТР ПРЕДСТАВЛЯЕТ НОУ-ХАУ, КОТОРОЕ КАЗАЛОСЬ НЕВЕРОЯТНЫМ ЕЩЕ НЕСКОЛЬКО ЛЕТ НАЗАД: ЭТО WAL-ЛИПОСАКЦИЯ, ПОЗВОЛЯЮЩАЯ ОБРЕСТИ ФИГУРУ МЕЧТЫ.

АНАТОМИЯ СТРОЙНОСТИ

→ СИЛА ВОДЫ

Аббревиатура WAL расшифровывается с английского как water-assisted, то есть водо-ассистированная липосакция. Само название раскрывает суть методики: с лишними килограммами в данном случае борется вода. Для этого на жировой слой пациента подается веерообразная струя под определенным давлением – рассчитанным специально для каждой области тела, исходя из анатомических особенностей человека. Дальше происходит невероятное – клетки жира «вымываются» простым и естественным путем, в то время как другие ткани и органы остаются нетронутыми. Одновременно с этим происходит отсасывание смеси воды и жировых клеток при помощи вакуум-редуктора.

Важное преимущество заключается в том, что WAL-липосакция эффективна на различных частях тела, включая руки, область коленных суставов, подбородочную область лица – еще недавно эти области считались сложными для коррекции.

Мягкое и корректное действие WAL позволяет минимизировать последствия, без которых раньше липосакция была немыслима – синяки, отеки, болевой синдром. Сокращается время реабилитации: вернуться к бытовой, рабочей и даже активной деятельности теперь можно значительно раньше.

Примечательно, что в России находится только несколько аппаратов водной липосакции Body-Jet, один из которых установлен в самарском Центре косметологии и пластической хирургии.

**МЫ МОЖЕМ ПОМОЧЬ
НАШИМ ПАЦИЕНТАМ
РЕШИТЬ ПРАКТИЧЕСКИ
ЛЮБУЮ ЭСТЕТИЧЕСКУЮ
ПРОБЛЕМУ!**



Аппарат для водоструйной липосакции Body-Jet

О ВОЗМОЖНОСТИ ПРОТИВОПОЛОЖАЮЩИХ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

→ ЛИПОКОЛЛЕКТОР

Логичным и необходимым дополнением к аппарату Body-Jet для водной липосакции является липоколлектор. С его помощью происходит вторая по очередности, но не по значению, стадия липосакции – сбор и фильтрация жировой ткани. Липоколлектор позволяет в щадящем режиме, без использования центрофугирования, подготовить жировой субстрат для непосредственного введения – липофилинга, чтобы скорректировать рельеф или увеличить желаемую область лица или тела.

НАШИ НАПРАВЛЕНИЯ

Хирургическое отделение Центра косметологии на Молодогвардейской, 232, предлагает весь спектр эстетических и косметических операций, а также некоторые виды реконструктивных операций.

→ ЛИЦО

Фейс-лифтинг:

подтяжка лица, подбородка, шеи

Платизмопластика:

шейное омоложение

Пластическая хирургия лба

Возможен эндоскопический способ через микроразрезы

Блефаропластика

Омолаживающая пластика век, устранение мешков под глазами

Липосакция подбородочной области

Особенно эффективна с подтяжкой лица

Коррекция оттопыренных ушей

Проходит с применением серии насечек, что обеспечивает анатомическое, а не насильственное прижатие ушной раковины

→ ГРУДЬ

Весь спектр маммопластики:

- ✓ подтягивающие операции без увеличения
- ✓ увеличивающая маммопластика с применением имплантов «Аллерган»
- ✓ сочетанные методики увеличения и подтяжки
- ✓ уменьшающая объем груди редукционная маммопластика

→ ЖИВОТ

Абдоминопластика по методике Паскаля

Процедура включает в себя липосакцию в нужном объеме, а также «утягивание» мышц живота при их расхождении

→ Работа с послеоперационными и посттравматическими рубцами, пересадка кожных лоскутов

АКЦИЯ!

Центр косметологии и пластической хирургии предлагает водную липосакцию по цене классической! Каждому прошедшему процедуру – подарок: бесплатное компрессионное белье, обязательное для эффективного восстановления.



Самара, ул. Молодогвардейская, 232
Федеральный номер 8-800-222-05-56
Тел.: 8 (846) 242-16-35, 242-05-56
www.centrcosmet.ru

СТЕРЕТЬ С ЛИЦА ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ СТАРЕНИЯ

ДАЖЕ ТЕ, КТО НЕ ЗНАЕТ, ЧТО СКРЫВАЕТСЯ ЗА ЭТИМ ПОТЕНЦИАЛЬНО ОПАСНЫМ НАЗВАНИЕМ, ПОНИМАЮТ: НИЧЕГО ХОРОШЕГО ОНО НЕ СУЛИТ. НЕДОСТАТОК ИНФОРМАЦИИ, СВЯЗАННЫЙ С ПЕРВЫМИ ПРИЗНАКАМИ СТАРЕНИЯ, ПОРОЖДАЕТ МНОЖЕСТВО МИФОВ И, КАК СЛЕДСТВИЕ, НЕОБДУМАННЫХ ДЕЙСТВИЙ В КАБИНЕТЕ КОСМЕТОЛОГА. ВЕДУЩИЕ СПЕЦИАЛИСТЫ BEAUTY-СФЕРЫ САМАРЫ ПОМОГЛИ НАМ ПРОЛИТЬ СВЕТ НА ЭТУ ТЕМНУЮ ИСТОРИЮ И РАССКАЗАЛИ, КАКИЕ ПРОЦЕДУРЫ НА САМОМ ДЕЛЕ ПОМОГУТ СПРАВИТЬСЯ С ПРОБЛЕМОЙ.



АЛЕКСЕЙ ВАСИЛЬЕВ, РУКОВОДИТЕЛЬ «КАБИНЕТА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ», ВРАЧ-ДЕРМАТОЛОГ, ЛАЗЕРОЛОГ

Первые признаки старения кожи – совокупность многих проявлений: морщины, изменение цвета, появление сухости кожи и пигментации. Если нужен быстрый результат (даже несмотря на дискомфорт), считаю лучшими процедуры плазмолифтинга в сочетании с карбокситерапией. Также эффективна мезотерапия подвижного века для обновления клеток и сохранения молодости кожи. В частности, мы для этого используем плацентарный препарат Surgasen с высокой биологической доступностью.



ОКСАНА ОСТРОУМОВА, ВРАЧ-ДЕРМАТОЛОГ-КОСМЕТОЛОГ ЦЕНТРА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ «СОТИС»

Часто первые признаки старения начинаются с морщин. И если возрастные морщины появляются, как правило, после 30 лет, то мимические встречаются и раньше – у совсем молодых женщин и девушек. Причины их возникновения разные – от сильных нервных потрясений до влияния наследственности. Не последнюю роль играет и недостаток питания кожи или нарушение обмена веществ. С возрастом мимические морщины становятся все глубже и заметнее, поэтому оптимальным вариантом их коррекции является ботулотоксин.



НАТАЛЬЯ МАТЯШИНА, ДИРЕКТОР SPA-САЛОНА «ГОСТИНЫЙ ДВОР «ЭЛЕКТРОЩИТ», ВРАЧ-КОСМЕТОЛОГ

Самое правильное, что можно сделать, заметив на лице и теле первые признаки старения, – не принимать самостоятельных решений по поводу той или иной процедуры, а проконсультироваться с хорошим косметологом. Только грамотный специалист компетентно оценит состояние кожи и даст профессиональные рекомендации по решению проблемы.

САМАРСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КРАСОТЫ

ОБУЧЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ИНДУСТРИИ КРАСОТЫ

РЕКЛАМА



- КОСМЕТОЛОГИЯ
- МАССАЖ
- ВИЗАЖ
- НОГТЕВОЙ СЕРВИС
- ПАРИКМАХЕРСКОЕ ИСКУССТВО

Базовое обучение. Повышение квалификации.
Диплом. Стажировка. Трудоустройство.
Иногородним – организация проживания

www.univer63.ru, 8 (927) 658-29-20

Самара, ул. Чкалова, 90, офис 317, тел. 8 (846) 991-03-13,
ул. Стара-Загора, 56, офис 408, ТЦ Enter, тел. 8 (846) 272-44-94

Тольятти, ул. Свердлова, 22а, тел. 8 (937) 070-37-02



СВЕТЛАНА РОМАНОВА, ГЛАВНЫЙ ВРАЧ КЛИНИКИ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ «ЭЛИКСИР», ДЕРМАТОЛОГ-КОСМЕТОЛОГ, КАНДИДАТ МЕДИЦИНСКИХ НАУК

Выбор оптимальной процедуры против первых признаков старения зависит от многих факторов – в частности, типа и состояния кожи лица. В одном случае идеальным вариантом станет качественный уход, который, кстати, никогда не бывает лишним, в другом – аппаратная или инъекционная косметология. Среди инвазивных методик я отдаю предпочтение биоревитализации благодаря ее мощному составу: в нем могут быть гиалуроновая кислота, плазма, плацента или другие компоненты. Из аппаратных процедур – RF-лифтингу и дерматонии курсом 7-15 сеансов, по одному в неделю. Также хорошие результаты показывают фото- и лазерное омоложение, а также карбоновый пилинг. Главное, о чем стоит помнить: любой косметологический уход должен быть систематичным, а не разовым – в качестве SOS-средства перед праздниками. Тогда молодость и свежесть кожи останутся с вами надолго.



ОКСАНА ПИЛЯЕВА, SPA-САЛОН ТАЙСКОГО МАССАЖА «ТАЙРАЙ»

Старение – это ухудшение общего состояния организма. При появлении его первых признаков рекомендую регулярно делать массаж с аромамаслами. Обратите внимание на качество используемого масла (в нем должны быть экстракты и витамины), а также на работу массажиста: специалист должен обрабатывать мышцы мягко и глубоко, улучшая кровообращение. Под воздействием массажа изменяется работа внутренних органов и систем всего организма, самочувствие улучшается, что незамедлительно отражается на внешности и настроении.



ЮЛИЯ БОРОНИНА, РУКОВОДИТЕЛЬ САЛОНА BEAUTY CITY LADY STYLE, ВРАЧ-КОСМЕТОЛОГ

В арсенале аппаратных методик отличные результаты показывает сублятивное MATRIX RF. Энергия радиочастотного излучения прогревает дерму – глубокие слои кожи, и приводит к быстрой подтяжке за счет разрушения старых коллагеновых волокон. Вскоре синтез новых волокон начинает творить настоящие чудеса: сокращение морщин, возвращение эластичности и четкости контура, выравнивание структуры кожи, удаление пигментации. Если же говорить об инъекционной косметологии, то одним из лучших способов победить первые признаки старения считаю плазмотерапию. Использование плазмы, выделенной из крови пациента, запускает мощный процесс обновления кожи на клеточном уровне, преображая ее.



АНАИТ БАДАЛЯН, РУКОВОДИТЕЛЬ САЛОНА КРАСОТЫ BAVOR BEAUTY SPA

В арсенале современной косметологии очень много возможностей для коррекции первых признаков старения: профессиональные салонные уходы, химические пилинги, аппаратная косметология и разные инъекционные методики. На мой взгляд, сложно сказать, что эффективнее всего, потому что в каждой ситуации выбирать нужно индивидуально. Грамотный косметолог может сочетать разные процедуры и составить оптимальную программу омоложения. Но я считаю, что самое важное – это ежедневный домашний уход, о котором нельзя забывать, особенно после тридцати лет.



КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

ФИТНЕС-ТУРИЗМ О, СПОРТ – ТЫ МИР!

УСТАВ ОТ ЛИШНИХ КИЛОГРАММОВ, КОТОРЫЕ МЫ ПРИВОЗИМ С СОБОЙ ВМЕСТЕ С МАГНИТИКАМИ ПОСЛЕ ТРАДИЦИОННОГО ОТДЫХА ALL INCLUSIVE, МЫ ОБРАТИЛИ ВНИМАНИЕ НА НОВЫЙ ПОПУЛЯРНЫЙ ВИД ТУРИЗМА, ВОПЛОТИВШИЙ МОДУ НА СПОРТИВНОЕ ТЕЛО И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ. СПРОС, КАК ИЗВЕСТНО, РОЖДАЕТ ПРЕДЛОЖЕНИЕ. А ЗНАЧИТ, ПОРА ПРИСМОТРЕТЬСЯ К ФИТНЕС-ТУРИЗМУ ПОВНИМАТЕЛЬНЕЕ.



НА СТАРТ!
ВНИМАНИЕ!
МАРШ!

Фитнес-туризм – это не просто отдых, а скорее путешествие, в котором можно совместить приятное с полезным. Участник такого приключения попадает в специально созданные условия, где команда из консультантов по питанию и фитнесу поможет за время отдыха привести организм в здоровое состояние, сбросить вес и просто набраться новых впечатлений. Как правило, каждый день фитнес-тура расписан по часам: сегодня йога на берегу океана, завтра – подъем на вершину горы, с которой открывается прекрасный вид. Энтузиазма добавляет то, что вокруг находятся только единомышленники – эта моральная



поддержка окрыляет, мотивирует на движение вперед и расширяет горизонты.

Многие отдают предпочтение именно фитнес-туризму благодаря возможности достичь баланса тела, разума и души, а также ощущению обновления и наполненности энергией. Как правило, наш организм нуждается именно в активном, подвижном отдыхе, после которого улучшается физическое и психическое здоровье, повышается сопротивляемость организма, снижается уровень гормона стресса, а количество эндорфинов, наоборот, увеличивается. Немаловажный плюс – после такого путешествия человек быстрее включается в рабочий процесс.

Впрочем, есть и обратная сторона медали, которая многим приходится не по вкусу. В частности, в большинстве фитнес-туров предусматривается ежедневная спортивная нагрузка, морально подготовиться к которой после привычного курортного ничегонеделания бывает сложно. Ранний подъем и необходимость быть дисциплинированным тоже не составят повода для радости. Нелишним будет перед поездкой проконсультироваться с врачом, чтобы организм не дал сбой в условиях другого климата. Но, пожалуй, главный минус такого отдыха – повышенная стоимость. По сравнению с обычным отдыхом в этом же месте разница в цене может достигать до 40 процентов, поскольку в нее «вшиты» полезные перекусы и занятия с профессиональными тренерами.

НАВОСТРИЛИ ЛЫЖИ!

► ЙОГА-ТУРЫ

Направления: Таиланд, Индия, Бали, Испания, Турция, Португалия, Греция, Кипр.

Для кого подходят: для новичков и продвинутых, группы формируются по уровню подготовленности.

Продолжительность: от 10 дней до месяца.

► ДАЙВИНГ-ТУРЫ

Направления: Австралия, Бали, Мальдивские острова, Таиланд, Египет, Испания.

Для кого подходят: для обладателей как минимум сертификата дайвера первого уровня. В основном едут «свои» из дайвинг-школ.

Продолжительность: от недели до двух.

► ВЕЛОСИПЕДНЫЕ ТУРЫ

Направления: Европа.

Для кого подходят: для новичков и профессионалов.

Продолжительность: от одного дня до месяца.



ГЕОГРАФИЯ СПОРТА

Фитнес-тур – понятие общее. Под этим определением скрывается множество разновидностей: танцы, релакс, силовые и mix-тренировки и даже экстремальные виды спорта, к которым условно можно отнести велотуры, многодневные походы на лошадях и рафтинг. Стандартный фитнес-тур, как правило, включает танцы, йогу и SPA-процедуры, которые проводятся прямо в отеле. В отличие от остальных отдыхающих у фитнес-туристов есть свое расписание. Кроме того, программа занятий может отличаться в зависимости от выбранной страны. Например, в танцевальных занятиях Египта и Турции довольно интенсивно работают бедра, живот, грудная клетка, в то время как в испанском фламенко на передний план выходят выстукивание четкого ритма каблуками, резкие повороты головы и корпуса, энергичная работа кистями рук.

3 ОШИБКИ НАЧИНАЮЩЕГО ФИТНЕС-ТУРИСТА

ФОРМА

Важно помнить о том, что форма – особенно обувь – не должна быть новой.

СКРОМНОСТЬ

Новички в спорте часто стесняются выбирать фитнес-туры – а зря: профессиональные тренеры подберут оптимальную нагрузку.

ЭКОНОМИЯ

Фитнес-туризм как раз та история, где бесплатный сыр лежит в мышеловке. Такой вид отдыха априори не может стоить дешево. Прежде чем выбирать недорогой вариант, подумайте, в чем подвох. Например, фитнес-туризм в Турции стоит недорого, но заниматься там из-за жары и влажности слишком сложно.



Велосипедные туры обычно проходят в Европе – благодаря им можно увидеть местные «незаезженные» красоты, поскольку чаще всего маршрут пролегает вне проторенных туристами дорожек. Велотрассы часто пролегают по историческим местам, например «От Венеции до Флоренции», «От Мюнхена до Зальцбурга» и «От Пассау до Вены». Австрию, Германию, Швейцарию, Испанию, Францию, Италию, Голландию пересекает множество веломаршрутов разной сложности, для разных возрастов и подготовки. Впрочем, последнее – не совсем так. Учитывая, что провести на железном коне придется до 10 дней, хотя бы минимальная физическая подготовка необходима. Меньше по времени фитнес-туры длятся редко: считается, что нужно заложить время на акклиматизацию, да и тренироваться меньше двух недель смысла нет. Но, как говорится, не велоспортом единым. Другое чрезвычайно популярное европейское направление – горнолыжный спорт. Это один из самых благодарных вариантов, поскольку уровень подготовки в данном случае роли не играет. На каждом курорте находятся множество инструкторов, которые помогут провести активный отдых и новичку, и асу. Среди других востребованных видов фитнес-туризма Европы – кайтинг, гольф, йога.

Широкий выбор видов спорта предлагает и США. Благодаря огромным территориям и, как следствие, различным ландшафтам и климатическим условиям фитнес-туризм здесь представлен довольно разнообразно: серфинг на Гавайях, теннис во Флориде, йога и детокс в Калифорнии. Оттуда можно отправиться в Южную Америку – любимое направление тех, кто пытается освоить румбу, сальсу и ча-ча-ча.

Еще одно популярное направление такого туризма – прибрежные зоны морей и океанов Средиземноморья, Таиланда, Индии. Говорят, они особенно эффективны для тех, кто хочет похудеть: море, солнце и свежий воздух ускоряют обменные процессы, в результате чего килограммы уходят прямо на глазах. Кстати, для россиян, испытывающих перманентный дефицит в йоде, две недели активной спортивной жизни на берегу моря – то, что доктор прописал. Иногда в буквальном смысле.

В России же фитнес-туризм только зарождается. Уже сейчас очень востребованным становится Крым с его мягким климатом, а также Урал и Алтай с чистой природой и восхитительными пейзажами – там можно сплавляться по рекам, гулять по горам или заниматься йогой, вдыхая свежий лесной воздух.

140-ЛЕТНИЙ ЮБИЛЕЙ БОЛЬНИЦЫ №1 ИМ. Н.И. ПИРОГОВА



Губернатор Самарской области Николай Меркушкин вручил подарок больнице



Михаил Береславский был удостоен почетного знака «За труд во благо земли Самарской»



Губернатор поздравляет Галину Суцеву – профессора, фронтовика, разведчицу, кавалера ордена Славы III степени, ордена Отечественной войны II степени, ордена Красного Знамени



Главные врачи лечебных учреждений города поздравляют коллег с юбилеем больницы



Фотоэкспозиция, отражающая основные этапы развития больницы



Слева направо: Галина Андриянова, Олег Фурсов, Владимир Гутенев, Геннадий Гридасов, Николай Меркушкин, Валерий Кириллов

9 октября в Самарской государственной филармонии прошло торжественное мероприятие, посвященное 140-летию со дня создания городской клинической больницы №1 имени Н.И. Пирогова. Со столь значимой датой коллектив медицинского учреждения поздравил губернатор Самарской области Николай Меркушкин, после чего началась церемония награждения. Глава региона присвоил почетное звание «Заслуженный работник здравоохранения Самарской области» заведующему нейрохирургическим отделением Сергею Сергееву и врачу-анестезиологу-реаниматологу Виктору Герасимову, а также вручил благодарности и грамоты. С поздравлениями к коллективу больницы также обратились депутаты Государственной думы: Александр Хинштейн, Владимир Гутенев, Валентин Романов и депутат губернской думы Николай Ренц. Также высокий профессионализм работников больницы отметили глава Самары Олег Фурсов и спикер городской думы Галина Андриянова. После официальной части для коллектива медучреждения и гостей торжества состоялся праздничный концерт академического симфонического оркестра под управлением Михаила Щербакова.

КОНФЕРЕНЦИЯ

«ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ В АКУШЕРСТВЕ И ГИНЕКОЛОГИИ»



Владимир Карнаух



Людмила Николаева



Марат Тугушев

Лидия Бальзамова



Александр Сонис



Валентина Гнетская



Владислав Шерстобоев



Лали Сичинава



Наталья Спиридонова



Алексей Щелочков

В течение двух дней, 30 и 31 октября, в Самаре проходила межрегиональная конференция «Практические аспекты в акушерстве и гинекологии». Ее организатором выступила клиника «Мать и дитя – ИДК» при поддержке министерства здравоохранения Самарской области, Самарской областной ассоциации врачей и Самарского государственного медицинского университета. За два дня работы конференцию посетили более 400 специалистов, среди которых врачи-акушеры-гинекологи, ведущие специалисты государственных и частных медучреждений ПФО, Москвы и Санкт-Петербурга.

В этом году более 50 специалистов выступили с докладами, которые были распределены по десяти секциям. Так, на секции «Патология шейки матки» обсуждали острую тему ранней диагностики предраковых и раковых заболеваний. В числе передовых методов, представленных на конференции, стоит выделить криоконсервацию и трансплантацию яичников. Эта уникальная технология позволяет испытать радость материнства пациенткам с онкологией. Во второй день конференции специалисты провели прямую трансляцию из госпитального центра клиники «Мать и дитя – ИДК», дав возможность собравшимся в режиме реального времени наблюдать за лапароскопической операцией.

Также в ходе конференции 30 октября состоялась работа секции «Национальная система здравоохранения: эффективное управление медицинской организацией», модератором дискуссии которой стал генеральный директор клиники «Мать и дитя – ИДК» Владислав Шерстобоев.

МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ «ОПТИМИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ – ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ»



Ольга Викторовна Сазонова



Ведущие специалисты в КДЦ «Здоровое питание»



Юрий Владимирович Шукин



Виктор Александрович Тутельян



Татьяна Юрьевна Дроздова



Участники конференции

Девятого октября в Самаре состоялась межрегиональная научно-практическая конференция, посвященная вопросам современной диетологии: «Оптимизация питания населения – путь к здоровью». В ней приняли участие ведущие специалисты данного направления не только из Самарского региона, но и со всей России. Так, специальным гостем конференции стал академик РАН, главный специалист-диетолог Министерства здравоохранения Российской Федерации Виктор Александрович Тутельян. Кроме того, гости посетили КДЦ «Здоровое питание».

В ходе конференции эксперты обсуждали различные аспекты, связанные с темой качества питания современного человека, и взаимосвязь его рациона с общим состоянием здоровья. К примеру, вице-президент Национальной ассоциации клинического питания, профессор Татьяна Юрьевна Дроздова выступила с докладом, посвященным теме аутсорсинга лечебного питания, а директор НИИ гигиены и экологии человека СамГМУ Ольга Викторовна Сазонова затронула проблемы организации лечебного питания в медицинских организациях Самарской области. Всего программа включала в себя семь выступлений от ведущих специалистов данного направления.

Инициатором проведения данного мероприятия стал НИИ гигиены и экологии человека.

85-ЛЕТИЕ КЛИНИК САМГМУ



18 сентября в Самарском академическом театре оперы и балета состоялось торжественное мероприятие, посвященное 85-летию клиник Самарского государственного медицинского университета.

В приветственной речи губернатор Самарской области Николай Меркушкин отметил высокое качество медицинской помощи, оказываемой клиниками. Почетным знаком губернатора «За труд во благо земли Самарской» награжден заведующий отделением детской травматологии и ортопедии Евгений Ковалев – пионер в применении аппаратов внешней фиксации у детей с деформациями конечностей. Звания «Заслуженный работник здравоохранения Самарской области» удостоены заведующий ортопедическим отделением Юрий Ларцев, в отделении которого ежегодно получают лечение свыше 2000 пациентов и выполняется более 800 высокотехнологичных операций, и врач-кардиолог Андрей Германов – за создание совместно с профессором А.Н. Вачевым эффективной методики предоперационной подготовки и профилактики осложнений у пациентов с острой коронарной недостаточностью, заболеваниями аорты и ее ветвей. Почетным знаком Трудовой Славы награждена повар пятого разряда Зоя Сергеева.

Коллектив клиник поздравили и вручили награды помощник министра здравоохранения России Андрей Гулин, председатель комитета по здравоохранению Самарской губернской думы Николай Ренц. Теплые слова поздравлений произнесли референт Президента России Татьяна Стуколова, министр здравоохранения Пензенской области Владимир Стрючков, заместитель председателя правительства – министр здравоохранения Ульяновской области Павел Дегтярь, ректоры вузов и главные врачи Самарской области.

КОРОЛЕВА БЕНЗОКОЛОНКИ-2015



Победительница проекта «Королева бензоколонки-2015»



Участница проекта «Королева бензоколонки-2015»



Очаровательные участницы проекта



Приз самой постоянной участнице проекта



Постоянные радиослушательницы



Постоянные радиослушательницы

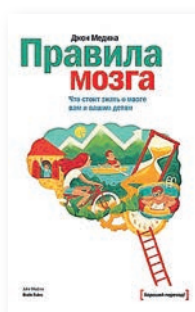
В этом году все автолюбительницы Самары вновь смогли почувствовать себя королевами! Ведь на 106,6 FM с успехом прошла любимая акция всех девушек Самары – «Королева бензоколонки».

3 ноября в ЯR BAR & TEЯRACE состоялись торжественное подведение итогов и розыгрыш главного приза – короны «Королевы бензоколонки-2015». Этого события ждали все участницы, так как на протяжении трех недель ежедневно команда Love Radio встречала милых девушек на автозаправках «Башнефть» и дарила по-настоящему королевские подарки от сети магазинов парфюмерии и косметики Duty Free, автосервиса «Автоокей», фитнес-клуба Imperial Fitness, а также многофункциональные йогурты Normula. Множество подарков, приятных сюрпризов, насыщенная развлекательная программа сделали этот вечер незабываемым для всех гостей.

4 ИНТЕРЕСНЫЕ КНИГИ О ЗДОРОВЬЕ

Джон Медина

ПРАВИЛА МОЗГА. ЧТО СТОИТ ЗНАТЬ О МОЗГЕ ВАМ И ВАШИМ ДЕТЯМ



В этой книге профессор Джон Медина рассказывает о 12 принципах работы мозга. По мнению автора, между его функционированием и профессиональной деятельностью существуют очевидные связи. Как избежать быстрого забывания информации? Как физические и интеллектуальные

упражнения снижают риск болезней? Как стресс и сон влияют на наш мозг? Ответы на эти и другие вопросы будут интересны тем, кто хочет быть трудоспособным и успешным.

Федор Углов

ЧЕСТНЫЙ РАЗГОВОР О ТОМ, ЧТО МЕШАЕТ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ РУССКОМУ ЧЕЛОВЕКУ



Хирург Федор Григорьевич Углов, оперировавший до ста лет, написал книгу о том, как бороться с алкоголизмом. За долгие годы своей медицинской практики Углов не раз сталкивался с последствиями влияния алкоголя на организм человека и теперь делится своими выводами с читателем – честно.

Антон Родионов

ЗДОРОВЬЕ СЕРДЦА И СОСУДОВ



О том, как избавиться от метеозависимости, вегето-сосудистой дистонии, нарушения обмена веществ, стрессов, в своей работе рассказывает Антон Владимирович Родионов – известный кардиолог. Автор объясняет, почему для здоровья сердца и сосудов надо беречь почки. Он обозначил тех, кто находится

в группе риска, и дал профилактические рекомендации, соблюдая которые можно продлить жизнь на 10–15 лет.

Людмила Петрановская

ТАЙНАЯ ОПОРА. ПРИВЯЗАННОСТЬ В ЖИЗНИ РЕБЕНКА



Одна из самых полезных книг, по мнению многих поклонников семейного психолога Людмилы Петрановской, написана о том, что связывает малыша и родителей и как укрепить эту связь – или разрушить ее. Новинка будет актуальна не только для молодых родителей. Людмила Петрановская подскажет, как

выстраивать отношения с подростками и более взрослыми детьми, давать ли им свободу и как сохранить с ними дружеские отношения. Все эти советы читаются на одном дыхании, заряжают добротой и пониманием: ближе собственного ребенка у вас нет никого.

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ДЛЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

в декабре и январе

Россия

**10 декабря,
Москва**

Ежегодные декабрьские чтения «Достижения и перспективы клинической эндокринологии»

**10 декабря,
Москва**

Практический семинар «Продвижение изделий медицинского назначения, медицинской техники и услуг в Интернете»

**10–11 декабря,
Курск**

42-й Всероссийский образовательный форум «Теория и практика анестезии и интенсивной терапии в акушерстве и гинекологии»

**10–11 декабря,
Москва**

III Всероссийский конгресс «Легочная гипертензия»

**10–11 декабря,
Москва**

XV конгресс «Сердечная недостаточность-2015»

**10–12 декабря,
Уфа**

IV Универсальная выставка «50 плюс. Все плюсы зрелого возраста»

**11–12 декабря,
Санкт-Петербург**

Седьмая Российская научно-практическая конференция «Аллергические и иммунопатологические заболевания – проблема XXI века»

**14–17 декабря,
Санкт-Петербург**

Семинар «Связи с общественностью в здравоохранении»

**14–18 декабря,
Санкт-Петербург,**

Семинар «Медсестра – менеджер медицинской организации»

**16–17 декабря,
Москва**

Девятая научно-практическая конференция «Эндокринологические аспекты в педиатрии»

**17–18 декабря,
Санкт-Петербург**

Конференция «Эпилептология в системе нейронаук». Посвящается 105-летию учреждения Российской противоэpileптической лиги и 140-летию со дня рождения первого нейрохирурга России профессора Л.М. Пуссера

**17–18 декабря,
Чита**

III Международная научно-практическая конференция «Физическая культура и спорт – основы здоровой нации»

**18 декабря,
Омск**

Конференция «Сложные и нерешенные проблемы анестезии и интенсивной терапии в онкологии»

**21–24 декабря,
Санкт-Петербург**

Семинар «Медицинские споры»

**22–24 декабря,
Нижний Новгород**

I Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием «Применение инновационных технологий в технике и медицине. Аддитивные технологии»

**7 января,
Санкт-Петербург**

Шестнадцатая ежегодная встреча «Европейский венозный форум»

**11 января,
Новосибирск**

LI Международная научно-практическая конференция «Современная медицина: актуальные вопросы»

**14–17 января,
Санкт-Петербург**

Семинар «Заболевания пародонта – лечение и профилактика»

**19–22 января,
Москва**

X Юбилейный международный конгресс по репродуктивной медицине

**20–22 января,
Москва**

Юбилейный международный симпозиум по эстетической медицине

Международные события

**10–12 декабря,
Ченнай, Индия**

Международная выставка-конференция по фармацевтике и биотехнологиям «Pharma + BioTech South Expo 2015»

**11–13 декабря,
Нью-Йорк, США**

48-й Ежегодный нью-йоркский симпозиум по сердечно-сосудистым заболеваниям

**11–13 декабря,
Хайдерабад, Индия**

Международная выставка оборудования и продукции для фармацевтики, медицины и больниц «India Med Expo 2015»

**14–15 декабря,
Ченнай, Индия**

Международная выставка «Beauty Forum 2015 Chennai»

**23–29 декабря,
Лондон, Англия**

3-я Международная научно-практическая конференция по гуманитарным и естественно-научным проблемам

**15–17 января,
Мюнхен, Германия**

Международная выставка оптики и дизайна «The international trade show for optics & design»

БИБЛИОТЕКА ЛУЧШИХ ВОСПОМИНАНИЙ:

*Уникальные подарки
для уникальных людей*



ТОТ, КТО ХОТЬ РАЗ ИСКАЛ ПОДАРОК ЧЕЛОВЕКУ, «У КОТОРОГО ВСЕ ЕСТЬ», ПОНИМАЕТ, НАСКОЛЬКО СЛОЖНА ЭТА ЗАДАЧА. НО ИЗДАТЕЛЬСТВО «ГОРИЗОНТ МЕДИА» ЗНАЕТ ЕЕ РЕШЕНИЕ. ВОТ УЖЕ НЕСКОЛЬКО ЛЕТ ЗДЕСЬ ПРЕДОСТАВЛЯЮТ ОРИГИНАЛЬНУЮ УСЛУГУ: СОЗДАНИЕ ЭКСКЛЮЗИВНЫХ КНИГ НА ЗАКАЗ. ПОДРОБНЕЕ ОБ ЭТОМ РАССКАЗАЛА ДИРЕКТОР КОМПАНИИ АЛЬБИНА ГОЛОДЯЕВСКАЯ.

КАК ПОЯВИЛАСЬ ИДЕЯ СОЗДАНИЯ КНИГ НА ЗАКАЗ?

Это направление сложно отнести к ноу-хау: в частности, оно очень распространено на Западе и в крупнейших российских издательствах. Правда, там оно развивается больше в коммерческом ключе, когда компании создают о себе книги. Кому-то нужны премиальные книги о своих услугах для поддержания высокого статуса, кто-то издает свод корпоративных правил, а кто-то делает полезное и нужное содержание с интеграцией бренда, укрепляя тем самым эмоциональную связь с клиентом.

НО ВЕДЬ ВЫ ДЕЛАЕТЕ НЕ ТОЛЬКО БИЗНЕС-КНИГИ?

Да, в нашем случае частные книги пользуются не меньшим интересом, чем деловые.

И О ЧЕМ ОНИ МОГУТ БЫТЬ?

Автобиографии и семейные истории, сборники рассказов и стихов, детские истории и воспоминания, книги, в которых старшее поколение передает свой опыт младшему, – количество вариантов ограничивает только фантазия. Один из востребованных вариантов – книга-сюрприз на юбилей, работа над которой ведется втайне от именинника в обстановке строгой секретности. В такой книге близкие люди выражают свои чувства к нему, делятся воспоминаниями, общими историями. Представляете, какие это эмоции! Нередко в глазах человека, получившего подобный подарок, стоят слезы счастья. Часто после этого

люди перезванивают нам, благодарят. Совместный комфорт от работы и удовольствие от результата для нас очень важны.

КАКИЕ ВАРИАНТЫ ВЫ ПРЕДЛАГАЕТЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ?

Безусловный хит – это сказка про ребенка. Мы создаем уникальный авторский текст и дополняем его сложными коллажами и иллюстрациями, основанными на семейных альбомах. Это большая работа: сначала автор книги должен встретиться с родными малыша, узнать, что он любит, какие ценности хотят привить ему родители. Обычно дети бывают в восторге от таких книжек, не выпускают их из рук, часто учатся по ним читать – еще бы, их фото на каждой странице!

НАВЕРНЯКА ЭТО НЕДЕШЕВОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ...

Да, сложно спорить. Но эта услуга и не может быть дешевой, ведь над книгой работает целая команда в течение нескольких месяцев: копирайтеры, литературный и главный редакторы, арт-директор, дизайнер, художники-иллюстраторы и фотографы, корректоры и другие специалисты. Стоимость складывается из двух этапов работы: непосредственное создание книги и ее печать. Если же заказчику нужно помочь договориться с типографией или отследить процесс печати – это мы тоже берем на себя. Именно благодаря столь серьезному подходу мы и гарантируем профессиональный, высококачественный результат.

Ваши истории на книжной полке...



РЕКЛАМА:

ИНДИВИДУАЛЬНО • ПРОФЕССИОНАЛЬНО • КАЧЕСТВЕННО

- Выпускные фотокниги: детский сад, школа
- Сказки и книги о вашем ребенке
- Подарочные книги для ваших близких



Издательский дом «Горизонт Медиа»
Самара, ул. Дыбенко, 30,
тел.: 374-27-86, 8-917-013-15-15, www.zmk63.ru, зmk63.рф

МЕСТА ПРИСУТСТВИЯ И РАСПРОСТРАНЕНИЯ

МЕДИЦИНСКИЕ КОМПАНИИ

Академия научной красоты
ул. Самарская, 161

«Альфа-Центр Здоровья»
ул. Галактионовская, 157

«Аптечка», аптечная сеть
6-я просека, 149

«Артомед», центр красоты и здоровья

ул. Солнечная, 53;
ул. Бр. Коростелевых, 79;
пр. К. Маркса, 29;
ул. А. Толстого, 87

«Бу Шэнь», оздоровительно-лечебный центр
Московское шоссе, 4, строение 2

Глазная клиника Бранчевского
ул. Ново-Садовая, 369а

Городская клиническая больница №1 им. Н.И. Пирогова
ул. Полевая, 80

Городская поликлиника №3
ул. Молодогвардейская, 202

Городская поликлиника №9
ул. Челюскинцев, 1;

ул. Ново-Садовая, 34;
женская консультация,
ул. Больничная, 20а

Гостиный двор «Электрошит», салон красоты
п. Красная Глинка, квартал 2, д. 35

«Дент-линия», сеть стоматологических клиник
пр. Карла Маркса, 17;
ул. Льва Толстого, 93

«Диада – Лечебный центр Он и Она»
ул. Ленинская, 147

«Диабет», медицинский центр
ул. Самарская, 165

«Доктор Линз», сеть оптических салонов
ул. Ленинская, 301;
ул. Куйбышева, 127;
ул. Революционная, 135

Дорожная клиническая больница
ул. Агибалова, 12

«Здоровые наследники», медицинская клиника
ул. Санфировой, 104

«Здоровье детей»
6-я просека, 140

Кабинет эстетической медицины
ул. Ново-Садовая, 24, сек. 130

Кардиологический диспансер
ул. Аэродромная, 43

«Кекс в большом городе», кафе
ул. Чапаевская, 200

Клиника «ДАЛИЗ»
ул. А. Толстого, 78

Клиника доктора Коваленко
ул. Губанова, 20а

Клиника Лец
ул. Революционная, 70

Клиники Самарского государственного медицинского университета
пр. Карла Маркса, 165б;
ул. Чапаевская, 89

Клиника доктора Федосеева
ул. Садовая, 256

Клиника доктора Шакирова
ул. Ново-Садовая, 238

Клиника «ЭКО»
пр. Карла Маркса, 6

Косметологическая клиника Корытцовой
ул. Молодогвардейская, 138в;
ул. Революционная, 5

«Лаборатория красоты Luxigy»
ул. Ново-Садовая, 160м,
ТРЦ «МегаСити»

«Легкое дыхание», сеть стоматологических клиник
ул. Физкультурная, 115

Лечебно-диагностический центр иммунологии и аллергологии
пр. Кирова, 435;
ул. Солнечная, 39

«Манус», центр лечения позвоночника
ул. Мориса Тореза, 101а

«Медицинская компания ИДК»
ул. Энтузиастов, 29

Медицинский центр «Островок здоровья плюс»
ул. Советской Армии, 238в

Медицинский центр «Тандем»
ул. Революционная, 7

«МЛЦ», центр медицинской диагностики
ул. Базарная, 30

«Октопус», центр коррекции зрения
ул. Карбышева, 63

«Ортопроф», стоматологическая клиника
Московское шоссе, 302

«Открытие», медицинский центр
ул. Степана Разина, 174

«Панацея», клиника
ул. Тухачевского, 88

«Планета 32», сеть стоматологических клиник
ул. Красноармейская, 99;
ул. Стара-Загора, 132

«Прана», медицинский центр
ул. Самарская, 161а

«Престиж-оптика», салон оптики
пр. Масленникова, 17

«Реацентр», самарский терапевтический комплекс
Ново-Вокзальный тупик, 21а

«Ренессанс косметология».
Клиника доктора Жирнова
ул. Красноармейская, 34

«Роскошное зрение», дом оптической моды
ТЦ «Космопорт», ТЦ Incube,
ТРК «Вива Лэнд», молл «Парк Хаус», ТРК «Московский», ТРК «МегаСити», Самарская, 131

Самарская клиническая офтальмологическая больница им. Ерошевского
ул. Ново-Садовая, 158

Самарская областная клиническая больница им. В.Д. Середавина
ул. Ташкентская, 159

Самарская областная стоматологическая поликлиника
ул. Клиническая, 39

Самарский областной кожно-венерологический диспансер
ул. Венцека, 35

Самарский областной онкологический диспансер
ул. Солнечная, 50

Самарский областной центр планирования семьи и репродукции
ул. Ташкентская, 159

Самарский подологический центр
ул. Солнечная, 28а

Самарский университет красоты
ул. Чкалова, 90

«Самарский центр центральной имплантации», стоматологическая клиника
ул. Советской Армии, 223

«Сентябрь», стоматологическая практика
ул. Мичурина, 4

«Сити-Ком Самара», ортопедический салон
ул. Мяги, 13

«Старая аптека»
ул. Маяковского, 12

Стоматологическая клиника РЕАВИЗ
ул. Г. Димитрова, 75

Стоматологический институт
ул. Чапаевская, 89

Урологический центр Натальи Солововой
ул. Мяги, 7а, диагностический центр

«Фаворит Клиник»
ул. Пушкина, 223

«Хирургия глаза», клиника
ул. Самарская, 25

Центр «Здоровое питание»
ул. Чапаевская, 87

«Центр комплексной стоматологии»
6-я просека, 65

Центр косметологии и пластической хирургии
ул. Молодогвардейская, 232

Центр красоты и стройности Н. Медведевой
ул. Советской Армии, 240б

Центр художественной стоматологии
ул. Ленинская, 147

«Эндокринолог», медицинский центр
ул. Ташкентская, 246а

Atlantic SPA, салон красоты
3-я просека, 250

Babor Beauty SPA, салон красоты
ул. Рабочая, 26

Beauty City Lady Style, сеть салонов красоты
ул. Ленинская, 224;
ул. Галактионовская, 277

Be Happy, стоматология
ул. Ст. Разина, 154

Carita/«Белая лилия», салон красоты
ул. Фрунзе, 169

Danne, центр эстетической медицины
ул. М. Горького, 78в

Dent Art, стоматологическая клиника
ул. Галактионовская, 106а

Elixir, клиника эстетической медицины
ул. Ново-Садовая, 139

Hollywood, клиника эстетической медицины
ул. Вилоновская, 84

Kalisa, сеть салонов красоты
ул. М. Горького/Некрасовская, 152/2

KIN.UP-ДЕНТ, стоматологическая студия
ул. Лесная, 23

Laser-Smile, стоматология
ул. Молодогвардейская, 180

Matreshka Plaza, многопрофильный лечебно-диагностический комплекс
ул. Енисейская, 62а

Provident, стоматологическая клиника
ул. Солнечная, 53

Sun de Vie, центр красоты и здоровья
ул. Ново-Садовая, 238

V.I.A DENT, стоматологическая клиника
ул. Ново-Садовая, 21

Vis-Vitalis, центр эстетической медицины и антистарения
ул. Степана Разина, 102

ДРУГИЕ МЕСТА ПРИСУТСТВИЯ

А-клуб Альфа-банка
ул. А. Толстого, 137

«Аляска»
ул. Ново-Садовая, 21;
пр. Кирова, 228

«Берег», строительная компания
ул. Николая Панова, 6б

«Версаль», ювелирный салон
ул. Полевая, 52

«ВТБ страхование»
Московское шоссе, 4а

Дума городского округа Самара
ул. Куйбышева, 124

«Меланж», чайный бутик
пр. Масленникова, 14

Министерство здравоохранения Самарской области
ул. Ленинская, 73

Охранные системы «Цезарь Сателлит»
ул. Солнечная, 59

Ресторан Bacco
ул. Галактионовская, 43а

«Сбербанк», VIP-отделение
ул. Чапаевская, 144а

«Согаз», страховая компания
ул. Ленинская, 120а

«Спутник-Гермес»
ул. Ленинская, 166

Defile
ул. Ново-Садовая, 2

Gallerru cafe, кафе
Московское шоссе, 41

Holiday Inn, отель
ул. А. Толстого, 99

Luxury Fitness
ул. Солнечная, 30

Miltronc, фитнес-клуб
ул. Самарская, 161

MioBambino, бутик детской одежды
ул. Самарская, 168

Vittoria Gourmet, гастрономический бутик
ул. Ново-Садовая, 24

Vinoterria
ул. Некрасовская, 50



Vittoria
GOURMET

Стиль жизни – жизнь со вкусом

**Vittoria Gourmet представляет
гастрономические подарки:**

- Для партнеров
- Для клиентов
- Для VIP-персон
- Для сотрудников

ГАСТРОНОМИЯ * НАПИТКИ * КОФЕ И ЧАЙ * БАКАЛЕЯ * АКСЕССУАРЫ
На корпоративные заказы действуют специальные предложения

Самара, ул. Ново-Садовая, 24
Тел. 8 (846) 335-67-78

www.vittoria-gourmet.ru
www.instagram.com/vittoria_gourmet



Лазерное омоложение,
удаление пигментов, рубцов



Лазерное удаление родинок,
бородавок, папиллом



Эстетическая гинекология,
интимная пластика, лечение эрозий

Самара, ул. Ново-Садовая, 139
Тел.: **8 (846) 270-30-60, 270-30-65**
www.elixe-samara.ru