

НА здоровье!

Читайте "На здоровье!"
и будьте здоровы!



Дипломант Всероссийского конкурса СМИ
"Здоровая жизнь в здоровом обществе" – 2006 г.

Ежемесячная медицинская газета

12+

Издается с января 1998 г.
Выходит в первую неделю месяца.

№11 (251)

НОЯБРЬ, 2020 г.



Дорогие томичи, с Днём матери!

В России праздник
отмечается **29 ноября**

Дорогие, милые мамы! Примите самые искренние поздравления с праздником!

Самое святое, что есть в нашей жизни, – это **МАМА**. Ее любовь мы чувствуем с самого первого мгновения на этой земле, она бескорыстная, сильная и трепетная. Какие бы трудности ни встречались на жизненном пути, мы знаем, что всегда найдем у нее поддержку, понимание и заботу. Мамина любовь с нами навсегда!

И мы от души желаем всем мамам здоровья и безграничного счастья! Особенно теплые слова поздравлений мы адресуем тем женщинам, которым смогли помочь в нашем центре, и они обрели долгожданное счастье материнства!

Мы приглашаем к нам и тех, кто только собирается стать мамой, и обещаем, что сделаем всё, чтобы у вас появился малыш!



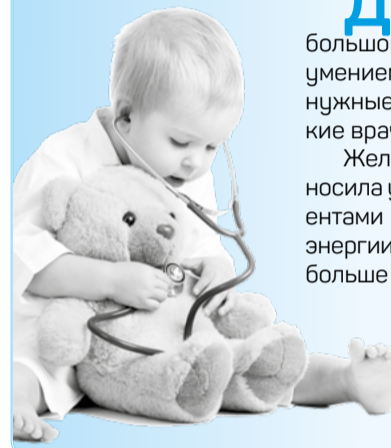
Юлия СПИРИНА,
директор
Центра репродуктивного
здоровья доктора
Спириной,
тел. 799-200,
сайт: drspirina.ru



Поздравляем детских врачей с праздником!

День педиатра и Всемирный день ребенка – **20 ноября**

От души поздравляем коллег с Днём педиатра!



Детский врач – особый специалист. Люди, посвятившие себя этой профессии, отличаются большой любовью к детям, терпением, выдержкой, умением найти подход к любому ребенку, подобрать нужные слова для каждой взволнованной мамы. Такие врачи трудятся и в нашем учреждении.

Желаем вам, дорогие коллеги, чтобы работа приносила удовольствие от общения с маленькими пациентами и оставляла огромный заряд положительной энергии! Успехов, замечательного настроения, побольше счастливых здоровых детей!

Алексей МИХЛЕНКО,
главный врач,
Юлия МУРАВЛЁВА,
председатель профсоюзного комитета
ОГБУЗ «МСЧ №2»

Дорогие коллеги-педиатры! Поздравляем вас с праздником!

Неслучайно День педиатра совпадает с Днем ребенка. Ведь самое важное для всех нас – чтобы дети были здоровы. И детские врачи стоят на страже самочувствия маленьких пациентов, проявляя не только профессионализм, но и любовь, доброту, чуткость и бесконечное терпение.

Таковыми врачами гордится и наша поликлиника. Это **Татьяна Петровна Есина, Татьяна Александровна Киселёва, Валентина Павловна Сим, Яна Игоревна Грачёва, Дина Николаевна Тикина, Светлана Борисовна Лукьянова, Ульяна Владимировна Дозморова, Вероника Юрьевна Скворцова.**

Спасибо за ваш замечательный труд! Желаем вам добиваться больших успехов, радоваться каждому случаю выздоровления! И пусть почаще звучит детский смех как главная награда для педиатра!

Здоровья вам и счастья!

От имени профсоюзной организации
ОГБУЗ «Лоскутовская районная поликлиника»
председатель **Татьяна КИСЕЛЁВА**

Дорогие женщины! Поздравляем с самым душевным праздником – **ДНЕМ МАТЕРИ!**



Слово «мама» – самое важное в нашей жизни. В нем – любовь и забота, тепло и надежда, вера и сила. Материнская любовь делает нас сильнее, помогает преодолевать трудности, верить в себя.

Спасибо, дорогие мамы, за важный ежедневный труд! Пусть дети чаще дарят вам поводы для радости и гордости! Крепкого здоровья и огромного счастья!

От имени профсоюзной организации ОГАУЗ «Томская РБ»
председатель **Светлана КОНДРАТЬЕВА**



**ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИЕ СРЕДСТВА
И РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**
для больниц и лабораторий



АНТИСЕПТИКИ ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ:
предприятий общественного питания, детских учреждений, организаций и жилых домов

ОФИС: г. Томск, пр. Ленина, д. 110, 5-й этаж.
СКЛАД: г. Томск, пр. Фрунзе, д. 240а, стр. 10.
ТЕЛЕФОН – (3822) 903-933. E-MAIL: evazmed@mail.ru

Отдых и лечение на Алтае в санатории «РАССВЕТЫ НАД БИЕЙ»

ПРОФИЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ:

- **урологические** – мочекаменная болезнь, цистит, пиелонефрит;
- **ЖКТ** – гастрит, язвенная болезнь, холецистит, ЖКБ;
- **органов дыхания** – хронический бронхит, ХОБЛ, бронхиальная астма;
- **детские** – простудные, аллергические, желудочные;
- **опорно-двигательного аппарата** – артрит, миозит, остеохондроз;
- **нервной системы** – невралгия, кардионевроз, хроническая усталость;
- **сердечно-сосудистой системы** – гипертония, ИБС, атеросклероз;
- **эндокринной системы** – сахарный диабет, тиреозит;
- **гинекологические и андрологические болезни.**

НАШ АДРЕС: Алтайский край, с. Стан-Бехтемир, ул. Озерная, 2. Сайт – www.rassvety.ru, WhatsApp – 8-983-388-30-45.

Забронировать путевку и получить консультацию можно по тел.: 8-961-977-88-98; 8 (3854) 383-464, 383-401.



Главные богатства курорта – минеральная вода **Серебряный ключ** (ее месторождение находится на территории санатория), голубые серебродержащие глины и алтайские лекарственные травы.

Реклама.
Лич. № ЛО 22-01-002485 от 29.08.2014

МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ:

- питьевое лечение минеральной водой «Серебряный ключ»,
- бальнеотерапия (ванны, теплый бассейн),
- ингаляторная терапия,
- спелеотерапия,
- траволечение, • массажи,
- физиотерапия, • глинолечение,
- ЛФК, • климатолечение.



Мы умеем хорошо лечить, поэтому наши гости всегда возвращаются к нам с друзьями!

Вся целебная сила живой природы

в водном экстракте пихты сибирской «АБИСИБ-П»

Уникальность пихты состоит в том, что она содержит в себе не только фитонциды и биофлавоноиды, но и практически все компоненты, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма человека, такие как крахмал, сахар, протеины, кальций, фосфор, железо, 17 микроэлементов и богатый витаминный комплекс.

МЕХАНИЗМ ДЕЙСТВИЯ АБИСИБА-П ОСНОВАН НА:

- иммуностимулирующем эффекте,
- противовоспалительном (фитонцидном) эффекте,
- стимуляции репаративных процессов,
- воздействию препарата на гормональный статус,
- локальном и системном питании тканей.

ООО «НПЦ «БИОЭПЛ»
г. Томск, ул. Р. Люксембург, 31,
тел.: 514-484, 512-092.

Заказ с доставкой на дом
abisib_dostavka@mail.ru,
сайт: abisib-tomsk.ru

Реклама.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Кабинет «ТОЧКА ОПОРЫ»:

- ✓ моделирование стелек,
- ✓ аппаратные процедуры,
- ✓ кинезиотейпирование.



Предварительная запись по тел. 93-72-55.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

КАК НОСИТЬ МАСКИ

Каждый слой маски обладает своими характеристиками, которые влияют на комфорт и длительность ношения.

Так, внутренний слой, который часто имеет белый цвет, защищает от окружающей среды, впитывает влагу и предотвращает формирование испарений внутри маски. Внешняя сторона, цветная, наоборот, отталкивает влагу и препятствует попаданию на кожу опасных жидкостей извне. Поэтому маску следует носить так, чтобы именно внутренний слой плотно прилегал к носу.

- Перед тем как надеть маску, обработайте руки спиртосодержащим средством или вымойте их с мылом.
- Расположите маску металлическим зажимом или плотной вставкой вверх.
- Изогните металлическую вставку или зажим по форме носа.
- Закройте маской нос, рот, подбородок.

• Наденьте маску так, чтобы она закрывала нос и рот без зазоров между лицом и маской.

• Не касайтесь маски во время использования, в случае прикосновения обработайте руки.

• Как только маска станет сырой, замените ее на новую. Не используйте одноразовые маски повторно.



- Снимите маску, держась за резинки сзади (не прикасаясь к передней части маски), и сразу же выбросьте ее. После этого обработайте руки.

Не оставляйте использованные маски в открытом доступе, а также не снимайте маску, чтобы поздороваться или поговорить с кем-либо.

Добавим, что маски нужно менять каждые два-три часа. Респираторы – каждые восемь.

ДЛЯ ТЕХ, У КОГО КОВИД-ПЛЮС

Горячая линия для больных коронавирусом работает в Томской области. Ее номер – 777-200.

– Телефон предназначен для двух групп пациентов. Первая – те, у которых положительный тест на COVID, и у них уже побывал врач. Вторая группа – те, у кого ковид-плюс, тест на руках, но доктор не приходил, операторы вызовут скорую или направят врача, – отметил замгубернатора Иван Деев.

Линия будет работать в круглосуточном режиме. Его работу обеспечат 30 молодых специалистов-врачей, по 10 человек в смену. Во главе каждой смены будет находиться старший врач, имею-

щий опыт лечения пациентов с коронавирусной инфекцией.

Специалисты смогут проводить мониторинг состояния каждого пациента, обратившегося на линию. Так как операторы будут работать в медицинской информационной системе, им станет доступна история болезни человека, начиная с первоначального осмотра терапевтом, назначений врача и т. д.

Беседа с заболевшим по телефону и заполняя опросные листы, врачи смогут внести в амбулаторную карту сведения о его текущем самочувствии, которые увидит терапевт, наблюдающий за пациентом.