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

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

НА ЗДОРОВЬЕ!

Читайте "На здоровье!" и будьте здоровы!

Ежемесячная газета для врачей и пациентов №3 (105)

МАРТ 2007 г.

С праздником, милые женщины!

Дорогие, милые женщины!

От всей души поздравляю вас с праздником Весны!

Природа одарила вас несметными богатствами: внешней красотой, обаянием, внутренним глубоким содержанием.

Именно женщины благодаря своей мягкости, нежности и доброте вносят в мир гармонию, делают его уютным и привлекательным для нас, мужчин.

Весь мир держится на женской заботе, потому что испокон веков женщина - хранительница очага, воспитатель детей и ангел-хранитель мужу.

Но женщины остаются для нас вечной загадкой, потому что, несмотря на природную мягкость, они могут смело браться за рискованные дела, отправляться в неизведанное, проявлять твердость характера и силу воли.

Большинство женщин влюблены в свою профессию, самоотверженно служат ей, не считаясь со временем и силами. Среди них и наши коллеги, женщины медуниверситета: педагоги, ученые, врачи.

Низкий поклон вам за это от нас, мужчин. Как и восхищение, и поклонение не только в этот день, но и во все другие.

Желаю вам всем
вечно сиять красотой,
очаровывать добротой души,
пленять улыбкой,
жить долго и счастливо!

С искренними пожеланиями,
Виталий Шевелев,
главный врач клиник СибГМУ

Дорогие женщины!

Примите самые искренние и сердечные поздравления с весенним праздником 8 Марта!

Очень символично, что весна, которую называют праздником природы, связана у нас с чествованием Женщин.

Вы дарите новую жизнь, приносите любовь, а с нею счастье и радость в нашу действительность.

Поэтому в эти предпраздничные дни хочется пожелать всем женщинам Томского района и области счастья, здоровья, благополучия и рядом - крепких мужских плеч!

С наилучшими пожеланиями,
Юрий СУХИХ, главный врач ТЦРБ,
кандидат меднаук.

Дорогие наши женщины!

Поздравляю вас с самым волнующим праздником - Днем 8 Марта!

Пусть жизнь не дает вам повода для разочарований и больших огорчений. Пусть родные и близкие радуют вас своими успехами, победами, заботой и вниманием. Пусть мужчины, которые рядом с вами, не позволяют забывать, что вы прежде всего - женщины!

Олег Уманский,
генеральный директор ОАО «Медтехника».

11 марта выбираем депутатов Государственной Думы Томской области

Томский экологический трибунал

тел.: 51-48-66,
8-913-8254816.

РЕКОМЕНДАЦИЯ

экологической общественности г. Томска кандидату в депутаты Государственной думы Томской области четвертого созыва

Экологическая общественность в лице неформального объединения «Томский экологический трибунал», заслушав кандидата в депутаты Государственной думы Томской области четвертого созыва, председателя Томского областного отделения Концептуальной партии и кандидата по избирательному округу № 8

Виктора Васильевича АРКАШЕВА,

нашла его политическую и гражданскую позицию соответствующей идеалам и целям экологического движения России, добивающегося сохранения природы, улучшения качества окружающей среды, охраны здоровья населения.

Учитывая его письменные обязательства помогать общественному экологическому движению в Томской области, а также прошлые заслуги в экологической деятельности, «Томский экологический трибунал»

РЕКОМЕНДУЕТ избирателям Томска и Томской области избирательного округа № 8 поддержать Аркашева Виктора Васильевича и отдать ему свои голоса.

Сопредседатели «Экологического трибунала»
Олег КОТИКОВ,
председатель экологической организации «ОБЕРЕГ», г. Томск,
Виктор ФЕФЕЛОВ,
руководитель экологического центра «БИОЛОН».

Оплачено из избирательного фонда избирательного объединения политической партии - Концептуальная партия "Единение".

Дорогие, милые, любимые!

От всей души поздравляю вас с самым светлым весенним праздником!

Вы для нас значите очень много. И хочется пожелать вам только любви и обожания со стороны мужчин, тепла и добра от самых близких, радости от ощущения полноты жизни!

С самыми искренними поздравлениями,
Александр Голендухин,
генеральный директор ООО "Дельрус-Томск".

Сергей МИРОНОВ

Председатель Совета Федерации ФС РФ,
Председатель партии
"Справедливая РОССИЯ"

О нацпроектах:

Национальные проекты должны работать полноценно!

Я вхожу в совет по реализации приоритетных национальных проектов. Цели нацпроектов «Образование», «Здоровье», «Доступное жилье», «Развитие АПК» правильны. Но принимаемые меры не достаточны – вот моя позиция.

Награждение 10 тысяч лучших российских учителей – дело благое, но не панацея. Необходимо обеспечить справедливый заработок всем российским педагогам!

Оснастить современным медицинским оборудованием не только 14 специализированных центров, предусмотренных в нацпроекте «Здоровье», а все медицинские центры России. Почему на томской станции «Скорой помощи» выездные бригады получают доплаты в рамках нацпроекта, а персонал, работающий стационарно, нет? Это единое учреждение, каждый работник которого вносит свой вклад в спасение жизни людей!

Поэтому каждый должен получить справедливую плату за свой труд.

Надо направить на развитие Агропрома не менее 10% государственного бюджета. «Справедливая Россия» требует принять государственную программу обеспечения россиян доступным жильем.

Национальные проекты нужно расширять, развивать, включать в приоритеты новые направления.

НОВЫЙ КУРС ПРЕЗИДЕНТА

Справедливая РОССИЯ

Оплачено из средств избирательного фонда

ГОСПОДДЕРЖКА УЧЕНЫХ

Ученые СибГМУ получили государственную поддержку для реализации комплексного проекта «Молекулярные основы персонализированной терапии социально значимых инфекционных заболеваний и прогнозирования исхода взаимодействия инфектогена и иммунной системы макроорганизма» (руководители – ректор СибГМУ академик РАМН В.В. Новицкий, проректор по стратегическому развитию и инновационной политике профессор Н.В. Рязанцева).

На конкурсной основе ими получено целевое федеральное финансирование в размере 4,5 млн. рублей в рамках Федеральной целевой программы, направленное на разработку критических «Геномных и постгеномных технологий создания лекарственных средств». СибГМУ явился единственным медицинским вузом России, выигравшим в этом конкурсе. В результате реализации проекта будут получены новые технологии лечения и прогнозирования исхода вирусных инфекций с позиции молекулярной медицины. Столь высокое признание исследования коллектива научной школы, имеющей государственный статус и руководимой академиком РАМН Вячеславом Новицким, получили в десятый раз в течение последних 2 лет.

УВАЖАЕМЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ РАБОТНИКИ!

Центр медицинского менеджмента Высшей школы бизнеса ТГУ

приглашает

получить профессиональную переподготовку по программе

«ЭКОНОМИКА, ОРГАНИЗАЦИЯ И УПРАВЛЕНИЕ МЕДИЦИНСКИМ УЧРЕЖДЕНИЕМ».

Это расширит ваши возможности карьерного роста и обеспечит профессиональную уверенность на рынке труда.

*** Проводится дополнительный набор в группы.**

Приемная комиссия ВШБ ТГУ: ***пр. Ленина, 36, главный корпус ТГУ, ауд. 132, тел.: 529-520, 529-536.***

КЛИНИЧЕСКИЙ ПЕРИНАТАЛЬНЫЙ ЦЕНТР

г. СУРГУТА ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

в связи с открытием отделения реанимации и интенсивной терапии новорожденных приглашает на работу

ВРАЧЕЙ АНЕСТЕЗИОЛОГОВ-РЕАНИМАТОЛОГОВ.

ЗАРАБОТНАЯ ПЛАТА ВЫСОКАЯ.
ИНОГОРОДНИМ ГАРАНТИРУЕТСЯ ОПЛАТА АРЕНДЫ ЖИЛЬЯ.

ТРЕБОВАНИЯ: высшее медицинское образование (предпочтительно по специальности **"педиатрия"**), профпереподготовка, клиническая ординатура по специальности **"анестезиология и реаниматология".**

Обращаться: 628415, Тюменская область, г.Сургут, ХМАО-Югра, ул. Губкина, д.1, тел.: (3462) 32-43-60, 35-31-68. Для резюме - факс 35-24-17, e-mail: Asu_kpc@admsurgut.ru.

ПРЕДСТАВЛЯЕМ

Главным врачом МЛПУ «МСЧ №2» стал Михаил Викентьевич Прокопович

Работа этого учреждения ему хорошо знакома: в 1995 г. он приступил здесь к работе в качестве врача-уролога, а уже через год и до недавнего времени работал в должности заместителя главврача по лечебной работе.

Хозяйство «в наследство» Прокоповичу досталось солидное: коллектив примерно в 500 человек, который трудится в 2 поликлиниках (взрослой и детской) и 2-х, соответственно, стационарах. Прикрепленное население составляет примерно 60 тысяч человек.

Зданиям медсанчасти - 35 лет, но первый капремонт был начат несколько лет назад. На сегодня он завершен в детском стационаре и практически во взрослом (остались еще без ремонта операционная, приемный покой, центральная лестница). Первейшими задачами нового главврача станет капремонт поликлиник, на который требуются солидные средства. И здесь не обойтись без поддержки депутатов разных уровней, с которыми сейчас устанавливаются контакты.

Пока же, чтобы хоть немного разгрузить взрослую поликлинику, решается вопрос о переводе части врачебных участков в помещение аптеки №58.

Другая часть проблем, которые решает «главный», связана с многочисленными проверками, прежде всего финансовой стороны дел, осталась сильно запутанной после прежнего руководителя. Михаил Викентьевич не исключает возможности кадровых перестановок. Во всяком случае сейчас в медсанчасти новый экономист и зам. по лечебной работе (им стала С.В. Бекетова, работавшая ранее в СК «Макс»).

Прокопович - оперирующий уролог, врач высшей категории. В этом году ему исполнится 50 лет. Его семья состоит из 5 человек, жена - зав. акушерским отделением роддома №4.

«Медики России» в Томске!

Медицинская информационная служба «Доктор-консультант» предлагает своим клиентам информацию из каталога электронного справочника «Медики России». В каталоге содержатся данные о специалистах России, г. Москвы, г. Томска, занимающихся научной и практической деятельностью.

Современный уровень объективной информации о специалистах позволит больному человеку найти именно «своего доктора» или свое лечебное учреждение. Предлагаем полную информацию (справочную и контактную) о специалистах (врачах) г. Томска, работающих как в медицинских учреждениях, так и самостоятельно. Благодаря предоставленной возможности пациент практически без потерь времени и средств может обратиться непосредственно к тому специалисту, который занимается его проблемой, и получить наиболее эффективную помощь. Поиск специалиста проводится в течение 30 мин. - 1 часа.

Пришло время цивилизованного отношения к своему здоровью! Прежде чем идти к врачу, узнайте у нас, какой доктор вам нужен.

Контактные телефоны медицинской информационной службы «Доктор-консультант»: 54-11-38, 41-84-47. Приглашаем к сотрудничеству лечебные учреждения, врачей разных профилей, медицинских научных работников.

КАК НЕ ПРОСИТЬ У ВЛАСТИ...

союз ПРАВЫХ СИЛ

Во все времена медики были передовым отрядом российской интеллигенции. Существует немало имен представителей профессии, кто, помимо медицинской деятельности, внес бесценный вклад в общественную и культурную жизнь России, их заслуги стали поистине национальным достоянием. Однако слишком часто власть заставляла медиков, врачей довольствоваться малым, сделав оплату труда унизительно ничтожной, финансируя медицину с задержками. Здесь, как никогда, уместны слова из произведения выпускника медицинского факультета Киевского университета - Михаила Булгакова: «... никогда и ничего не просите! Никогда и ничего, и в особенности у тех, кто сильнее вас. Сами предложат и сами все дадут! Садитесь, гордая женщина!..»

В цивилизованных странах уже давно поняли, насколько важна забота о человеческом здоровье, забота о человеческой жизни. Социальный статус медицинского работника в Европе и в Америке поддерживается и уровнем оплаты труда и уважением в обществе. Возникает иллюзия, что в последнее время власти предержащие повернулись лицом к здравоохранению и в нашем «царстве–государстве». Однако это только иллюзия. Россия вымирает со скоростью 700 000 человек в год и молниеносные национальные проекты, подхваченные партией власти, успеха Блицкрига не обеспечат. Такие однобокие подпорки дают весьма локальный результат, рассчитанный на предвыборный период. В поликлиниках положение по зарплате подравнялось. Однако это не касается тех, кто за операционным столом по-прежнему сутками дежурят в больницах, чтобы прокормить семью. Многие знают, что прежде чем стало закупаться оборудование, произошла оптимизация коечного фонда – сокращение отделений в больницах. Кто будет работать на оборудовании, если узких специалистов не хватает, если оклад у заведующего отделением с высшей врачебной категорией 3 600 рублей, а санитарке платят от 1100 до 2000 рублей в месяц? Медицина вправе не просить у власти, но для этого нужно изменить ситуацию коренным образом, сделать так, чтобы власть поняла, что она существует для граждан, что простой россиянин и сильнее и важнее. Исправить положение врача может только перераспределение российского и местных бюджетов. «Нефтяной пирог» должен доставаться не только олигархам и чиновникам.

Для того чтобы ситуация изменилась на долгосрочную перспективу, необходимы политические инструменты. Необходимо сделать невозможным возврат к бюджетным подачкам по принципу политической лояльности, необходимо, чтобы Россия твердо встала двумя ногами в тот экономический уклад, путь в который начат де-факто уже давно. Необходима реализация программы «Достройка», программы распределения бюджетных средств в интересах большинства: бюджетников, пенсионеров, детей. Суть «Достройки» – введение международных капиталистических социально-экономических стандартов с учетом поправки на наши российские доходы. Та доля от ВВП, которая направляется на пенсии и зарплаты бюджетникам в России и в такой стране, как, например, Германия, должна быть одинакова - 12% от ВВП, а не 4,6%, как сегодня в России!

После успеха на выборах в декабре прошлого года в Законодательное собрание Пермского края автора программы «Достройка» лидера СПС Никиты Белых действия нашей партии стали вызывать особо пристальное внимание конкурентов. Не исключение и сегодняшние выборы в нашей области. Нет ни одного политического объединения, против которого применялись некорректные методы агитации и иной предвыборной деятельности в таком объеме, как к СПС. И чем нас уже не пытались замарать и чего только не придумывали. Всего перечислять не станем. Ясно, что эти шаги оппонентов говорят о системном кризисе у них, об отсутствии надежности и эффективности тех политических шагов, которые применяют сегодня партии власти. Становится ясно, что крах политических «экспромтпроектов» осязаем, наша победа не за горами.

Филипп ЕГОРОВ.

Никита БЕЛЫХ –
российский ученый, экономист, лидер партии
"Союз правых сил"

Автор программы «Достройка», предусматривающей повышение пенсий в 2,5 раза, а зарплат бюджетников – в 4 раза.

Никита Белых – человек безупречной репутации. Он отказался от гладкой карьеры на посту вице–губернатора Пермской области, посчитав свою работу несовместимой с античеловеческой политикой «Единой России».

За два года работы лидером партии «СПС» привлек в нее много новых, сильных, честных людей с незапятнанной репутацией.

Благодаря Никите Белых в декабре 2006 года на выборах в Законодательное собрание Пермского края Союз правых сил на 142 избирательных участках занял первое место. Сейчас команда Никиты Белых принимает участие в выборах парламентов в двенадцати регионах России.

Никите Белых 31 год. Имеет два высших образования: экономическое и юридическое. Женат. Отец трех сыновей.

Оплачено из избирательного фонда избирательного объединения Томского регионального отделения политической партии «Союз правых сил».

ТАКОЙ ХИРУРГИИ В ТОМСКЕ ЕЩЕ НЕ БЫЛО

В мае 2001 года в детском госпитале Sentara (Норфолк, США) я впервые увидел большое число детей из разных стран мира с тяжелыми врожденными деформациями мозгового и лицевого отдела головы. Среди пациентов были дети из Африки, Юго-Восточной Азии, Румынии и др.

Детей с подобными дефектами (синдромы Аперта, Крузона, Гольденхара, Сетр-Коцена, Тричера-Коллинза, Пьера-Робена) в Томске я не видел. И только целенаправленное изучение этого вопроса позволило нам понять, что эти дети (нередко отказники) «спрятаны» в специнтернатах как неврологические пациенты.

На первых порах такие дети развиваются в интеллектуальном плане нормально. Однако, пребывая в условиях закрытого учреждения без наблюдения педагогов и воспитателей, они начинают быстро отставать в умственном развитии. Между тем во всем мире известно, что своевременная коррекция деформаций головы ребенка (в возрасте от 6 до 9 месяцев) позволяет воспитать психически и умственно полноценного человека. К тому же эти заболевания обычно не передаются по наследству. За разработку операции по коррекции врожденных деформаций мозгового и лицевого отдела головы в 70-х годах Paul Tessier была присуждена Нобелевская премия. Эту хирургию сегодня называют кранеофасциальной.

В 2006 году мы начали совместный с немецкой благотворительной организацией Interplast (Франкфурт-на-Майне) проект по внедрению кранеофасциальной хирургии в Томске.

Основанием для реализации такого проекта явились:

1. Опыт лечения 238 детей с расщелинами губы и твердого неба – «заячья губа», «волчья пасть» (2000-2006).
2. Согласие президента Interplast А. Борхе приобрести для нас (к маю 2007 года) специальный инструментарий Leibinger для кранеофасциальной хирургии (12000 Евро).
3. Федеральное лицензирование клиники по челюстно-лицевой хирургии у детей (14 декабря 2006 года).

Фотографии больной Ч., с фронто-назальной дисплазией, левосторонней лобной плагиоцефалией, ОГ III-ей степени с вертикальной и сагиттальной дистопией глазниц до и после лечения.

Фотографии пациентки с синдромом Saethre-Chotzen до и после лечения.

4. Согласие профессора П. Эдельманна (Германия) и двух его коллег-профессоров челюстно-лицевых хирургов (США, Шотландия) помочь нам во внедрении в нашей клинике этой суперсовременной технологии (19 мая-3 июня 2007 года).

Итак, с 19 мая по 3 июня 2007 года в клинике Института микрохирургии будет рождаться кранеофасциальная хирургия. Для пациентов (они уже отобраны) и их родителей операция будет бесплатной.

Кроме этого, мы продолжим нашу миссию оказания помощи детям с расщелинами губы и неба. Финансирование операций предусмотрено программой Государственных гарантий оказания бесплатной медицинской помощи гражданам РФ.

По всем вопросам можно обращаться по телефонам: 645-378; 644-122; 645-753.

Команда вместе с капитаном Дмитрием Бухариным (первый слева сидит) и тренером Виталием Шевелевым (первый слева стоит).

НАШИ ЛУЧШЕ ВСЕХ ИГРАЮТ В ВОЛЕЙБОЛ

В феврале был проведен традиционный ежегодный фестиваль здоровья и спорта сотрудников вузов г. Томска: в соревнованиях приняли участие сотрудники ТУСУРа, ТГАСУ, ТГУ, ТПУ и СибГМУ. Программа спортивного фестиваля включала лыжные гонки, волейбол, настольный теннис и другие состязания.

Наиболее успешно выступила мужская сборная по волейболу СибГМУ, которая не проиграла ни одной встречи и заслуженно заняла 1-е место. В составе команды- ***Бухарин Дмитрий, Ходкевич Михаил, Крылов Александр, Демьянов Сергей, Никитин Константин, Оферкин Вячеслав, Бокша Олег, Сомов Юрий.*** Капитан команды Дмитрий Бухарин был признан лучшим игроком турнира по итогам судейского голосования.

Огромный вклад в успех волейболистов внес Виталий Михайлович Шевелев - главный врач клиник СибГМУ. Около 15 лет назад именно Виталий Михайлович являлся идейным вдохновителем и организатором группы здоровья для сотрудников медицинского университета на базе спорткомплекса СибГМУ. И в настоящее время он играющий тренер, помогает с экипировкой команды и со своевременным ремонтом спортзала.

Отдельная благодарность - Владимиру Николаевичу Васильеву, завкафедрой физвоспитания СибГМУ, который не только предоставил наиболее удобное время для тренировок, но и лично присутствовал на играх, оказывая огромную моральную поддержку.

МЕДУНИВЕРСИТЕТ РАСПАХИВАЕТ ДВЕРИ

Сибирский государственный медицинский университет - старейший за Уралом. Его корни - в Томском Императорском университете, который в 1878 году был основан, а в 1888 году открыт в составе одного факультета – медицинского, поэтому первыми учеными, профессорами в Томске были именно медики.

Медуниверситет не только старейший, но и вечно молодой, потому что бурно развивается: появляются новые специальности, растет число факультетов, множится количество студентов и преподавателей, ученых; прирастает вуз новыми учебными корпусами.

В феврале этого года с успехом прошла государственная аттестация вуза. Член комиссии, ректор Омской ГМА А.И. Новиков так отозвался о нашем медуниверситете: «Ваш вуз дал ростки всем медвузам Сибири и Дальнего Востока, а ваших выпускников можно встретить во всех медвузах страны - гордитесь этим!»

Вот уже несколько лет в рейтинге среди 47 медицинских вузов России СибГМУ входит в пятерку сильнейших. О его потенциале свидетельствуют такие цифры: в вузе работают 6 академиков РАМН, 135 докторов и почти 400 кандидатов наук. Здесь обучаются около 5 тысяч студентов. СибГМУ - один из немногих медвузов, имеющих собственную клиническую базу. Научные исследования ведутся в тесном содружестве со многими научно-исследовательскими институтами Сибирского отделения Российской академии медицинских наук.

Возглавляет вуз академик РАМН, заслуженный деятель науки РФ, заслуженный работник культуры РФ, профессор В.В. Новицкий.

Сегодня мы беседуем с ответственным секретарем приемной комиссии В.П. Киселевым и его заместителем И.С. Малиновской.

- Скажите, кто может стать студентом СибГМУ?

- На первый курс любого факультета СибГМУ принимаются граждане Российской Федерации, иностранные граждане и лица без гражданства, проживающие на ее территории; граждане республик Беларусь, Казахстан, Узбекистан, Таджикистан, Киргизстан, имеющие документ государственного образца о среднем общем или среднем профессиональном образовании.

- Что необходимо абитуриенту для поступления?

- Во-первых, грамотно подготовить документы для предоставления их в приемную комиссию, которые будут приниматься с 20 июня по 15 июля 2007 г. Помимо документа об образовании (аттестат или диплом), обязательны 6 фотографий 3 х 4 см с белым уголком, если имеются - свидетельства ЕГЭ, дипломы победителя предметных олимпиад. Абитуриентам, претендующим на льготы, предусмотренные правилами приема в вузы, также необходимы документы, подтверждающие льготу, перечень которых можно уточнить в приемной комиссии.

А во-вторых, серьезно подготовиться к вступительным испытаниям, которые пройдут в июле. У нас работает центр довузовской подготовки, преподаватели которого могут помочь подготовиться к экзаменам по всем необходимым дисциплинам.

И, в-третьих, каждый год наш университет принимает участие в открытой региональной межвузовской олимпиаде, проводимой по решению совета ректоров вузов г. Томска. Участие в олимпиаде дает реальный шанс каждому абитуриенту стать студентом СибГМУ досрочно. Дело в том, что, став победителем по какому-либо предмету, абитуриент может использовать диплом в качестве вступительного экзамена в любой вуз г. Томска, поскольку результаты победителей олимпиады конвертируемы. В этом году 29 апреля состоится олимпиада по математике, 1 мая - по русскому языку и литературе, 6 мая - по биологии и 13 мая – по химии. Все олимпиады будут проходить в аудиториях СибГМУ, запись - с 16 апреля в приемной комиссии.

- Уточните, пожалуйста, льготы для поступающих.

- По-прежнему сохраняется льгота для медалистов: они сдают один профилирующий предмет, и если набирают подтверждающий балл (по биологии - 80 и более, по химии и математике - 75, по русскому языку - 70), то освобождаются от дальнейшей сдачи экзаменов, участвуя в конкурсе медалистов.

Социальные категории льготников (сироты, военнослужащие, инвалиды), сдавшие на положительные оценки, зачисляются вне конкурса.

Для абитуриентов Томской области сохраняется целевой прием, который предполагает отдельный конкурс на выделенные места по специальности «лечебное дело» - 15; «стоматология» - 5; «педиатрия» - 10; «фармация» - 5. Для участия в конкурсе на целевые места необходимо взять направление у главного врача ЦРБ по месту жительства и зарегистрироваться в Департаменте здравоохранения Томской области.

- Какие условия для тех, кто хочет учиться на платной основе?

- К участию на места с оплатой стоимости обучения допускаются лица, успешно выдержавшие вступительные экзамены. Для зачисления достаточно иметь положительные результаты, аналогичные интервалам положительной оценки ЕГЭ. Студент, обучающийся по контракту и имеющий в течение 4 семестров 90% и более оценок «отлично», решением ученого совета может быть переведен на бюджетную форму обучения при наличии вакантных мест.

- Бытует мнение о том, что в медуниверситете отсутствует коррупция. Ректор всегда подчеркивает, что при поступлении не может быть места взяткам.

- Это действительно так. В большей степени этому способствует автоматизированная компьютерная программа приемной комиссии. Она позволяет вести регистрацию абитуриентов, вносить результаты экзаменов в ведомости и, главное, беспристрастно, объективно оценивать знания. Работы абитуриентов подвергаются компьютерному шифрованию, что лишает возможности распознать их авторов. Кроме того, проверяются они все в Томске по единой системе критериев оценок, так что возможности у абитуриентов, сдающих экзамены в Томске и на выезде, одинаковы.

Более того, абитуриенты могут ознакомиться со своей работой после проверки в специальные дни, назначенные приемной комиссией для просмотра работ. В случае несогласия с оценкой абитуриент имеет право подать заявление на апелляцию, в ходе рассмотрения которой комиссией проверяется правильность выставленной оценки.

- Могут ли иногородние абитуриенты рассчитывать на общежития?

- Все иногородние абитуриенты обеспечиваются общежитием. Те, кто зачислен в вуз на бюджетную основу, также обеспечивается общежитием, а на контрактную основу - по возможности, при наличии свободных мест.

- Ваши пожелания абитуриентам?

- Много лет мы акцентируем внимание наших абитуриентов на латинском изречении, которое стало имиджевым для нашего университета: «Arte et humanitate, labore et scientia» – «искусством и человеколюбием, трудом и знанием». Если вы действительно решили посвятить себя изучению медицины, то эти слова должны стать путеводными для вас, и тогда все трудности на пути к освоению профессии будут по плечу!

По всем вопросам обращайтесь в приемную комиссию и центр довузовской подготовки СибГМУ:

634050 г. Томск,
Московский тракт, 2;
тел/факс: (3822) 53-34-64,
e-mail: pk_ssmu@ssmu.net.ru,
http://www.ssmu.ru.

День открытых дверей в СибГМУ состоится 30 марта в 10 часов в актовом зале главного корпуса (Московский тракт, 2).

С будущими абитуриентами встретятся ректор, проректоры, деканы факультетов, ведущие профессора вуза, сотрудники приемной комиссии и центра довузовской подготовки.

В этот день вы услышите много интересного о факультетах, специальностях медуниверситета, посетите учебные корпуса, лаборатории, анатомический музей вуза. Вы получите ответы на все интересующие вопросы.

Приходите, вас ждут!
Тел. приемной комиссии 53-34-64.

КОНКУРС

ГОУ ВПО СибГМУ Росздрава объявляет конкурс на замещение вакантных должностей профессорско-преподавательского состава:

- **ассистентов кафедр:** *детских инфекционных болезней; клинической психологии и психотерапии; физической культуры и здоровья;*
- **центральной научно-исследовательской лаборатории:** *младший научный сотрудник.*

Срок подачи заявлений - 1 месяц со дня опубликования в газете **(по 6 апреля 2007 г.).**

ТРЕТИЙ ОРДЕН ПРОФЕССОРА

Почетным орденом "За заслуги в науке" Международной академии наук экологии и безопасности жизнедеятельности (МАНЭБ) награжден профессор СибГМУ, доктор меднаук, завкафедрой клинической практики сестринского дела Вениамин Волков. Это уже третий орден профессора Волкова (два предыдущих "За вклад в экологию" и "За заслуги в образовании").

Кроме того, его имя внесли в книгу "Академики МАНЭБ" и книгу "Международные академики высшей школы".

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ПРОПИСИ - ЭТО АКТУАЛЬНО?

Аптечные полки пестрят яркими упаковками, товарными знаками, многообещающими названиями. В мире выпускается 17 тысяч лекарств. А люди не перестают обращаться за привычными с детства микстурами, каплями, мазями, растворами. Лекарственные формы, приготавливаемые в аптеках по индивидуальным прописям, еще называют экстемпоральными препаратами.

Одни их считают проверенными, надежными. Другие не находят адекватной замены. Например, 5-2-процентный новокаин, растворы для электрофореза, лидаза, буферный раствор не производятся на заводах. Правда, препараты, изготовленные в аптечных условиях, имеют ограниченный срок годности. Принимать их больному удобно, не нужно делить или разбавлять, как иной раз лекарственные формы заводского производства. Умелый провизор приготовит лекарство ровно в той дозировке и концентрации, в которой нужно. Ну а самое привлекательное в экстемпоральных препаратах - дешевизна по сравнению с готовыми формами. Большинству покупателей невдомек, что такими низкими цены остаются по инерции и не отражают себестоимости этих лекарств.

В Томске осталось всего шесть аптек, куда можно прийти с заветным рецептом и заказать лекарство. Все они муниципальные. Чтобы получить лицензию на изготовление лекарственных и инъекционных форм, в аптеке должны быть соответствующие условия - площади, оборудование, стерильный бокс, квалифицированные сотрудники. А уж если такая лицензия выдана, аптеку то и дело проверяют разные контролирующие органы. Есть бактериологический и внутренний контроль на соответствие стандартам качества и так далее. Поскольку в последние годы препараты по индивидуальным прописям приближаются к штучному производству, пробы приходится брать из каждой баночки и флакона, а не из целой партии. Если подсчитать все издержки приготовления препаратов по индивидуальным прописям, получается внушительная сумма. И еще неизвестно, будет ли заказ востребован получателем.

Как рассказала заведующая муниципальной аптекой №78 Надежда Марченко, для приготовления 1 литра специально очищенной воды требуется 37 литров холодной водопроводной (на охлаждение). А еще - электричество, тепло в помещениях, труд сотрудников и так далее. Заведующая муниципальной аптекой №69 Нина Смирнова пояснила, что неубыточным изготовление экстемпоральных препаратов может быть при больших объемах.

Для изготовления препаратов в условиях аптеки требуется и знание, и умение. И потому такую работу доверяют наиболее опытным сотрудникам. Ответственность у них велика, а вот зарплата мала. Осуществлять реализацию лекарств заводского производства, конечно, проще и выгоднее. Но есть и другая, не менее сложная проблема. Большую часть оборудования, необходимого для изготовления экстемпоральных препаратов, пора обновлять, а для этого нужны средства. Наиболее вероятный вариант развития событий - рост тарифов на препараты по индивидуальным прописям. А значит, они заметно подорожают. Но будут ли тогда эти препараты востребованы?

Светлана ЛОГИНОВА.

Томскому филиалу МГОПУ им. М.А. Шолохова - 10 лет

МИССИЯ УСПЕШНО ВЫПОЛНЯЕТСЯ

Появление в 1998 году в Томске филиала Московского государственного открытого педагогического университета было значительным событием для всего Сибирского региона. До этого специалистов по сурдопедагогике, олигофренопедагогике, логопедии готовили только в столичных вузах. С открытием филиала появилась реальная возможность готовить таких редких специалистов для Томской области и для всего региона. Более того, полученные знания нужны не только специалистам редких профессий.

С самого основания филиал возглавляет кандидат педагогических наук Татьяна Сорочинская. Об особенностях подготовки в филиале она говорит так:

- К сожалению, педагогов в области специальной педагогики и психологии в России крайне мало, поэтому дети с различными нарушениями, задержками в развитии не получают необходимой помощи. Дать таким детям полноценную квалифицированную помощь, чтобы они стали полноценными членами нашего общества, - такую благородную миссию выполняет Томский филиал МГОПУ им. М.А. Шолохова.

Кроме того, знания, которые мы даем, очень важны и для современного психолога, и для педагога. Эти специалисты должны знать психофизиологию ребенка, его психологические, речевые особенности, формирование высших психических функций, чтобы умело оказать помощь.

Тенденции сегодняшнего времени таковы, что людей с ограниченными возможностями становится все больше, возрастает число тех, кто испытывает трудности при обучении, увеличиваются случаи отклоняющегося поведения детей, которые не могут усвоить правил общения, их тянет к асоциальным поступкам. Как все это преодолеть? Только в индивидуальных формах работы.

Эти проблемы мы решаем во время обучения. Отправные точки - ранняя психологическая помощь уже на первом году жизни. И дальнейшая помощь в адаптации, познавательной деятельности.

Основные специальности в филиале:
**** логопед, * олигофренопедагог, * сурдопедагог, * социальный педагог, * специальный психолог, * педагог-психолог, * менеджер, * учитель иностранного языка.***

Сейчас уже можно сказать, что филиал успешно выполняет свою миссию. Если в первый учебный год здесь обучалось 176 студентов, то сейчас - более 600 студентов очного и заочного отделений.

На сегодняшний день подготовлено 810 специалистов в области специальной педагогики и психологии, все они работают по специальности в г. Томске и Томской области, в том числе более трети из них - в сельских районах, городах Асино, Колпашево, Стрежевой, Кедровый.

За эти годы окрепла и расширилась материально-техническая база (в чем большую помощь оказали областная и городская администрации). Филиал получил учебные площади в отдельно стоящем здании. Была проведена огромная работа по ремонту, переоборудованию и оснащению помещения. Немало сил, энергии, материальных ресурсов и труда было вложено для того, чтобы создать учебное заведение столичного образца. В настоящее время филиал располагает прекрасными аудиториями, специализированными классами и служебными помещениями площадью более чем 1600 кв. метров.

Здесь находятся учебно-научная библиотека на электронных и бумажных носителях, современный компьютерный класс, лингафонный кабинет.

В вузе имеется издательская база и копировальная техника, что дает возможность выпускать учебную, научную и методическую литературу. Есть студенческое общежитие.

К ведению образовательного процесса привлечены томские и московские преподаватели, в том числе доктора и кандидаты наук. В целом доля лиц с учеными степенями и званиями среди профессорско-преподавательского состава составляет 65%. Занятия со студентами в разные годы вели все корифеи отечественного дефектологического образования.

Серьезные шаги сделаны по развитию научно-исследовательской работы студентов. Организовано научное студенческое общество, определены приоритетные направления научной работы: раннее психолого-педагогическое сопровождение детей с социальной депривацией.

Начиная с 2000 года филиал совместно с Томским региональным общественным фондом «Центр развития личности» работает над проектом, направленным на создание в г. Томске службы ранней помощи детям, имеющим нарушения в развитии. В 2001 г. за проект «Абилитация» получен малый грант программы АРО (программа «Помощь детям-сиротам в России» Агентство США по международному развитию).

Ежегодно проходят студенческие научно-практические конференции, посвященные Л.С. Выготскому - основоположнику отечественной дефектологии и психологии; предметные олимпиады. Два раза в год студенты совместно с сотрудниками библиотеки проводят выставки по антинаркотической пропаганде и противопожарным мероприятиям.

Большое внимание уделяется прохождению студенческой практики в специальных коррекционных учреждениях, которых насчитывается 25. Особое место при прохождении прктики уделяется волонтерской работе, студеты добровольно работают с детьми детского дома № 1 (г. Томск) и реабилитационного центра «Надежда» (пос. Калтай).

Воспитательная работа - часть образовательной деятельности. Студенты под руководством кураторов издают газеты, готовят праздничные выступления к знаменательным датам, занимаются спортом, участвуют в общественной жизни города. В год 100-летия со дня рождения М.А. Шолохова студенты и преподаватели филиала приняли участие в фестивале и конференции в г. Москве, стали лауреатами Всероссийского конкурса-смотра художественной самодеятельности. Здесь работают театральная студия, кружок углубленного изучения английского языка для стажировки в США, лаборатория профориентологии.

Все студенты, которые здесь обучаются, тоже особые люди. Будущие специальности предполагают, что в них развито чувство сострадания, доброты и соучастия. Только такие люди могут работать с особыми детьми и помогать им стать счастливыми.

Валентина АНТОНОВА.

На снимке: директор Т.В. Сорочинская (в центре).

**** 22-23 марта состоится региональная научно-практичекая конференция «Психолого-педагогические аспекты развития личности ребенка: теория и практика», приуроченная к юбилею филиала.***

**** 27-28 марта с 15 часов состоится день открытых дверей для будущих абитуриентов. На все вопросы ответят руководители филиала и опытные преподаватели, будет возможность побывать на экскурсии по филиалу .***

ПРОФСОЮЗНЫЙ ЛИДЕР - ВТОРОЕ ПРИЗВАНИЕ

Что отличает истинных профсоюзных лидеров? Они способны объединять людей и четко выражать коллективное мнение. Отстаивая интересы коллег, предпочитают конструктивный подход. И строят взаимоотношения с руководством учреждений по принципу сотрудничества. Как правило, это дает положительный результат, в отличие от конфронтации. Одним словом, забота о коллегах - их второе призвание. Женщины всегда бывают органичны в этой роли. В подтверждение тому - успешная работа трех председателей профкомов первичных организаций.

Елена СИМАНИНА

Елена Владиславовна - кандидат медицинских наук, старший научный сотрудник лаборатории патологической физиологии НИИ фармакологии СО РАМН. Ее рабочий стаж - более 20 лет. И 15 из них она является председателем профкома. Лидерские качества в Елене Владиславовне сочетаются с чуткостью и привычкой доверять людям. Они к ней тянутся. Елена Симанина старается сделать так, чтобы каждый человек в коллективе чувствовал себя защищенным, не оставался наедине со своими проблемами. Сотрудники получают в своем профкоме и моральную, и материальную поддержку, дельные советы по части трудового права, а также путевки для детей в летние оздоровительные лагеря. А администрация НИИ к различным инициативам профкома относится с пониманием и не отказывает в помощи.

Примечательная деталь: новые сотрудники обычно с удивлением говорят, что на прежнем месте работы им не доводилось чувствовать такой заботы по профсоюзной линии. На сегодня в коллективе - 320 человек, подавляющее большинство из них - представительницы прекрасного пола. Причем в профсоюзе состоят почти все (за исключением двух человек). И все потому, что в составе своей «первички» члены коллектива ощущают себя причастными к насыщенной и интересной общественной жизни. Коллективные мероприятия и праздники (юбилеи, Новый год, 8 Марта, День медработника) всегда становятся в НИИ ярким, незабываемым событием, которые приносят радость жизни и удовольствие от общения.

Марина УШАТАЯ

Марина Владимировна работает в Томской больнице ФГУ СОМЦ Росздрава 15-й год. Она - врач-физиотерапевт высшей категории, заведующая физиотерапевтическим отделением и вот уже 10 лет как председатель профкома. Профсоюз помог коллективу пережить непростые периоды в жизни больницы. Многим медикам памятны времена длительных задержек заработной платы, тогда профком отстаивал права медработников в разных инстанциях. Когда больницу закрывали на капремонт, часть сотрудников переводили на другую, менее оплачиваемую работу, а профкому удалось добиться, чтобы зарплату вернули на прежний уровень. С открытием поликлинического отделения приняли новых работников, и профком вникал в вопросы их трудоустройства.

Многие проблемы Марине Владимировне удается решить благодаря взаимодействию с администрацией больницы, которая, кстати говоря, в свое время была инициатором заключения колдоговора. И сегодня этот важный документ обсуждается всем коллективом. В коллективный договор включено оздоровление работников на базе больницы, возможность получать все виды лечения и бесплатную стоматологическую помощь, членам семей предоставляется скидка. Налажен контакт и с руководством речпорта. Речники не раз помогали медработникам приобрести новогодние подарки для детей, выделяли теплоход для коллективных прогулок.

Сегодня в больнице работают около сотни человек, более 90 из них состоят в профсоюзе. По доброй традиции для новичков устраивают посвящение в профессию. Понаблюдав, как в этом дружном, хорошо организованном коллективе сообща решают сложные вопросы и весело отмечают праздники, многие потом тоже вступают в профсоюз, потому что не хотят оставаться в стороне от самых интересных и важных событий.

Валентина ЧЕРНЫХ

В НИИ медицинской генетики СО РАМН членов профсоюза ровно столько же, сколько и работающих - 106 человек. Сто- процентного охвата Валентине Черных удалось достичь за 14 лет своего председательства в профкоме НИИ и 20 лет работы в НИИ. В настоящее время Валентина Григорьевна - научный сотрудник группы организации научных исследований и информации. Первоочередная задача, которую она для себя ставит - сплочение коллектива. И это ей удается. Руководство НИИ всегда идет навстречу пожеланиям коллектива. В колдоговор включено увеличение отпусков для разных категорий сотрудников.

А когда был достроен в 2005 году жилой дом для ТНЦ СО РАМН и генетикам выделили 2 квартиры, распределение жилья доверили профкому. В порядке очередности пятеро сотрудников НИИ улучшили свои жилищные условия. Профсоюз привлекает и возможностью получать путевки - для детей в летние оздоровительные лагеря, и для самих сотрудников в оздоровительные учреждения (по несколько путевок в год). А коллективное празднование знаменательных дат - это прекрасная возможность проявить свои таланты.

У этих замечательных женщин есть семьи и повзрослевшие дети. Они прекрасные специалисты в своей профессиональной сфере. И каждый день для них проходит как на одном дыхании, в заботах и трудах. Являясь опорой для окружающих, они и сами находят поддержку в обкоме профсоюза работников здравоохранения.

Председатель обкома Наталия Букреева придает большое значение обучению лидеров первичных профсоюзных организаций. Наши героини - активные участницы ежемесячных «дней председателя» и семинаров, где рассказывается об изменениях в Трудовом законодательстве и актуальных задачах профсоюзного движения. А затем они ведут разъяснительную работу в своих коллективах. Все, что вкладывает обком в профсоюзный актив, возвращается в «первички» с большой отдачей.

Светлана ЗАХАРОВА.

СТРЕМИТЕЛЬНАЯ ЛИНИЯ ЖИЗНИ

Редкий человек не волнуется (хотя бы немного) на пороге кабинетов с диагностической аппаратурой. Что доведется там испытать? Каков будет вердикт? Врач отделения функциональной диагностики горбольницы №3 Елена Смолина встречает своих пациентов доброжелательной улыбкой. А ее мягкий, приятный голос действует на них успокаивающе.

Старательно и без лишней суеты пациенты выполняют необходимые действия - интенсивно выдыхают в трубку спирографа или, наоборот, задерживают дыхание, терпеливо дожидаются, пока с них снимут датчики от какого-нибудь аппарата. Прежде чем написать свое заключение, Елена Станиславовна пристально изучает линии графика, выданного компьютером, расспрашивает пациента о самочувствии. Если больного направили из стационара, совещается с его лечащим врачом. Постановка диагноза для нее - очень ответственный момент, от которого зависит стратегия лечения пациента на ближайшие годы.

Знак судьбы или совпадение?

Если попытаться изобразить в виде подобного же графика профессиональный путь Елены Смолиной, скорее всего получилась бы волнообразная, устремленная вверх кривая. «Вверх» в данном случае означало бы «вперед, к новым знаниям». О том, что она станет врачом, Елена знала с самого детства, и ничего другого ей даже в голову не приходило, хотя в семье и близком окружении не было медиков. В Томский мединститут она поступила сразу после школы. Став терапевтом, работала в НИИ фармакологии ТНЦ СО РАМН. Затем - в горбольнице № 3, но не в Томске, а в солнечной Республике Узбекистан, где родились дети - сын и дочь. Спустя 7 лет они с мужем вернулись в Томск, и Елена Смолина пришла работать врачом-дежурантом в отделение терапии горбольницы с таким же номером. Не то знак судьбы, не то просто совпадение.

Она уже не была новичком в своей профессии. И все-таки на новом месте работы не переставала учиться у более опытных коллег, сотрудников клинических кафедр медуниверситета, впрочем, как и полагается хорошему врачу. Интересовалась новыми подходами и методиками. Консультировалась у патологоанатомов, исследующих летальные случаи, чтобы проводить клинико-анатомические параллели. Прежде чем назначить лечение своему пациенту, стремилась найти единственно правильное решение.

Елена Смолина:
«Пока что никому не удалось создать универсальную математическую модель какого-либо заболевания. Да это, наверное, и невозможно. Ведь болезнь - не статичное состояние. С течением времени клиническая картина может меняться, появляются новые симптомы. Голову и руки врача современная техника не заменит. И потому медицина сравнима с искусством».

С техникой на «ты»

В 2000 году перспективному доктору Смолиной предложили заняться функциональной диагностикой. Согласилась не сразу, после некоторых раздумий. С одной стороны, не хотелось оставлять стезю терапевта, на которой чувствовала себя уверенно. А с другой, новая специальность представлялась не менее интересной и значимой для больных. Удалось найти компромисс - совмещать работу в отделении функциональной диагностики с дежурствами в стационаре. Начинать пришлось с освоения медицинской диагностической техники. И очень скоро она поняла, что сами по себе результаты точных высокотехнологичных исследований - еще не диагноз. Они лишь позволяют детализировать степень функциональных нарушений в организме на данный момент, а затем требуют осмысления, для чего становится необходимым приобретенный ранее опыт. Сегодня Елена Смолина считается одним из лучших томских функциональных диагностов, в чем есть заслуга и двух ее непосредственных начальников, заведующих отделениями - Ирины Шороховой (функциональной диагностики) и Сергея Хакимова (терапевтического).

Елена СМОЛИНА:
«Пока человек способен чему-то научиться, старость ему не грозит».

Отделение функциональной диагностики - это всего два кабинета, тесноватых для установленного здесь современного оснащения. Зато здесь выполняется колоссальный объем работы. Через отделение за день проходит около сотни пациентов. Немалая часть из них - люди с пульмонологическими проблемами. Компьютерный спирограф, на котором работает доктор Смолина, появился в горбольнице №3 при содействии профессора СибГМУ, главного пульмонолога области Людмилы Волковой, через международный Ротари-клуб. Этот комплекс с монитором и распечатывающим устройством позволяет проводить пульмонологические исследования на самом современном уровне. Для больных стационара в отделении функциональной диагностики применяются и так называемое холтеровское мониторирование - наблюдение нарушения ритмов сердца или артериального давления в течение суток, а также реовазография (исследования сосудов конечностей). Кроме того, из отделений стационара поступает по 30-40 электрокардиограмм, по которым нужно составить описание.

И врач, и швец, и на фортепиано игрец

По словам заместителя главного врача по лечебной работе Ирины Колосовой, Елена Смолина - человек удивительно спокойный и уравновешенный, принимающий только взвешенные, профессиональные решения. Но при этом инициативность бьет из нее ключом. А желание познавать остается одним из ее главных качеств. Елена Станиславовна с большим удовольствием принимает участие в общебольничных, городских научно-практических конференциях. Ее выступления всегда грамотные, дельные. По приглашению в начале ноября Елена Смолина побывала в Москве на первом конгрессе терапевтов, а затем докладывала о нем в коллективе, привезла с собой кучу литературы. Чтобы много успевать в течение дня, ей приходится прибегать к давно испытанным средствам - организованности и самодисциплине.

Потому-то увлеченность работой не оборачивается в ущерб заботам о семье и разнообразным хобби. Елена Станиславовна прекрасно готовит, чем особенно бывает довольна мужская половина - глава семейства с высшим техническим образованием и 17-летний сын (в числе ее фирменных блюд - торт «Графские развалины»). По весне с энтузиазмом возделывает дачный участок. Вяжет модные кофточки для 12-летней дочки. Вышивает крестиком целые пейзажи. Недавно поступила в музыкальную школу и раз в неделю посещает педагога по классу фортепиано.

Все вместе складывается в наполненную любимым делом и интересными занятиями жизнь, то есть состоявшуюся женскую судьбу. Но никакими графиками этого не изобразить.

Светлана ЗАХАРОВА.

РАК - НЕ ПРИГОВОР

Онкологические заболевания упорно удерживают второе место в структуре смертности во всем мире. Согласно статистике Томского областного онкологического диспансера, в течение прошлого года грозный диагноз был установлен у 3480 жителей Томской области. На первом месте в структуре онкопатологий рак легких, на втором - заболевания кожных покровов тела, затем рак молочной железы. Областной онкологический диспансер - одно из лечебных учреждений, где томичам помогают избавиться от рака.

Лучшее лечение - профилактика

Когда раковая опухоль еще не затрагивает ткани органов или лимфатическую систему, ее легко удалить оперативным путем. Это первая стадия онкологического заболевания. Сегодня онкологи добиваются излечения и на II, и III стадиях (в 80% случаев). Однако дается это большими усилиями со стороны медиков и, зачастую, тяжелыми последствиями для здоровья самого пациента. Поэтому профилактика и ранняя диагностика - лучшие методы борьбы с раком.

«*Первичная профилактика рака касается охраны окружающей среды, чтобы минимизировать вероятность мутации в ДНК клеток организма человека*, - ***рассказывает главный врач Томского областного онкологического диспансера, кандидат меднаук Сергей Александрович Коломиец. -*** *Наш диспансер занимается уже вторичной профилактикой - выявлением групп риска, лечением предопухолевых заболеваний, чтобы не допустить возникновения рака. Если устанавливается диагноз «злокачественное образование», мы проводим его адекватное лечение при помощи хирургического вмешательства, лучевого лечения, химиотерапии*».

Скрининги спасают жизни

Больные, которых терапевты из поликлиник города направляют на обследование в онкодиспансер, - это лишь вершина айсберга. Для того чтобы реально снизить смертность от злокачественных заболеваний, необходимо выстроить систему ранней диагностики на уровне первичного медицинского звена. Для этих целей Томской областной думой была принята программа ***«Неотложные меры по оказанию онкологической помощи»,*** реализованная департаментом здравоохранения в 2004 г. Она была направлена на организацию скринингов рака молочных желез, шейки матки, предстательной железы. Раз в квартал специалисты онкологического диспансера, НИИ онкологии, СибГМУ на базе ЛПУ города вели бесплатный прием всех желающих. Во время таких мероприятий было выявлено много предопухолевых и опухолевых заболеваний. В результате ранней диагностики и своевременного лечения в онкодиспансере в 2005 г. показатели смертности от онкозаболеваний снизились на 4,6%. «*За каждым процентом этой статистики стоят спасенные человеческие жизни*, - говорит Сергей Александрович, - *поэтому мы рады такому результату*».

В лаборатории иммуногистохимии.

Пройти полное обследование на онкологические заболевания можно в поликлинике онкодиспансера по адресу: пр. Ленина, 115, тел. 51-21-74.

По инициативе департамента здравоохранения, НИИ онкологии, онкологического диспансера областной думой в 2005 г. была принята ***«Целевая программа по реабилитации женщин»***, в рамках которой все женские смотровые кабинеты города обеспечили цитощеточками для забора анализов на онкологическую патологию. Это улучшило качество цитологических мазков в несколько раз. За этим стоит большое количество онкозаболеваний, выявленных на ранней стадии.

Успешный опыт совместной работы онкологических служб в 2004 г. наглядно показал пользу профилактических мероприятий в снижении смертности от онкологических заболеваний. Поэтому в прошлом году областная дума приняла программу ***«Развитие системы раннего выявления раковых заболеваний».*** Она будет реализовываться уже в течение трех лет (с 2007 по 2009 г.г.) и включать регулярные скрининг-мероприятия онкологических служб во главе с онкодиспансером, активную пропаганду ранней диагностики онкозаболеваний, тематические круглые столы для работников первичного медицинского звена.

Новые методы лечения

К сожалению, лишь у 35% человек, прошедших обследование в онкодиспансере, заболевания выявляют на I и II стадиях. Большую часть больных ждет сложное, дорогостоящее, а подчас и мучительное лечение. Поэтому руководство диспансера постоянно улучшает оказание помощи населению.

Так, для более качественного диспансерного наблюдения за маленькими пациентами (в нашей области 112 детей с онкологическим диагнозом) в 2005 году в поликлинике диспансера начал прием детский онколог.

В поликлинике диспансера в 2006 г. был открыт кабинет реабилитации для стомированных больных. Стомированные больные - люди, перенесшие операцию по удалению прямой, ободочной кишки.

(Окончание на 7-й стр.)

ЛЮБОВЬ И ЖИЗНЬ ЕЕ - ФТИЗИАТРИЯ

Имя Ольги Егоровны Шарабуровой широко известно томской медицинской общественности - это именитый и авторитетный специалист в области фтизиатрии. Этой службе она отдала без малого 50 лет своей жизни. При ее непосредственном участии происходили преобразования в томской фтизиатрии, создавались новые программы, открывались новые лечебные учреждения. Ольга Егоровна и сейчас выполняет немаловажный объем работы, поражая коллег активностью, энергией и задором.

Жизнь этой женщины замечательна тем, что она, родом из маленькой деревушки Малиновка в Бакчарском районе, которой уже давно нет на картах, сумела не просто «выбиться в люди», но стать заметной фигурой в томской медицине. Может, потому, что ей на роду было написано всегда быть впереди остальных. Она с отличием окончила школу, с красным дипломом - Томский медицинский институт.

Во фтизиатрию попала практически случайно. В 1962 году отправилась на первый Всесоюзный съезд фтизиатров и там поняла, что останется работать только в этой области медицины. Потом в ее жизни будет множество съездов и конференций, в том числе международных, в Париже и Лондоне, где она будет выступать с докладами, но тот, первый, оказался решающим в ее судьбе.

Она всю свою жизнь посвятила решению проблем фтизиатрии, стараясь, все, за что бы ни бралась, выполнять на отлично. В 30 лет (рано по тем временам) возглавила коллектив областного противотуберкулезного диспансера. И руководила им тоже около 30 лет (с 1970 по 1998 годы). К обязанностям руководителя прибавлялось до 30 общественных нагрузок, среди которых - председательство в комиссии по здравоохранению в областном Совете депутатов, статус главного фтизиатра области и т.д. Она все успевала, до всего хотелось дойти самой. Жажда впитывать все новое, умение выйти за рамки практической работы вылились в написание и успешную защиту кандидатской диссертации.

Тесная связь институтской кафедры и практической службы фтизиатрии существовала исторически. Но О.Е. Шарабурова вместе с профессором, завкафедрой фтизиатрии А.К. Стрелисом выступили инициаторами создания первого в СССР научно-практического объединения на функциональной основе (НПФО), в которое вошли кафедра и все противотуберкулезные учреждения г. Томска. Общее руководство НПФО, планирование его работы осуществлялось через правление областного общества фтизиатров. Жизнь показала результативность такого объединения. К началу 80-х были достигнуты большие успехи в борьбе с туберкулезом.

Но затем наступили смутные 90-е годы, которые принесли за собой резкий скачок подъема этого грозного социального заболевания. Фтизиатры (ученые и практики во главе с Шарабуровой) вынуждены были обращаться за помощью к иностранным партнерам, работать над получением грантов на развитие и оказание противотуберкулезной помощи населению.

В апреле 1994 г . на конкурсной основе был выигран первый грант - Европейского союза в г. Брюсселе. Затем началась реализация многоступенчатых проектов под патронатом ВОЗ совместно со специалистами Англии (MERLIN), США (Нью-Йоркский институт здравоохранения, Лабораторный институт штата Массачусетс, «Партнеры во имя здоровья», Гарвардская медицинская школа). В основном эти проекты были направлены на выявление и лечение больных туберкулезом с множественной лекарственной устойчивостью. Эта работа в Томской области вновь улучшила показатели по заболеваемости туберкулезом.

В 1998-м Ольга Егоровна не ушла на пенсию, а стала заместителем главврача по организационно-методической и профилактической работе. Ей это направление особенно близко, потому что она хорошо знает и понимает роль профилактических мероприятий. Да и в области международного сотрудничества у нее богатый опыт.

***ОНА ЛЮБИТ:** мужа, родственников, свою работу, друзей, читать книги, запоминать исторические даты, путешествовать.*

***НЕ ЛЮБИТ:** вранье, халтуру, необязательность и необъективность.*

Сегодня в области реализуется 5-летний проект борьбы с туберкулезом, финансируемый Глобальным фондом.

В реализации этого проекта большую организационную работу выполняет Ольга Егоровна.

В ее обязанности входит и подготовка областных профилактических программ. Они составляются каждый год, с акцентом на материально-техническую базу. В этом году, например, в программе настойчиво подчеркивается необходимость выделения здания под современную лабораторию по выявлению туберкулеза.

Профилактика туберкулеза включает в себя работу в очагах заболевания, медосмотры населения, санпросветработу; а также организацию дней открытых дверей, школ здоровья, обучения медработников, участковых врачей различным методикам выявления туберкулеза и т.д.

Она занята с утра до вечера. И тем не менее всегда остается сдержанной, несуетливой, подвижной. Работу организует очень четко. Верный помощник ей в этом - компьютер, который она, не оглядываясь на годы, освоила легко.

О секрете своей работоспособности говорит просто - «мне нужно постоянно двигаться, работать, чем-то заниматься, тогда я по-настоящему живу».

И, действительно, после работы она частенько спешит заняться еще одним делом, связанным с фитооздоровлением, а выходные посвящает долгим пешим (совсем недавно лыжным) прогулкам с супругом.

Когда-то она лихо записалась на курсы водителей (женщины за рулем были редким явлением). И эта отвага стала счастливой - на курсах она встретила своего будущего супруга Валентина, с которым идет по жизни уже 30 лет. Они оказались очень похожи по беспокойности характеров, жизненной активности и жаждой познавать что-то новое. Поэтому у них всегда общие увлечения - будь то занятие пчелами (оба окончили спецкурсы), мичуринским участком или путешествия по рекам. В России, наверное, нет ни одной крупной реки, на которой бы ни побывали Ольга Егоровна с супругом. Правда, это было до перестройки, а после - она все больше стала выезжать за границу по делам, а вместе с мужем они ездят в гости в Германию. Кстати, эти поездки подтолкнули ее к изучению немецкого языка, чем она понемногу сейчас занимается.

Глядя на эту женщину, поражаешься ее неиссякаемой энергии, ее любви к жизни. Ей все интересно, для нее не существует слов «поздно», «не те годы», «не смогу». Она сохранила молодость души, а значит, способность воспринимать жизнь со словом «еще», а не «уже» - и этим, наверное, все определяется.

Валентина АНТОНОВА.

25 марта Ольга Егоровна Шарабурова, заслуженный врач РФ, отличник здравоохранения РФ будет встречать гостей по случаю своего юбилея.

Редакция от души желает ей долгих лет, наполненных творчеством и делом по душе, сохранения оптимизма, энергии и много-много здоровья и счастья!

РАК - НЕ ПРИГОВОР

(Окончание. Начало на 6-й стр.)

Они уже не болеют раком, но не могут полноценно работать, находятся под гнетом психологических проблем. В диспансере их учат, как правильно ухаживать за собой, вселяют в них оптимизм и помогают снова почувствовать себя нормальными людьми.

Третий год в стационаре диспансера на базе ОКБ работает онко-урологическая группа. Работу хирургов высоко оценил доктор меднаук, завотделением онкоурологии Московского НИИ онкологии им. Герцена, профессор И.Г. Русаков, который побывал в Томске на Сибирском семинаре онко-урологов.

На пожертвования спонсоров и собственные внебюджетные средства в диспансере закупили лабораторное оборудование для проведения иммуногистохимического анализа, на основании которого возможно уточнить морфологическую структуру опухоли. «*Это позволит нам проводить терапию таргетными препаратами*, - объясняет Сергей Коломиец. - *Эти препараты позволяют точечно воздействовать на опухоль, не причиняя такого вреда организму, как при химиотерапии. Таргетная терапия - революционный прорыв в лечении онкологии. С начала этого года мы постепенно будем внедрять ее в практику лечения больных нашего диспансера*».

Скажем спасибо медикам, которые изобретают все новые и новые методы, чтобы нас вылечить. Тем не менее каждый должен беспокоиться о своем здоровье сам. Воспользуйтесь случаем, чтобы пройти один из таких скринингов онкодиспансера, и быть может, вы продлите себе жизнь на многие годы.

Марина Гардинер.

Поздравляю всех томичек с наступающим весенним праздником!

Желаю всем счастья, здоровья, улыбок, хорошего настроения! А как онколог рекомендую женщинам старше 45 лет раз в два года обязательно проходить маммографию, а женщинам старше 35 лет - УЗИ молочных желез. И не забывайте про методику самообследования.

Сергей Коломиец, главный врач ТООД, кандидат меднаук.

ЛЮБОВЬ ЛИ ЭТО?

Разбитое сердце нередко становится поводом для консультации у психолога, а иной раз и у психиатра. Человек не в силах справиться со своей душевной болью. То и дело задает себе вопросы: меня бросили, за что? Как я теперь буду жить? И говорит, что продолжает любить этого человека. Но любовь ли это?

А что если просто иллюзия любви, когда сильное желание непременно встретить свою вторую половину принимается за великое чувство? Когда попытка не удается, возникает горечь разочарования. А образ того, кто не оправдал надежд, никак не выходит из головы.

Увы, иллюзия любви обладает разрушительной силой. Чтобы было легче распознать этот самообман, приведем несколько типичных ситуаций.

Это он!

Однажды встретившийся мужчина рассматривается в качестве кандидата в мужья. И смыслом жизни становится ожидание, когда ЭТО наконец свершится. Каждый день проходит в мечтаниях о райской жизни ПОТОМ, после свадьбы. Главное, чтобы он сегодня позвонил, вернулся. Все остальное становится неважным и незаметным, в том числе и собственная жизнь. В таких мечтах могут пройти годы. Неудача мешает завязывать новые связи. Все остальные мужчины сравниваются с ЕГО идеальным образом. И возникает миф о любви, которая бывает только раз. Заодно с себя самой снимается ответственность за свою жизнь. В результате женщина становится уязвимой и зависимой. А мужчинам в действительности тяжело быть чьей-то судьбой.

Красивое начало и печальный конец

У мужчины есть немало средств, чтобы поразить воображение женщины. Блеснуть умом, талантами, продемонстрировать успешность, достаток и комфортную жизнь. А дальше женщина, исходя из этой внешней картинки уже сама досоздает образ возлюбленного. Ему приписываются разные благие качества и достоинства, поступки мужчины интерпретируются в соответствии с мечтой о семейном счастье. Но при этом игнорируется его истинная натура. А что, если вместо того, чтобы додумывать, взять да и спросить прямо? Если придавать слишком много значения красивому началу, можно упустить шанс на настоящую любовь. Первое яркое впечатление порождает яркую фантазию, которая мешает увидеть реальность. А реальность такова, что мужчина не торопится вступать в брак и никак не может понять, почему женщина стала в последнее время обидчивой и нервной.

Заполнитель пустоты

Бывает, что люди бросаются в отношения из-за внутренней пустоты. Им хочется, чтобы другой человек, заполнив пустующее пространство, раскрасил мир яркими красками. И тогда якобы все встанет на свои места. Но это ожидание невозможного. Потому что наполнять свою жизнь человек должен сам. Если женщина была эмоционально опустошена перед началом любовной связи, душевный вакуум сам по себе не исчезнет. И чем больше ее связывало с предыдущим партнером, тем глубже зияющий провал после его исчезновения. Она хватается за каждый шанс, который позволит заполнить пустоту. А когда женщина получает желаемый «объект», через некоторое время отношения заходят в тупик, просто потому, что она не знает, что с ним делать. Жизнь, оказывается, не изменилась после этой встречи, не стала интереснее, как виделось вначале.

Прочь все иллюзии

Самый простой вариант избавиться от иллюзий - стать самой человеком своей мечты. Поставить свои личные цели. Планировать свою жизнь без Него. Пусть она будет интересной сама по себе, без чьей-то помощи. Тогда и не придется плакать часами. Возможно, появится новый круг общения. И Он сам еще станет дожидаться, когда ты освободишься.

(По материалам Томского семейного сайта).

Медучреждения зданий не выбирают, уж какому из них как повезло. Поликлинике №5 - не очень. Старенькое деревянное двухэтажное здание в Шпальном переулке презентабельным не назовешь. Зато «вид изнутри» за последние годы преобразился. Заметно, что в помещениях по возможности проводят косметический ремонт и стараются поддерживать их в сносном для медучреждения состоянии. Есть перемены и в укладе этого муниципального ЛПУ. В маленькой городской поликлинике как в капле воды отражаются большие процессы, связанные с национальным проектом «Здоровье» и модернизацией здравоохранения всей Томской области.

ПОЛИКЛИНИКА №5: НОВОЕ В СТАРЫХ СТЕНАХ

Новый уклад

По генплану развития Томска Черемошники задумано превратить в комфортный для проживания, респектабельный микрорайон. А пока что это рабочий квартал, который был и остается городской окраиной. Коллектив поликлиники №5 делает доступной медицинскую помощь для 16 тысяч прикрепленных жителей на 9 территориальных участках. И прочно занимает свою нишу в городской системе первичного амбулаторного обслуживания. Бывает, что пациенты крупных городских ЛПУ прикрепляются к поликлинике №5, поскольку здесь почти нет очередей.

В этой небольшой поликлинике сложился свой особенный, размеренный рабочий ритм. Наплывы пациентов случаются нечасто. Разве что в период распространения респираторных вирусных инфекций. К тому же после праздников бывает больше обращений с травмами. Как и во многих других ЛПУ, с утра пораньше в регистратуре раздают талоны, а оставшиеся откладывают пациентам по телефонному звонку. Для тех, кто заблаговременно планирует посещение врача, существует предварительная запись. Для оформления больничных листов работает отдельный кабинет. В поликлинике оказывают услуги по профосмотрам, выдают водительские справки. В кабинете заместителя главного врача Галины

Главный врач Светлана Коваленко.

Бутусовой заверяются печатями и регистрируются в журнале направления на консультативную специализированную помощь. Пациентов, нуждающихся в медпомощи такого рода, направляют в крупные томские ЛПУ (ОКБ, горбольницу № 3, межвузовскую больницу) и обслуживают за счет поликлиники из средств частичного фондодержания. Отдельные диагностические исследования можно пройти и здесь, в своей поликлинике (ЭКГ, УЗИ, рентген, а также на единственном на все Черемошники флюорографе). По национальному проекту поступили рентген-аппарат и УЗИ-аппарат, оба новые, хотя и не самые современные.

В большей степени почувствовать себя причастными к национальному проекту коллективу помогли широкомасштабные оздоровительные программы - дополнительная диспансеризация и дополнительная иммунизация населения. Чтобы как можно лучше справиться с плановыми заданиями, в поликлинике провели подготовительную и организационную работу. Большинство бюджетников проявили сознательность и прошли осмотры в положенный срок. А вот, чтобы обеспечить явку работников карандашной фабрики, усилий потребовалось гораздо больше. Ради них врачи поликлиники выходили на работу в выходные дни. Дополнительную иммунизацию 18-20-летних юношей и девушек удалось выполнить на 100 %. В нынешнем году будет продолжение - серия прививок возрастной группе от 20 до 35 лет.

Подчиненные и старшие коллеги

Большинство врачей и медсестер поликлиники хорошо знают своих пациентов, поскольку имеют большой стаж работы - более 20 лет. В их числе заведующая терапевтическим отделением Галина Молчанова, главная медсестра Нина Графова, участковый терапевт Ольга Цыпляева. Всего в коллективе трудится около полусотни человек, из них - 18 врачей.

Из узких специалистов работают невролог, хирург, окулист, ЛОР-врач, рентгенолог, врач функциональной диагностики. Среди 9 участковых врачей - трое мужчин, что вообще-то редкость для коллективов муниципальных ЛПУ, что свидетельствует о повышении престижности работы на участках, наряду с ростом заработной платы.

С 2001 года коллектив возглавляет Светлана Коваленко. Это молодая, хрупкая на вид, очаровательная и энергичная женщина. Она не имела опыта руководящей работы, пришла из поликлиники №8. Но у Светланы Ивановны было самое главное - умение работать с людьми, тактичность, хорошие организаторские способности. Старшие коллеги стали для нее опорой и главными советчиками. Сегодня она уверенно чувствует себя в роли руководителя. Что не мешает ей справляться и с другой ролью - семейной. Вместе с мужем она воспитывает двух дочерей - 17-ти и двух лет. Чтобы мама на работе могла с головой погружаться в бесчисленные заботы, младшенькая уже посещает детский садик.

Текущие заботы и перспективы

В старом здании всегда возникает немало проблем с ремонтом коммуникаций и помещений. С их решения и начинала свою работу в поликлинике молодой главный врач. Не так давно финансирование муниципальных амбулаторных учреждений из фонда ОМС зависело от количества посещений. Крупные ЛПУ при этом были в более выигрышном положении. А поликлинике №5, как рассказала Светлана Ивановна, приходилось туговато. Благодаря пилотному проекту и переходу на финансирование по количеству прикрепленного населения финансовое положение в поликлинике стало выправляться. Зато прибавилось отчетности - по каждой строке тарифа на медицинское обслуживание.

К концу прошлого года из областного бюджета поликлинике были выделены субвенции на организацию приема двух врачей общей практики, и еще - пустующие помещения муниципальной аптеки, которые находятся на территории двух участков, чтобы еще больше приблизить медпомощь к населению. В короткий срок нужно было освоить немалую сумму. В настоящее время в помещениях уже произведен ремонт, закуплено оборудование - в соответствии с табелем оснащения. Один из врачей общей практики прошел подготовку, в марте он уже начнет вести прием. Планируется обучение и другого, а пока на его месте будет работать участковый врач. Кроме того, на отремонтированных площадях предусмотрена организация дневного стационара. День за днем в поликлинике №5 занимаются насущными вопросами и осваивают новые направления работы.

Светлана ЗАХАРОВА.

ЖЕНЩИНЫ И ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ

К 1 марта общее число ВИЧ-инфицированных в нашей области составило 1109 человек, а в г. Томске - 202 человека. Эти цифры в 2,5 раза ниже, чем по России, и в 2,7 раза ниже, чем в Сибирском регионе.

До 2003 года женщин среди инфицированных было значительно меньше, чем мужчин, - 20,8 - 32%. Это связано с тем, что ВИЧ-инфекция распространялась в основном в среде потребителей инъекционных наркотиков, а мужчины более, чем женщины, склонны к рисковому поведению. Но с 2004 года на первом месте оказался половой путь передачи, поэтому число инфицированных женщин стало стремительно расти.

Согласно статистике 2004 года, среди вновь зарегистрированных ВИЧ-инфицированных женщин было уже 50%. До сих пор именно половой путь передачи является главным в распространении инфекции. Речь идет не только о женщинах, но и о детях с положительным диагнозом на ВИЧ, которых они могут родить. Если в первые годы борьбы с эпидемией от ВИЧ-инфицированных матерей в год рождалось 2-4 ребенка, то начиная с 2004 года на свет появляется 13-14 таких детей. И с каждым годом их число не уменьшается, а увеличивается.

К счастью, благодаря химиопрофилактике (медикаментозной терапии для беременных женщин) рождение ребенка с отрицательным диагнозом на ВИЧ становится реальным. Эффективность химиопрофилактики очень высока. Среди детей, чьи матери получили химиопрофилактику, лишь 3,2% оказались ВИЧ-инфицированными. До 2001 года, когда такая терапия не проводилась, от ВИЧ-инфицированных женщин рождались дети с положительным диагнозом в 65% случаев.

В рамках программы "Оказание паллиативной помощи" в проекте "ГЛОБУС" активно оказывалась помощь ВИЧ-инфицированным женщинам и был проведен анализ их возрастного и социального состава. Выяснилось, что большинство женщин молодого возраста от 20 до 30 лет живут в гражданском браке (50%), каждая третья имеет ребенка, 69% имеет среднее или незаконченное среднее образование - 69%), практически половина из этих женщин не имеет работу (45%).

Кроме ВИЧ-инфекции, у них обнаружился целый "букет" сопутствующих заболеваний: гепатит, туберкулез, кандидоз и т.п. В процессе оказания паллиативной помощи им требовалась помощь гинеколога, дерматовенеролога, инфекциониста и др. А по собственной инициативе женщины часто просили специалистов об оказании им психологической помощи и поддержки. Все они остро нуждались в денежных средствах, социальной помощи, трудоустройстве.

В рамках программы "Оказание паллиативной помощи" их поддерживали продуктами питания, необходимыми медикаментами, средствами гигиены (в том числе и памперсами для малышей). Однако проект "ГЛОБУС" завершится, и люди останутся со своими проблемами один на один. Для того чтобы не попасть в трудную жизненную ситуацию, каждый из нас должен задуматься о том, как себя правильно вести. Мы должны не допустить собственного инфицирования и инфицирования наших близких. Наше здоровье - в наших собственных руках.

Светлана СОЛОВЬЕВА, замглавврача областного центра профилактики и борьбы со СПИДом и ИЗ.

АСКОРИЛ ПОМОЖЕТ

Хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ) является одной из частых причин нарушения здоровья и каждое ее обострение, с клинической точки зрения, следует рассматривать как фактор прогрессирования болезни. При обострении ХОБЛ нарастает интенсивность ее симптомов, таких как одышка, кашель и мокрота. Кашель может быть малопродуктивным, т.к. отделение мокроты может быть затруднено вследствие ряда причин и, в частности, из-за свойств самой мокроты. Если мокрота вязкая, она требует значительных усилий и многократного кашля для ее отхаркивания. Нужно помнить, что такой кашель может сопровождаться развитием осложнений, связанных, в частности, с повышением внутригрудного давления, что препятствует возврату венозной крови к сердцу, и, как результат этого, у больных ХОБЛ могут наблюдаться обмороки, нарушения сердечного ритма. Среди других осложнений описаны нарушения мозгового кровообращения, субконъюнктивальные кровоизлияния, переломы ребер, спонтанный пневмоторакс, рвота, недержание мочи и другие, более редкие осложнения.

Лечение заболеваний дыхательных путей часто требует длительного приема 2-4 препаратов по несколько раз в день, что само по себе создает определенные трудности, особенно для пациентов пожилого возраста. Поэтому для рациональной терапии обострения ХОБЛ у больных, в клинической картине которых ведущими симптомами является малопродуктивный и упорный кашель, весьма удобны фиксированные комбинации препаратов, обладающих бронхолитическими и отхаркивающими свойствами. Использование комбинированных (поликомпонентных) препаратов позволяет свести к минимуму количество и кратность приема лекарственных средств, а следовательно, и риск побочных реакций.

В этом плане заслуживает внимания комбинированный препарат "аскорил", существенным отличием которого является уникальная комбинация его компонентов.

Л. Волкова, Е. Букреева, профессоры СибГМУ.

ПОКАЗАНИЯ:

В составе комбинированной терапии острых и хронических бронхолегочных заболеваний, сопровождающихся образованием трудноотделяемого вязкого секрета:

- ***хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ),***
- ***острый и хронический бронхит (в т.ч. бронхит курильщика),***
- ***бронхиальная астма,***
- ***бронхоэктазы,***
- ***пневмония,***
- ***туберкулез легких.***

Несмотря на веяние времени, хлеб остается культовым продуктом питания во всех культурах мира. Хлебом с солью встречают почетных гостей, новобрачных с пожеланиями мира, добра и процветания. Купить хлеб еще горячим в Томске редко кому удается. Но жителям в районе Авангарда повезло. Уже 9 лет подряд своей продукцией их радует магазин пекарни "Виктория-С".

О ХЛЕБЕ НАСУЩНОМ...

Залог успеха

Жесткая конкурентная борьба в 90-х годах для многих пекарен обернулась банкротством. Пекарня «Виктория-С» не только выстояла, но и выросла. Вместо двух сортов хлеба - белого и серого - здесь сегодня выпекают 25 сортов, а также сдобу и печенье. Приобрести продукцию «Виктории-С» можно в 40 магазинах города.

Своего постоянного покупателя «Виктория-С», смогла завоевать тем, что в качестве основы для рецептов здесь выбрали ГОСТы. Именно благодаря этому хлеб получается хрустящим и ароматным. Еще одно неписанное правило пекарни - использовать только натуральные продукты, стороной обходить вредную для здоровья потребителей химию.

"Мы стараемся не прибегать к эмульгаторам и улучшителям вкуса, которые сейчас очень популярны, поскольку значительно ускоряют процесс приготовления, - **рассказывает директор пекарни Мария Яковлевна Степичева**. - Дрожжи, закваска, мука, вода, соль, сахар - на этой базе и выпекаем — большего нам и не нужно".

Вкусы у покупателей разные, но в пекарне стремятся удовлетворить потребности всех. "Виктория-С" выпекает как традиционные хлеба, знакомые нам с детства, так и новые сорта хлеба для приверженцев здорового образа жизни.

Больше отрубей - полезней для здоровья

Так в "Виктории-С" выпекают хлеб с большим содержанием клетчатки: хлеба с рисовыми, ржаными, пшеничными отрубями, рисовой мукой. Последняя новинка - это хлеб **"Гречичный"** с добавлением гречневой крупы.

В чем же польза этих добавок? Все очень просто. Кроме того, что при их добавлении снижается калорийность хлеба, они в основном состоят из пищевых волокон. Пищевые волокна практически не перевариваются в нашем организме, но очень сильно усиливают перистальтику кишечника и отсорбируют на своей поверхности тяжелые масла, сахара и т.д. Благодаря этому не повышается уровень сахара в крови, меньше всасывается жиров в организм.

В хлебе, кроме белков и углеводов, еще содержатся и витамины, а также жиры, но не те, которые вызывают атеросклероз, а те, из которых состоят мембраны наших клеток и стероидные гормоны (такие, как половые). Для того чтобы не увеличивать калорийность, но при этом получить большое количество витаминов и минералов, в хлебопечении используются семена тмина, кориандра, подсолнечника. Последняя разработка технологов пекарни «Виктории-С» - использование в рецептуре хлеба **"Тыквенного"** семечек тыквы, которые, как известно, обладают еще и противогельминтным действием. В вечном споре, какой хлеб полезнее - черный или белый, победителя не найти. Черный хлеб не рекомендуют больным с гастритом, белый - больным диабетом. Белый хлеб калорийнее черного, а в черном меньше белков, но больше витаминов. Производители избавили нас от выбора и выпускают смешанный хлеб. Так, в ***«Подовом»*** хлебе соотношение пшеничной и ржаной муки составляет 1:2, а в **«Ароматном»** - 1:3. Таким образом удается избежать излишних калорий и выбрать хлеб по своему вкусу. Ведь хлеб должен быть не только полезным, но и вкусным.

Особая статья работы пекарни - булочки. Специально для тех, кто строго соблюдает пост, "Виктория-С" предлагает новинку - **«Лакомка»**, приготовленную без использования яиц и маргарина. Для тех, кто не соблюдает пост, в пекарне изготавливают широкий ассортимент сдобных булочек.

Если помнить о чувстве меры, то последствия употребления хлеба не будут заметны на нашей фигуре. Приятного аппетита!

Пекарня "Виктория-С" находится по адресу: ул. Мичурина, 93/1, тел. 67-37-81.

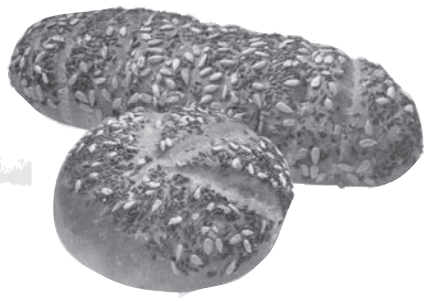
На правах рекламы.

НОВИНКА! НОВИНКА! НОВИНКА!

Изделия "ФИТНЕС"

"СОВИТАЛ"
Состав: мука пшеничная в/с, семена льна, ядра подсолнечника, кунжут, овсяные хлопья, дробленая пшеница, отруби пшеничные, солодовый экстракт, дрожжи хлебопекарные, соль.

"АРОМАТНЫЙ С ИЗЮМОМ"
Состав: мука пшеничная в/с, изюм, сахар, кориандр, солодовый экстракт, дрожжи хлебопекарные, соль.



«ФИТНЕС МИКС»
Состав: мука пшеничная в/с, сушеная морковь, ядра подсолнечника, семена льна, кунжут, овсяные хлопья, дрожжи хлебопекарные, соль.

Энергичность, бодрость и здоровье - залог вашего успеха с хлебом «Фитнес». Это очень вкусный хлеб, в состав которого входят семена подсолнечника, льна, кунжута, овсяные хлопья и кусочки сушеной моркови.

Благодаря подсолнечнику, который содержит клетчатку, витамины, а также макро- и микроэлементы, изделия способствуют нормализации работы кишечника, предотвращают развитие атеросклероза, сахарного диабета. Наличие семян льна способствует выведению из организма токсичных веществ, улучшает перистальтику кишечника. Сушеная морковь обогащает хлеб бетакаротином. Она является прекрасным заживляющим средством при язве желудка и двенадцатиперстной кишки. Кроме того, морковь повышает сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям, укрепляет нервную систему и улучшает зрение.

Этот хлеб обязательно вам понравится!

ДИЕТА ДЛЯ ФИГУРЫ К ЛЕТУ

Питание по группе крови

Эту методику разработал американский врач Питер Д'Адамо. Согласно его теории, усвояемость пищи напрямую связана с генетическими особенностями человека. Для нормальной деятельности иммунной и пищеварительной систем нужно употреблять продукты, соответствующие группе крови, то есть те, которыми в давние времена питались предки. Исключение из рациона веществ, несовместимых с кровью, уменьшает зашлакованность организма, улучшает работу внутренних органов, способствует похудению. Теория питания по группе крови вызвала среди медиков острые дискуссии. Однако на основе методики Д'Адамо разработаны различные диеты, ставшие в последнее время очень модными.

Питание по первой группе крови (0) - «охотникам». Основу питания должны составлять животные белки, а от хлеба, макарон и молочных продуктов лучше отказаться. Эта группа крови самая древняя и наиболее распространенная, а ее носители - люди со стойким пищеварительным трактом, сверхактивной иммунной системой, плохой адаптацией к новым диетам, потребители мяса. К молочным продуктам и зерновым пищеварительный тракт «охотников» еще не приспособился. Особо полезные продукты - нежирное мясо (баранина, говядина), лососевые рыбы, треска, щука, оливковое масло, грецкие орехи, тыквенные семечки, свекла, инжир.

Питание по второй группе крови (А) - «земледельцам». Рекомендовано вегетарианское питание, экологически чистая натуральная пища. Мясо у «земледельцев» превращается в жир. Также плохо усваивают они молочную пищу. Зато они могут употреблять разнообразные натуральные продукты с низким содержанием жиров, овощи и крупы. Особенно полезны морепродукты, но в умеренных количествах, а также соя, фасоль, бобы, гречка, рис, артишок, топинамбур, растительные масла, соевые продукты, овощи и ананасы.

Питание по третьей группе крови (В) - «кочевникам». Люди с этой группой крови, как правило, обладают мощной иммунной системой. Выбирать продукты питания они могут более свободно. «Кочевники» - основные потребители молока. Сохранить фигуру и хорошее настроение им поможет гармоничное сочетание физической и умственной активности. Противопоказаны соя, куриное мясо, подсолнечное масло, помидоры и гранаты, полезны все молочные продукты, рыба, баранина, крольчатина, скумбрия, треска, камбала, сыр из козьего молока, льняное и оливковое масло, овсяная крупа, рис, петрушка, белокочанная капуста, ананасы, сливы.

Питание по четвертой группе крови (АВ) - «новым людям». Эта группа крови появилась менее тысячи лет назад в результате смешения других групп. А ее носители быстро реагируют на изменения окружающей среды и питания. У них чувствительный пищеварительный тракт и весьма толерантная иммунная система. Лучший способ держать себя в форме - совмещение интеллектуальной работы с легкой физической активностью. Основу питания должны составить кисломолочные обезжиренные продукты, баранина, оленина, овощи и фрукты. Особо полезны мясо индейки, треска, скумбрия, кисломолочные продукты, кукурузное масло, овсяная крупа, пшеничный хлеб, капуста листовая, клюква, ананасы.

Важно понять, что каждый из нас имеет. Поэтому при подборе продуктов питания надо учитывать не только общие рекомендации, но и свои индивидуальные особенности. Людям, страдающим какими-либо хроническими заболеваниями, питание по группе крови следует применять с большой осторожностью, обязательно проконсультировавшись с врачом.

Яблочная диета

Такая диета помогает справиться с лишним весом, а в некоторых случаях даже нормализовать обмен веществ. В яблоках присутствуют почти все необходимые организму витамины и минеральные вещества. Как и большинство других монодиет, яблочную диету лучше применять в виде «разгрузочных яблочных дней», для похудения - 1-2 раза в неделю, для профилактики и поддержания веса - 1-2 раза в месяц. Можно попробовать такой вариант яблочных разгрузочных дней: в течение дня есть только яблоки, причем столько, сколько «влезет», но обязательно пить много жидкости. Это могут быть успокоительные настои трав, зеленый чай (конечно же, без сахара). Более жесткий вариант яблочного разгрузочного дня: полтора килограмма свежих яблок на день. И при этом ничего не пить. Достаточно той жидкости, которая содержится в яблоках. Полегче будет перенести разгрузочный день, если, кроме яблок, употреблять еще и кефир. На 1 яблоко - полстакана кефира, 5-6 раз в день. Чтобы яблоки быстрее усвоились, их лучше есть тертыми. Можно запечь яблоки в духовке.

Китайская диета

Она очень жесткая и низкокалорийная. Продолжительность - три недели. Вес сбрасывается за первые две недели, третья - закрепляет результат. Если выдержать самую тяжелую первую неделю, дальше будет легче. Третья неделя - это фактически попытка плавного выхода из диеты, перехода к нормальному сбалансированному питанию. Однако полное отсутствие животных продуктов в течение двух недель наверняка вызовет желание наесться их до отвала. Поэтому, если уж решились попробовать китайскую диету, нужно быть особенно внимательными к своему рациону после ее окончания.

Итак, в первую неделю - трехразовое питание. На завтрак, обед и ужин съедать одно яйцо и один апельсин. Пить только зеленый чай без сахара.

Во вторую неделю можно употреблять в пищу любую крупу в неограниченном количестве, кроме манки и перловки, замачивать на ночь, а утром варить на воде без соли и сахара. Пить, опять же, только зеленый чай без сахара.

ТАБЛЕТКА ЛЮБВИ

Однажды, лет 20 тому назад, у моей подруги было застолье по поводу крещения ее внучки. Я мирно беседовала со священником, перед тем совершившим столь важный для родившегося человечка обряд. Как-то незаметно, зная, что я врач, мой собеседник перевел разговор на необходимость запрета абортов, объясняя их греховность убийством пусть не родившегося, но уже живого человеческого существа, а еще заботой о здоровье женщины.

Не буду нагружать читателей размышлениями о тонкостях позиции ортодоксального христианства по поводу абортов и контрацепции. Скажу лишь, что и удовольствие от секса надо получать - ведь в этом залог семейной гармонии, и планировать семью надо. Но не так, как моя соседка, мать троих детей, - насильственным прерыванием очередной беременности.

Ну да ладно, Алевтина - взрослая женщина, выполнившая свою материнскую функцию, но и для нее аборт может обернуться бедой. А как относиться к молодым девчушкам, которые, не задумываясь о возможных последствиях аборта, с легкостью усаживаются в кресло гинеколога. Проблема? Еще какая! В 2002 году в нашей стране было сделано примерно 1,7 миллиона абортов, из них добрая половина - женщинам от 16 до 24 лет, то есть в самый активный репродуктивный период. А сколько из-за этого различных недугов - воспалений, инфекций, ломающих женское здоровье! Сколько трагедий - из-за невозможности впоследствии рожать детей. И даже смертей. Статистика знает и это: в структуре материнской смертности аборты составляют 25-30%. Но не только. Беременность с самого начала приводит к гормональной перестройке женского организма, и когда она насильственно прерывается, начинается настоящая гормональная буря, затихающая лишь через год, полтора. Ясно, что такой стресс не может пройти для женщины незаметно, не отразиться на будущем ребенке, если женщина решила забеременеть в этот период. Ну а когда беременность прерывается не раз, а много-много раз? Вряд ли родившийся впоследствии ребенок будет здоровым. Не по этому ли поводу появился обидный термин «жертва аборта»?

Обидно? Тем более что обо всех этих реальных страшилках девицам в наш просвещенный век хорошо известно. А поди ж ты, ничего их не пугает. Обидно, потому что есть надежные средства от нежелательной беременности - целый сонм гормональных низкодозированных комбинированных оральных контрацептивов (КОК), в ряду которых хотелось бы обратить внимание на препарат последнего поколения "регулон".

- Да не буду я пить всякие гормоны! - ответила мне подруга моей племянницы на вопрос, почему не предохранялась, а легла на аборт. - Лучше перетерпеть и почиститься, чем толстеть и покрываться волосами.

«Боже мой! Какая дремучесть», - подумала я. Кстати, такая безапелляционность, порожденная невежеством, и подвигла меня на написание этой статьи.

КОК - вроде реле: пьешь их - надежно, на 100% защищаешься от беременности, перестала пить - рожай в свое удовольствие. Более того, они в силу точного подбора гормональных веществ, аналогов тех, которые вырабатываются в организме женщины, не только не провоцируют, а, наоборот, снижают вероятность проявления таких неприятностей, как излишнее оволосение, увеличение веса, проблемы с кожей. Доказано, что во время приема подобных гормональных препаратов большинство женщин перестают страдать от предменструального синдрома, у них улучшается настроение, исчезают слабость, разбитость, связанные с приближением менструации, да и сама менструация протекает значительно легче. Эти препараты обладают и ярко выраженным лечебным эффектом. Их с успехом применяют для лечения и профилактики доброкачественных заболеваний молочных желез. Они сдерживают резорбцию костной ткани, уплотняют кости и предупреждают остеопороз, оказывают также противовоспалительное действие.

Если женщина не предохранялась, забеременела и решилась на аборт, сразу же после этого ей надо начать прием регулона. Во-первых, с его помощью снижается вероятность осложнений, вызванных оперативным вмешательством, во-вторых, более быстрыми темпами восстанавливается эндометрий (внутренняя стенка матки), уменьшая тем самым длительность кровянистых выделений и предупреждая нарушения менструальной функции. Чтобы не прослыть голословной, приведу лишь одну цифру: применение КОК после аборта позволяет в 5 раз снизить число воспалительных осложнений.

Современная гормональная контрацепция лишена всего того негатива, который был свойственен подобным препаратам первых поколений. Наоборот, регулярное применение регулона - этих своеобразных таблеток любви - положительно сказывается на здоровье женщины. Они психологически раскрепостили ее, дали возможность близости с любимым без боязни аборта, планирования семьи, сделали женщину в сексуальном отношении независимой от внешних обстоятельств. Какое же это для нее счастье!

Татьяна ЯППО,
кандидат медицинских наук.

SMS-акция: современно, удобно и эффективно

Как известно, одно из наиболее важных преимуществ гормональных таблеток - их эффективность. Однако эффективность любых гормональных контрацептивов (как, в принципе, и большинства других лекарственных препаратов) может существенно снижаться, если не соблюдать правила и время приема препарата. Для забывчивых или просто слишком занятых семьей и работой женщин **компания «Гедеон Рихтер» предлагает sms-акцию - «Летай, но не залетай»**. Принцип участия в sms-проекте прост. Женщина, принимающая Новинет, Линдинет или Регулон в момент приема первой таблетки из упаковки отправляет sms на номер 3500. В сообщении указывается слово ОНА или ONA (для абонентов Билайна ОНОНА или 0NONA), а также название препарата и возраст. Например: «ОНА Новинет 18». Это означает: "Я принимаю Новинет, мне 18 лет". И с этого момента в течение 21 дня в одно и то же время на телефон девушки будут поступать автоматические напоминания о приеме таблетки. При таком заботливом контроле забыть о своевременном приеме препарата трудно! Но бывают и сложные случаи, и для особо забывчивых есть система экстренной помощи: женщина отправляет sms со словом «СОС» или «303» на этот же номер, и автоматический консультант ответит ей советом, что нужно предпринять в данной ситуации.

В последний день приема таблеток женщина получает напоминание о том, что завтра начнется перерыв и надо купить новую упаковку. Через 7 дней - напоминание о начале приема. Если женщина хочет продлить пользование услугой, она отправляет на этот номер ответ. Если нет - не отправляет. Участие в акции стоит всего чуть больше 50 рублей в месяц — скромная сумма для оплаты услуг личного консультанта.

ДУХОВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

СКАЖИТЕ, БАТЮШКА...

Наверняка, многие замечали за собой, что порой даже самые простые вопросы могут поставить нас в тупик. Автор и составитель предлагаемых советов и наставлений - отец Валентин (Мордасов, 1998 г.) Все свое свободное от богослужения время он посвящал пастве. Как к неиссякаемому источнику к нему тянулись страждущие, ищущие духовного вразумления или просто жизненного совета люди. Батюшка редко говорил что-либо от себя, все его советы основывались на святоотеческом учении. Только те вопросы, которые не имели разъяснения в церковных книгах, с величайшей осторожностью он решал, опираясь на свой огромный духовный опыт и молитву.

- Что нас сближает с Богом?
- Нас сближает с Богом скорбь, теснота, болезнь, труды, если разумно переносим их, не ропщи на них и не бойся их.

- Почему надо непрестанно молиться?
- Должно непрестанно молиться, чтобы иной какой помысл не вошел в ум наш и, занявшись чем-нибудь, не отлучил нас от Бога (авва Филимон).

- Как можно без разума сокрушаться о грехах и поститься?
- Я знаю многих, которые плачут о своих грехах, но ничего доброго не делают. Они постятся, а между тем так жадны к деньгам, как ростовщики: предаются гневу, как свирепые звери, и любят о ближнем говорить более зла, нежели другие добра. Это не покаяние. Если мы постимся и вместе с тем питаем в себе гордость, зло, если клеветою съедаем ближнего, то мы не только не получаем пользы, а напротив, делаем себе вред (свт, Иоанн Златоуст).

- Какая самая высшая добродетель?
- Самая высшая добродетель - умение прощать.

- Для чего попускаются напасти?
- Бог друзей своих врачует напастьми, дабы ими от грехов очистить.

- Что особенно умилостивляет Господа?
- Господа ничто так не умилостивляет, как исповедание грехов и любовь к врагам (свт. Иоанн Златоуст).

- Какие слезы спасительны?
- Слезы от огорчения, от обиды - эти не полезны, а о том, что «ленюсь, оскорбляюсь, не имею настоящей любви к Богу...» - эти слезы полезны, и о них надо молиться, чтоб Господь дал.

- Какие пороки особенно душевно вредны?
- Всякие пороки злы есть и душевредны, но более люто и губительно есть самооправдание и любовь к спорам; посему диавол и понуждает противоречить в самооправдание, ибо знает, что если перетерпят и не будут оправдываться, то от Бога будут оправданы (архим Феофан Новоезерский).

- Что лучше всего для спокойствия души?
- Многое испытав в жизни, я не нашел ничего лучшего для мира и спокойствия души моей, как умеренное принятие пищи, пребывание на одном месте и прилежное занятие Божиим Словом (иеросхим. Стефан).

(Из книги«1380 полезнейших советов...».)

ЦЕНТР ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ

ЦЕНТР ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ

ГИНЕКОЛОГИЯ
Гинеколог-эндокринолог.
Подростковый гинеколог.
Интимная гинекология.
Недержание мочи.
ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ БЕСПЛОДИЯ.
ПОДГОТОВКА К ЭКО.
ПЛАНИРОВАНИЕ И ВЕДЕНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ.
Диагностика и лечение эрозии шейки матки.
Обследование и лечение миомы матки, аденомиоза.
Диагностика и лечение любых урогенитальных инфекций.

ОПЕРАТИВНАЯ ГИНЕКОЛОГИЯ (СТАЦИОНАР)
Лапароскопия (эндоскопия).
Гистероскопия (эндоскопия).
Миомаэктомия и т.д. (эндоскопия).
Кольпоскопия.
Эрозии, воспаления («Сургитрон»).

УЗИ-ДИАГНОСТИКА
Гинекология.
Урология.
Внутренние органы.
Суставы.
Сосуды сердца.
Щитовидная, молочные железы.
Пренатальная диагностика (беременные).
Запись на DVD.

КАРДИОЛОГИЯ
Терапевт-кардиолог.ЭКГ.
УЗИ сосудов сердца. УЗИ сердца.

ХИРУРГИЯ
Проктолог. Сосудистый хирург.

ОНКОЛОГИЯ
Прием маммолога. УЗИ-диагностика.
Биопсия. Онкомаркер.

ЭНДОКРИНОЛОГИЯ
Прием эндокринолога. УЗИ-диагностика.
Онкомаркер. Гормоны.

ДЕРМАТОЛОГ/АНДРОЛОГ
Прием врача. Анализы.
Амбулаторное лечение.

УРОЛОГИЯ
Прием врача-уролога. УЗИ-диагностика.
Анализы. Консервативное и оперативное лечение.

ОФОРМЛЕНИЕ БОЛЬНИЧНЫХ ЛИСТОВ, ДЕКРЕТНЫХ ОТПУСКОВ.

NEW! ЭСТЕТИЧЕСКАЯ И ПЛАСТИЧЕСКАЯ ХИРУРГИЯ (ЭНДОПЛАСТИКА).

На правах рекламы.

Ждем вас по адресу **ул. Советская, 97-б.**
Телефоны: **56-22-22, 42-02-02, 42-70-03.**

НИ ДНЯ БЕЗ УСПЕХОВ И ДОСТИЖЕНИЙ!

Что такое синдром менеджера, или Как не сгореть на работе.

Каждый третий человек, занятый в бизнесе или управленческой работе, страдает так называемым синдромом менеджера.

Суть синдрома менеджера состоит в том, что успешные люди становятся заложниками своей работы. Друзья, семья, простые радости постепенно переходят на второй план. В голове - акции, расчеты, страх чего-то пропустить, не успеть, оказаться не на высоте. Ежедневник с расписанием встреч становится «библией».

Кроме того, обнаруживаются признаки начинающейся болезни, которые кажутся обычной усталостью: ***проблемы со сном, ухудшение памяти и концентрации внимания, снижение сексуальной активности, физической выносливости.***

Как только вы почувствовали, что работа - дом родной, и мысли о ней занимают значительную часть светлого времени суток, принимайтесь за восстановление персонального «статус кво». С чего начать?

Постарайтесь дистанцировать себя от работы, не драматизируйте события и не возводите свои деловые задачи в ранг проблем мирового значения. Постарайтесь больше общаться с людьми, с которыми вас не связывают узы бизнеса (друзья детства, новые знакомые, даже романтические увлечения). Займитесь спортом. Если чувствуете, что не можете самостоятельно выйти невредимым из цейтнота - обратитесь к специалисту за помощью. Вам назначат высокоэффективное и безопасное лечение, которое поможет быстро справиться с астенией, вернуть «энергию жизни» и восстановить эффективную работоспособность.

Недавно в России появилось новое лекарство для лечения астении - ***"Энерион"***. Он является единственным на сегодня препаратом с доказанными механизмом действия и эффективностью при лечении астенического синдрома. По мере приема он накапливается в определенных участках головного мозга и восстанавливает их физиологическую работу. Препарат нормализует биологические ритмы и улучшает интеллектуальные функции: внимание, память, концентрацию.

В 16 крупных международных исследованиях доказано, что **энерион** обладает высокой эффективностью и устраняет все проявления астении.

К **энериону** не развивается привыкание, а эффект от лечения сохраняется длительное время. **Энерион** безопасен и хорошо переносится даже при длительном лечении. В ряде случаев у пожилых людей может наблюдаться легкое преходящее возбуждение. Противопоказан при индивидуальной непереносимости. ***Отпускается по рецепту врача.***

Приобрести препарат и проконсультироваться по поводу его применения вы можете в сети аптек "САНО":

**** пр. Фрунзе, 24, тел.: 53-03-93, 52-72-18.***
**** Иркутский тр., 32, тел.: 75-49-09, 75-49-75.***
**** ул. Лазо, 25, тел. 68-04-04.***
**** пр. Ленина, 30, ост. «ТЭМЗ», тел. 42-10-10.***

За дополнительной информацией об аптеке «САНО» обращайтесь на наш сайт: www.sano.borey-media.ru.

АПТЕКА САНО

СИБИРСКИЙ ИНСТИТУТ РЕПРОДУКЦИИ ЧЕЛОВЕКА, КЛИНИКА ЭКО

* **ЛЕЧЕНИЕ ЖЕНСКОГО И МУЖСКОГО БЕСПЛОДИЯ**;
* **экстракорпоральное оплодотворение - "ДЕТИ ИЗ ПРОБИРКИ"**;
* диагностика, лечение гинекологических заболеваний;
* определение проходимости маточных труб;
* искусственная инсеминация;
* диагностика и лечение урологических заболеваний, мужского бесплодия, простатита (физиолечение);
* исследование гормонов крови в течение суток (широкий перечень);
* перенатальная диагностика наследственных заболеваний и врожденных пороков развития (компьютерная программа).

Ул. Усова, 13-в, 4-й этаж, тел. 55-69-84.

На правах рекламы.

БЫТОВОЙ КОМПЛЕКС "BOT`AS"
Пр. Фрунзе, 123/1, тел. 26-51-14, 24-94-00.
* **Ремонт обуви** *(исполнение нестандартных заказов, система скидок).* **Заточка** *щипцов, ножниц* и т.п. * **Ремонт** *часов, юв. изделий.* * **Фотосалон.** ***Ателье одежды.** * **Химчистка.** * **Прачечная.** * *Продажа* **окон и жалюзи.**

КАФЕ "ПОГРЕБОК НА УСОВКЕ"

Пр. Ленина, 43, тел. 56-41-09.
ПОЗДРАВЛЯЕМ ТОМИЧЕЙ С 8 МАРТА!

ОБЕДЫ В АССОРТИМЕНТЕ
ДОСТАВКА В ОФИСЫ И ПО МАГАЗИНАМ

Время работы: с 9.00 до 20.00, сбт. - до 18.00, вск. - выходной.

* **торты и пирожные** *более 20 видов,*
* **выпечка, булочные изделия,**
* **мясные изделия -** *более 50 видов,*
* **горячие обеды, салаты -** *более 20 видов.*

На правах рекламы.

ТОМСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ДЕЗИНФЕКЦИИ

ПРОВОДИТ РАБОТЫ ПО ИСТРЕБЛЕНИЮ
грызунов, насекомых, клещей.

РЕАЛИЗУЕТ НАСЕЛЕНИЮ
высокоэффективные средства для борьбы ***с мышами, крысами, тараканами, мухами, клопами, блохами, комарами, клещами.***

Ул. Р. Люксембург, 9, тел. 51-39-22, 51-24-46.

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Центр хорошего слуха
"Радуга звуков"

Пр. Фрунзе, 5, тел. 51-28-75, www.raduga-zvukov.ru.

На правах рекламы.

Сервисный центр "МЕЛФОН"

импортные СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Продажа.
Ремонт.
Настройка.

Тел.: **8-903-915-69-76, 76-19-86.**
e-mail: office@melfon-70.ru,
http://melfon-70.ru, wap.melfon-70.ru.

На правах рекламы.

ООО "СКАН-М"

Телефоны.: (3822) **41-75-28, факс 55-61-81.**

ВСЕ ДЛЯ РЕНТГЕНОЛОГИИ

ШОВНЫЙ МАТЕРИАЛ
ДИЗЕНФИЦИРУЮЩИЕ СРЕДСТВА
ВСЕ ДЛЯ ЛАБОРАТОРИИ
КДЛ,
ИФА
ХИРУРГИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТ

На правах рекламы.

ЧЕМ ОПАСНЫ ГРЫЗУНЫ

Проблема вреда, как экономического, так и эпидемиологического, причиняемого грызунами, существует многие тысячи лет. Поэтому борьба с грызунами, в частности, с крысами, проводилась на протяжении всего существования человеческого общества.

Грызуны являются носителями не менее 20 опасных инфекций, таких, как чума, лихорадка Ку, туляремия, гельминтозы, псевдотуберкулез, бруцеллез, лептоспирозы, сальмонеллезы, листериоз, крысиный сыпной тиф, везикулярный риккетсиоз, геморрагическая лихорадка с почечным синдромом (ГЛПС), лимфоцитарный хориоменингит и др. Серая крыса – один из самых массовых по численности синантропных видов грызунов. Вредоносная деятельность этого вида грызуна с каждым годом расширяется. Обычно крысы живут в подвальных и первых этажах зданий, но при высокой численности проникают и в верхние этажи. Как правило, наиболее охотно крысы заселяют предприятия пищевой промышленности, продуктовые склады, мясо и рыбокомбинаты, свалки бытового мусора и пищевых отходов.

Серая крыса всеядна. От других представителей рода она отличается повышенной склонностью к употреблению животной пищи, способна быстро переходить от одного вида корма на другой. Одной из основных особенностей крыс является их высокая плодовитость. Уже в 3-месячном возрасте они способны к размножению. В помете бывает от 5 до 8 крысят. Теоретически одна самка может дать от 2 до 8 пометов в год. Однако, практически наблюдается два годовых пика численности- весной и осенью. В помещениях крыса размножается в течение всего года.

Синантропные грызуны причиняют огромный вред, поедают, загрязняют, портят разнообразные продукты, приводят в негодность различные материалы (бумагу, кожу, дерево, другие строительные материалы, резину, стекловолокно и пластмассы), конструкции, приборы. Известны аварии на электростанциях, вызванные тем, что грызунами была повреждена изоляция электрических кабелей. Крысы особо опасны на таких объектах, как электростанции, железнодорожные узлы, телефонные станции, подземные коммуникации и объекты и пр.

На территории Томской области ежегодно регистрируются случаи заболевания туляремией. За 14 лет с 1992 по 2005 гг. их зарегистрировано 36. При эпидемиологическом обследовании этих случаев выявлен общий эпидемиологический анамнез: ***наличие грызунов в местах проживания больных.***

За последние 10 лет в Томской области зарегистрировано всего 6972 случая заболеваний иерсиниозами, из них псевдотуберкулезом – 4951. Естественная циркуляция возбудителей иерсиниозной инфекции осуществляется за счет мышевидных грызунов.

Дорогие, милые наши женщины!

Поздравляю вас с праздничным Днем 8 Марта!

В этот день чествуют Женщину - Мать, Жену, Дочь, Подругу...

Мои коллеги-женщины как никто другой знают, каким счастьем светятся глаза женщин, когда они берут в руки маленький родной комочек - ребеночка, а какой радостью наполняются сердца врачей - тех, кто помог появиться этому счастью на свет!

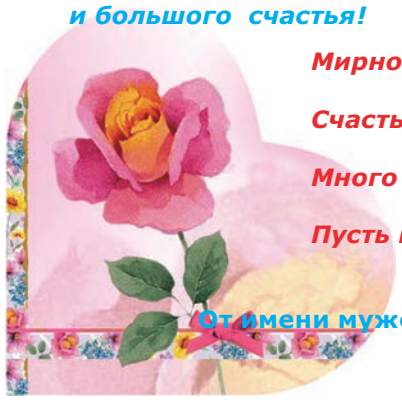
Я хочу пожелать всем женщинам радости материнства, женского счастья, сочувствия и взаимопонимания со стороны самых близких людей!

Здоровья вам всем, мои дорогие!

Любовь Агаркова,
директор НИИ акушерства, гинекологии и перинатологии ТНЦ СО РАМН,
доктор меднаук.

Дорогие, любимые, милые женщины! От всей души поздравляю вас с праздником Весны!

В канун 8 Марта к ногам каждой женщины хочется положить огромный букет цветов и каждой благодарно поцеловать руку за удивительную способность не уставать, за щедрость, доброту, за веру в счастливую судьбу детей и пожелать удачи и большого счастья!



Мирного неба вам,
солнца лучистого,
Счастья заветного,
самого чистого!
Много вам ласки,
тепла, доброты,
Пусть исполняются ваши мечты!

От имени мужской половины коллектива,
Михаил Прокопович,
главный врач МСЧ №2,
врач высшей категории.

ДОРОГИЕ КОЛЛЕГИ, МИЛЫЕ ДАМЫ, ПРЕКРАСНЫЕ ЖЕНЩИНЫ! ПОЗДРАВЛЯЮ ВАС С ПЕРВЫМ ВЕСЕННИМ ПРАЗДНИКОМ - ДНЕМ 8 МАРТА!

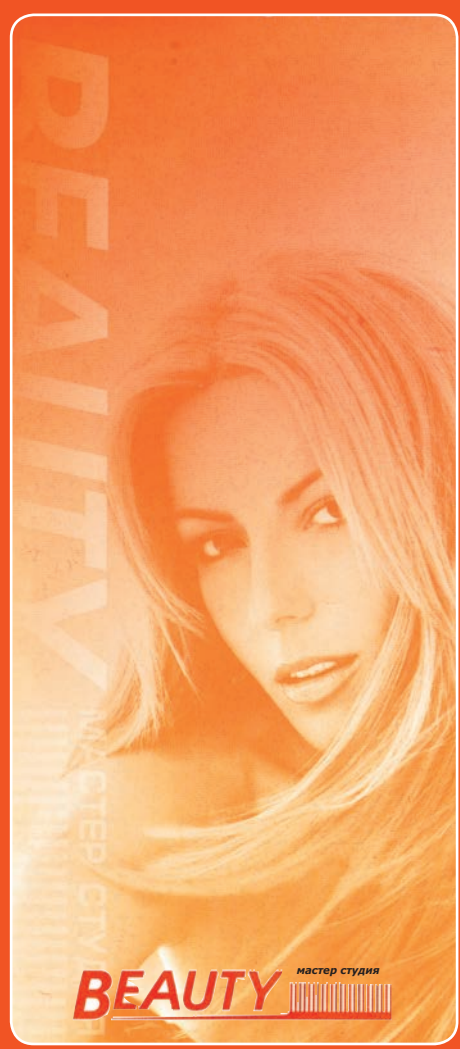
В наше время нелегко быть Женщиной, и все-таки, несмотря на все сложности, будьте всегда на высоте, гордо несите по жизни свое предназначение Матери, Жены. Пусть жизнь не дает вам повода для разочарований и больших огорчений.

Пусть надежды и мечты сбываются,
Пусть удача чаще улыбается,
Пониманьем радуют друзья,
Нежностью и чуткостью - семья,
Будьте же вы счастливы всегда!

Ирина Балановская,
директор Клиники эндоскопической и эстетической хирургии.

В издании газеты принимают участие: Сибирский государственный медицинский университет, департамент здравоохранения администрации Томской области, областная клиническая больница, ООО «САНО», областной центр профилактики и борьбы со СПИДом и ИЗ, управление фармации администрации Томской области, Томская центральная районная больница.
Газета распространяется в лечебных учреждениях, аптеках, медицинских научных и образовательных учреждениях, частных фирмах. Выходит в начале месяца.
gazeta@ssmu.net.ru, http://gazeta.city.tomsk.net.

МАСТЕР СТУДИЯ «BEAUTY»



- СТУДИЯ ПАРИКМАХЕРСКОГО ИСКУССТВА
- СТУДИЯ КОСМЕТОЛОГИИ
- СОЛЯРИЙ
- МАССАЖНЫЙ КАБИНЕТ
- НОГТЕВАЯ СТУДИЯ
- SPA-САУНА
- БИКИНИ-ДИЗАЙН
- КАБИНЕТ ГИДРОКОЛОНОТЕРАПИИ

УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР
*На базе **мастер студии «Бьюти»** создан учебный центр, где VIP парикмахеры-мастера салона совместно с известными топ-стилистами «Wella» передают свой опыт.*

Ул. Киевская, 15,
тел.: 260-598, 24-99-13, 24-99-78.
beauty@mail.tomsknet.ru

На правах рекламы.

"АЭРОГРИЛЬ": ГОТОВИМ С ПОЛЬЗОЙ

Многих женщин, особенно в преддверии нового сезона, беспокоит проблема лишнего веса. Зимой, не задумываясь о последствиях, мы баловали себя вкусненьким, а теперь ищем способ похудеть, причем желательно эффективно и без вреда для здоровья. Как это сделать? Подскажет "Аэрогриль".

Очень часто причина лишнего веса кроется в наших гастрономических привычках. Точнее, в привычках приготовления пищи. Нам известно, что запеченое мясо полезнее, чем жареное, а тушеные овощи содержат больше витаминов, чем вываренные в воде, но разве часто мы соблюдаем эти принципы в ежедневном приготовлении блюд? Теперь это проще, ведь есть возможности "Аэрогриля". С ним можно сделать свой рацион полноценным и полезным, ведь "Аэрогриль" может готовить блюда из разнообразных продуктов, сохраняя их полезные свойства и натуральный вкус.

У "Аэрогриля" есть несколько функций, которые понравятся сторонникам здорового питания: запекание, гриль, тушение, томление в горшочках. Важно, что в процессе приготовления, например, жирных сортов мяса, избыточный жир выталкивается и стекает на дно колбы. Кроме того, блюдо в "Аэрогриле" можно готовить без масла. Продукты в "Аэрогриле" обдуваются потоками горячего воздуха, равномерно прогреваясь со всех сторон, сохраняя насыщенный вкус, сочность, витамины.

Томленые супы и каши в горшочках, овощи на пару, рыба и мясо в гриле, печеные яблоки и даже йогурты - не правда ли, полезные блюда могут быть весьма аппетитны!

"Аэрогриль" занимает мало места, заменяет собой несколько кухонных приборов, прост в управлении - вы закладываете продукты, нажимаете кнопку и занимаетесь своими делами, а "Аэрогриль" оповестит вас сигналом, когда блюдо будет готово.

"Аэрогриль" - это один из лучших современных бытовых приборов, который соединил в себе русские традиции приготовления пищи и новые технологические достижения. И если вы беспокоитесь о здоровье семьи и своей стройности, то оцените возможности "Аэрогриля".

Кстати, 8 Марта - прекрасный повод заказать "Аэрогриль" в качестве подарка. Напомните об этом мужьям!

ВНИМАНИЕ! СТАРТУЕТ ВСЕРОССИЙСКАЯ КУЛИНАРНАЯ ОЛИМПИАДА

ТАЛАНТЛИВАЯ ХОЗЯЙКА ПОЛУЧАЕТ АЭРОГРИЛЬ БЕСПЛАТНО!

Товар сертифицирован.

На правах рекламы.

КУПИТЕ любую модель "Аэрогриля HOTTER" в любой точке России.
ПРИГОТОВЬТЕ в нем свой любимый фирменный рецепт или придумайте новый.
ОТПРАВЬТЕ РЕЦЕПТ по почтовому адресу:
190000, Россия, Санкт-Петербург, а/я "Хоттер" или по e-mail: priz@hotter.ru.
УКАЖИТЕ: свои ФИО, домашний адрес (с индексом) и номер телефона.
Итоги акции будут подводиться еженедельно.

СТАНЬТЕ ПОБЕДИТЕЛЕМ И ПОЛУЧИТЕ ЗА ЛУЧШИЙ РЕЦЕПТ НЕДЕЛИ - ПОЛНУЮ СТОИМОСТЬ "АЭРОГРИЛЯ"!
200 лучших рецептов будут опубликованы в книге **"Аэрогриль HOTTER: лучшие рецепты российских хозяек"**. Все участники олимпиады получат экземпляр книги бесплатно.
Результаты акции читайте на сайте www.hotter.ru, журнале "Работница", узнавайте по телефону горячей линии 8-800-200-54-32 (звонок бесплатный).

Узнать более подробную информацию можно по телефонам: 25-13-13, 59-07-42 или по адресу: г. Томск, пр. Фрунзе, 23.

HOTTER®
www.hotter.ru

Газета зарегистрирована 23 апреля 1998 г. Западно-Сибирским региональным управлением по печати № Г-01509. Учредитель и редактор В.А. Антонова.
Издатель : Томск-50, Московский тракт, 2, тел. 53-11-83, e-mail:gazeta@ ssmu. net. ru
Фото М.В. Пасеков.
Ответственность за содержание материалов несут авторы. За содержание рекламы - рекламодатели. Мнение редакции необязательно совпадает с мнением авторов.
Газета отпечатана в типограф.ОАО «Облмашинформ» (Томск, ул. Дальне-Ключевская, 62). Время подписания в печать - 18.00. Подписано в печать в 18.00. Тираж 5000 экземпляров. Заказ №3678.