



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

# На здоровье!

Читайте "На здоровье!" и будьте здоровы!

Ежемесячная газета для врачей и пациентов №11 (112)

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

НОЯБРЬ,  
2007 г.

Наша газета распространяется и по подписке.

Подписной индекс 54215. Подписаться можно в любом почтовом отделении, на любой срок.



## ИММУНИТЕТ – ОСНОВА ЗДОРОВЬЯ

### БОЛЬ В СПИНЕ? - СКАЖИ «НЕТ!»

Телефон «горячей линии» по лечению  
болевого синдрома в спине -

**8-800-200-55-95**

(бесплатный для всех абонентов России).

Материал, посвященный этой проблеме, читайте на 6-й стр.



ОТКРЫТОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО

# МЕДТЕХНИКА

Любое оборудование для  
функциональной диагностики:

- электрокардиографы
- ультразвуковая аппаратура
- электроэнцефалографы
- спироанализаторы
- электромиографы
- системы суточного мониторирования



На правах рекламы.

пер. Безымянный, 3 (ост. Главпочтамт), тел/факс: 51-05-48, 51-20-41  
ул. Источная, 6, (ост. Главпочтамт) тел/факс: 51-37-19, 51-21-84

Осенью мы чаще чихаем, кашляем, температуриим, одним словом, болеем. Даже сильный иммунитет нередко «устает» бороться с агрессивной окружающей средой. Почему это происходит и как можно помочь ослабленному организму? На эти и другие вопросы отвечает главный областной аллерголог-иммунолог, заведующий кафедрой иммунологии и аллергологии медицинского университета, доктор медицинских наук, профессор Владимир Васильевич Климов.

- Можно ли ослабленный иммунитет считать причиной всех болезней?

- Да, многие наши болезни так или иначе связаны с ослаблением иммунитета. И это не только межсезонные недуги, но и значительная часть болезней внутренних органов, скажем, язвенная болезнь желудка – это проявление иммунодефицита к бактериям хеликобактерам. Поэтому в первую очередь необходимо обращать внимание на состояние иммунной системы.

- Что должно насторожить? Каковы первые признаки ослабления иммунитета?

- Быстрая утомляемость, хроническая усталость, сонливость или, наоборот, бессонница, головная боль, ломота в мышцах и суставах могут оказаться первыми признаками снижения иммунитета. Но самое главное – это активизация инфекций. Частые простудные заболевания, гнойничковая сыпь на коже, герпес, увеличение лимфатических узлов, грибковые заболевания, молочница, дисбактериоз кишечника, непонятная минимально повышенная температура – 37-37,2.

(Окончание на 4-й стр.).

### ЗАДАЙТЕ ВОПРОС

РЕКТОРУ СИБГМУ,  
ДЕПУТАТУ ГОСДУМЫ  
ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ

**ВЯЧЕСЛАВУ ВИКТОРОВИЧУ  
НОВИЦКОМУ**

Вопросы могут задавать любые читатели нашей газеты, а не только те, кто причастен к вузу. Важно только, чтобы вопросы эти были из компетенции ректора и депутата. Они могут касаться любых сторон жизни вуза, проблем развития практического здравоохранения, состояния медицинской науки и т. д.

Вопросы можно задавать с момента выхода газеты и по 23 ноября с.г. по тел. редакции 53-11-83 (с 14 до 16 часов ежедневно, кроме выходных),

по e-mail: [gazeta@ssmu.net.ru](mailto:gazeta@ssmu.net.ru)  
по адресу: Томск-50, Московский пр., 2, СибГМУ, редакция газеты.

(Анонимные вопросы не принимаются.)

Ответы на самые интересные и актуальные вопросы будут опубликованы в декабрьском номере газеты «На здоровье!».

Ждем. Пишите, звоните!

**ООО «ЕЛАМЕД СИБИРЬ»**  
Филиал Елатомского приборного завода



Продукция ЕПЗ со склада в Томске

- Полимерные изделия для оснащения больниц и поликлиник.
- Ультразвуковые мойки УЗО объемом 1,3,5,10 литров.
- Дезинфекционные емкости ЕДПО, лотки для медикаментов.
- Контейнеры для хранения и перевозки медицинского инвентаря и отходов.
- Стеллажи, тележки.

Наш адрес: г. Томск, ул. Герцена, 55.

Тел. 215-661, 305-661, [www.elamed.com](http://www.elamed.com).

- Средства индивидуальной защиты (очки, маски).
- Медицинская мебель нового поколения.
- Аппараты магнито- и теплотерапии, в том числе аппарат ПОЛИМАГ.
- Криоустановки.



ЕЛАТОМСКИЙ ПРИБОРНЫЙ ЗАВОД - ВСЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ. ЗДОРОВЬЕ ДЛЯ ВАС

### НОВЕЙШИЕ МЕДИЦИНСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

- КОМПЛЕКСНОЕ ОСНАЩЕНИЕ медицинских учреждений, промышленных и научно-исследовательских лабораторий оборудованием и расходными материалами.
- СЕРВИСНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ медицинского, лабораторного и технологического оборудования.
- ИНЖИНИРИНГОВЫЕ УСЛУГИ.



**ДЕЛЬРУС®**

[www.delrus.ru](http://www.delrus.ru)

Пр. Ленина, 94, оф. 408.  
Тел.: 51-41-99, 51-18-65.

На правах рекламы.

## «ВТОРОЙ НАЦПРОЕКТ «ЗДОРОВЬЕ»

Так за глаза назвали резолюцию I Всероссийского съезда работников муниципального здравоохранения.

С 9 по 10 октября в г. Иваново прошел I Всероссийский съезд работников муниципального здравоохранения. Его главной целью было обсуждение предварительных итогов реализации приоритетного национального проекта в сфере здравоохранения за 2006-2007 г.г. и дальнейшего развития муниципального здравоохранения. Организаторы конференции: комитет Госдумы Федерального собрания РФ по охране здоровья, Министерство здравоохранения и соцразвития РФ, администрация г. Иваново при поддержке партии «Единая Россия».

Вопросы, которые обсуждались на съезде, - проблемные места нацпроекта: совершенствование механизмов взаимодействия между федеральным уровнем субъекта РФ и муниципальным уровнем по вопросам оказания гражданам медпомощи; реформирование оплаты труда медработникам; модернизация стационарной медпомощи; организация медпомощи сельскому населению; повышение доступности и качества медпомощи женщинам и детям; направление развития скорой медпомощи.

В президиум съезда вошли премьер-министр правительства РФ Виктор Зубков, его первый заместитель Дмитрий Медведев, председатель Госдумы РФ Борис Грызлов, заместитель министра здравоохранения и соцразвития Руслан Хальфин.

Открывая конференцию, Руслан Хальфин отметил, что, к сожалению, реформа не дала тех результатов, которые от нее ожидали. Поэтому организаторам реформы необходимо знать мнение

о ее уязвимых местах простых работников муниципального здравоохранения, которые принимают в реализации реформы непосредственное участие.

На съезде присутствовали 853 делегата из 85 регионов РФ и 700 гостей. Среди них были руководители органов управления здравоохранением субъектов РФ, врачи, медсестры, фельдшеры.

Томскую область на съезде представляли председатель Томской областной организации профсоюза работников здравоохранения Наталья Букреева и председатель профкома медработников Колпашевской ЦРБ, врач-хирург Надежда Канаева.

- Делегаты на съезде выступали очень эмоционально, зачастую выходя за рамки регламента, поскольку люди говорили о своих наболевших проблемах, - рассказывает Надежда Алексеевна. - Например, участковый врач-терапевт из Ленинградской области рассказала, как увеличение зарплат участковым терапевтам привело к тому, что ее коллеги стали увольняться со своих рабочих мест. По инициативе местного руководства круг обязанностей терапевтов вслед за надбавкой резко расширился, контроль за работой усилился. Врачи просто не справлялись с такой нагрузкой. Другие делегаты говорили о том, что для оказания хорошей медпомощи населению в ЛПУ не хватает лекарств, нет необходимого технического оснащения.

С докладами выступали председатели: общероссийской общественной организации «Ассоциация медицинских сестер России», ассоциации «Муниципальное здравоохранение», профсоюза работников здравоохранения

РФ, и многие другие работники здравоохранения.

В течение двух дней работы съезда прошли пленарные заседания и круглые столы на актуальные темы. Были организованы выставки и видеопрезентации, наглядно демонстрирующие реализацию нацпроекта в регионах. На заключительном заседании съезда большинство делегатов проголосовало за то, чтобы признать состояние системы муниципального здравоохранения неудовлетворительным.

В итоговую резолюцию от делегатов вошли предложения разработать необходимую законодательную базу, расширить экономическую самостоятельность учреждений, поднять зарплату медиков до уровня госслужащих, как можно быстрее восстановить справедливость в оплате труда врачей узких специальностей, пересмотреть схему финансирования медучреждений, вернуть систему, при которой выпускники медицинских вузов отрабатывали по распределению от 3 до 5 лет. В полном виде резолюция была опубликована в центральных СМИ.

В рамках съезда состоялось награждение представителей муниципального здравоохранения знаками «Отличник здравоохранения» и благодарственными письмами Минздравсоцразвития РФ, комитета ГД по охране здоровья и политической партии «Единая Россия». В число награжденных вошла и Надежда Канаева. За высокий профессионализм и многолетний труд она награждена Федеральным собранием Госдумы РФ благодарственным письмом и ценным подарком.

Марина ГАРДИНЕР.

## АРТЕРИАЛЬНАЯ ГИПЕРТОНИЯ И САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

В последние годы проблемы артериальной гипертонии (АГ) и сахарного диабета (СД), а особенно их сочетание, привлекают внимание большого числа специалистов разного профиля (терапевтов, кардиологов, нефрологов, эндокринологов, хирургов и др.). Это обусловлено высокой распространенностью обеих патологий среди населения, частотой осложнений, случаев инвалидности и смертельных исходов.

Хорошо известен неблагоприятный прогноз по ожидаемому увеличению частоты случаев СД - к 2020 г. в мире больных СД будет около 300 млн. человек. Причинами столь большого роста считаются увеличение числа лиц пожилого возраста, увеличивающуюся степень гиподинамики, употребление рафинированной пищи.

Распространенность этого заболевания составляет около 6-10% среди взрослого населения, а среди пожилых колеблется в довольно широких пределах - от 8,9 до 16%. Частота ежегодно вновь регистрируемых случаев в среднем составляет около 10% на 1000 человек.

При СД основной причиной смерти являются сердечно-сосудистые заболевания. Роль АГ в развитии сердечно-сосудистой заболеваемости и смертности хорошо известна, однако следует помнить, что АГ встречается примерно у 85% пациентов с СД, а наличие этих двух заболеваний отягчает течение каждого из них. Нельзя также не учитывать и тот факт, что наличие АГ приводит

к увеличению частоты развития новых случаев СД.

• АГ при СД имеет свои особенности: характерным является нарушение суточного профиля артериального давления, главным образом, в виде недостаточного снижения АД вочные часы (нон-диппер).

• Часто выявляются поражения органов-мишеней - наличие белка в моче, изменения сосудов глазного дна, изменения функции почек, гипертрофия левого желудочка (ГЛЖ) и нарушение функции сердца, снижение эластичности и увеличение жесткости сосудов.

• Встречается изолированная систолическая артериальная гипертония (ИСАГ).

Артериальная гипертония сочетается с другими факторами риска: ожирением, гиперлипидемией. Пациенты с диабетом имеют склонность к ортостатической гипотонии, что затрудняет выбор антигипертензивной лекарственной терапии.

В настоящее время врачами предпринимается все больше попыток уменьшить неблагоприятную ситуацию путем коррекции общепринятых факторов риска, в том числе и АГ. Важно, что антигипертензивная терапия снижает частоту неблагоприятных событий и у лиц с осложненным течением диабета.

При выборе препаратов для снижения АД, конечно, в первую очередь следует ориентироваться на их эффективность и доказательную базу в отношении снижения сердечно-сосудистых осложнений, но нельзя в то же время не оценивать их возмож-

ных неблагоприятных эффектов на метаболический профиль.

При СД и АГ и особенно при их сочетании происходит существенное поражение органов-мишеней. Известно, что у пациентов с СД развитие ГЛЖ существенно чаще, чем у лиц без СД, при этом они имеют и большую массу сердца и большую выраженность нарушений функции сердца.

Антагипертензивная терапия у пациентов-диабетиков способна так же, как и у других групп пациентов, уменьшать степень поражения органов-мишеней. У данной категории больных мероприятия по снижению риска сердечно-сосудистых и почечных осложнений должны быть многонаправленными и достаточно агрессивными, а рекомендации врачей по снижению риска сердечно-сосудистых заболеваний у пациентов с диабетом должны включать в себя главное достижение: уровень АД менее 130/80 мм рт. ст.

Достижение этой цели очень сложно для пациента и требует обучения и времени. Кроме того, больные должны быть готовы следовать назначениям, часто посещать врача, принимать комбинации лекарственных препаратов, контролировать уровень сахара в крови и АД, чему, несомненно, должны способствовать школы для пациентов с АГ и СД, а также тщательно соблюдать рекомендации врача.

Статья издана в рамках областной целевой программы «Профилактика и лечение артериальной гипертонии в Томской области в 2007 году».

### Представляем



## Новый начальник ТВМеди

В Томском военно-медицинском институте новый начальник. Им стал полковник медицинской службы Полковов Сергей Владимирович. Он прибыл из Саратова. За его плечами Саратовский военно-медицинский институт (окончил в 1982 г.), факультет руководящего медицинского состава Военно-медицинской академии (1993 г.)

Сергей Владимирович прошел путь от врача медпункта мотострелкового полка до заместителя начальника Саратовского военно-медицинского института по воспитательной работе. С этой должности он был назначен начальником ТВМеди.

Полковова С.В. ценят как перспективного, грамотного, целеустремленного, трудолюбивого офицера, обладающего высокой работоспособностью, имеющего разностороннюю профессиональную подготовку.

Он активно занимается научно-исследовательской деятельностью, имеет 37 публикаций, из них 1 монографию, 5 учебно-методических пособий и 32 научные работы, используемые в медицинской и педагогической практике. Кандидат медицинских наук, доцент.

Имеет много поощрений, в том числе от Главного военно-медицинского управления Минобороны РФ, министра обороны РФ.

Сергею Владимировичу 48 лет, он женат, имеет двоих детей.

## НИИ онкологии борется за грант

НИИ онкологии ТНЦ СО РАМН стал одним из претендентов на победу во втором конкурсе грантов среди госмединститутов, который проводят благотворительная программа «Вместе против рака груди» и российское представительство Британской благотворительной организации CAF. Это конкурс проектов по обеспечению бесплатного массового обследования женщин на предмет заболевания раком молочной железы. Грант подразумевает получение маммографического оборудования стоимостью \$ 1.500.000.

## КОНКУРС

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

- профессоров кафедр: физиотерапии и курортологии;

- доцентов кафедр: фармакологии; фармацевтической технологии (2); физической культуры и здоровья; химии;

- старших преподавателей кафедр: общей и дифференциальной психологии; нормальной физиологии; физической культуры и здоровья(3);

- ассистентов кафедр: дерматовенерологии; невро-

логии и нейрохирургии; поликлинической терапии; факультетской терапии с курсом клинической фармакологии; биофизики и функциональной диагностики; физической культуры и здоровья; биохимии и молекулярной биологии (2); химии;

• Центральная научно-исследовательская лаборатория: ведущий научный сотрудник; младший научный сотрудник.

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

## ЗАМЕЧАТЕЛЬНОМУ ХИРУРГУ

От себя лично и от членов своей семьи выражают благодарность заведующему первым хирургическим отделением факультетских клиник СибГМУ Петру Кирилловичу Шпилевому. Благодаря его заботе и золотым рукам сложная операция, из-за веса в 140 кг, прошла блестяще и обошлась без осложнений. Петр Кириллович заботился обо мне с момента поступления в отделение до дня выписки: лично делал мне перевязки, тщательно следил за периодом адаптации, давал советы по диетическому питанию и режиму дня. С такой заботой, вниманием и сопровождением к пациенту я встретился только в его отделении. Петр Кириллович Шпилевский - замечательный человек и специалист с большой буквы.

Григорий Чернышов, г. Новокузнецк.

В издании газеты принимают участие: Сибирский государственный медицинский университет, департамент здравоохранения 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 по подписке; а также в лечебных учреждениях, аптеках, медицинских научных и образовательных учреждениях, частных фирмах. Выходит в начале месяца.

gazeta@ssmu.net.ru,  
http://gazeta.city.tomsk.net.



ГЛОБУС

ГЛОБАЛЬНОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ УСЛУГ ПРОТИВ СПИДА

## РЕГИОНАЛЬНЫЙ РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР

С каждым годом количество женщин среди ВИЧ-инфицированных увеличивается. За 10 месяцев 2007 года на территории Томской области из числа вновь зарегистрированных случаев инфицирования 50% пришлось на долю женщин. Большинство из них из благополучной социальной среды, не употребляющие инъекционные наркотики, не ведущие рискованный образ жизни. В этом коварстве полового пути передачи вируса - инфицирование происходит незаметно. Как правило, это молодые женщины репродуктивного возраста, которые планируют иметь детей.

Диагноз "ВИЧ-инфекция" им устанавливают уже в женской консультации при постановке на учет по беременности. По данным Томского областного центра профилактики и борьбы со СПИДом и ИЗ, в год регистрируется 12-14 родов ВИЧ-инфицированных женщин. Чтобы предотвратить передачу инфекции от матери к ребенку во время беременности и в момент родов, ВИЧ-инфицированным женщинам назначают химиопрофилактику. Она позволяет снизить количество вируса в крови матери, не навредив здоровью малыша. Если беременная ВИЧ-инфицированная женщина вовремя встанет на учет и пройдет курс лечения, то вероятность рождения ребенка с отрицательным диагнозом на ВИЧ - 92-98%. Для того чтобы это произошло, необходима слаженная работа врачей в роддомах и женских консультациях, участковых педиатров.

В июне 2007 года на территории Томской области открылся Региональный ресурсный центр. Его задача - обучить этих специалистов методам работы с беременными ВИЧ-инфицированными женщинами и их новорожденными детьми.

Ресурсный центр создан на базе Томского областного центра профилактики и борьбы со СПИДом и ИЗ по инициативе и при финансовой поддержке благотворительного фонда AFEW в рамках программы «ГЛОБУС» (Глобальное объединение усилий против СПИДа).

В рамках работы ресурсного центра будут проводиться семинары-тренинги для акушеров-гинекологов, неонатологов, для среднего медперсонала роддомов и женских консультаций, врачей участковых-педиатров, социальных работников.

«Занятия проводятся в небольших группах в виде обсуждения и разбора ситуаций, с которыми медицинские специалисты могут столкнуться в реальной жизни во время общения с ВИЧ-инфицированными женщинами», - рассказывает **Марина Добкина, сотрудник Регионального ресурсного центра, заместитель главного врача по лечебной работе Томского областного центра профилактики и борьбы со СПИДом и ИЗ**. - Программа занятий разработана специалистами ВОЗ и адаптирована к российским стандартам оказания медицинской помощи. До июня 2008 г. запланировано проведение 6 семинаров. На них будут проходить обучение специалисты не только из Томска, но и Северска, Томского района. Запланированы выездные занятия в Стрежевом, где самый высокий показатель инфицирования населения по Томской области (ВИЧ-инфицированные составляют 1% населения). К врачам Стрежевого присоединятся специалисты из соседнего Александровского района».

Региональный ресурсный центр дает консультации врачам любых специальностей, которые испытывают недостаток информации по поводу профилактики инфицирования или лечения ВИЧ-инфекции.

**Обращайтесь в центр по адресу:**  
**ул. Смирнова, 5-а, тел. 77-70-95.**  
**Марина ГАРДИНЕР.**

Остеопороз - одно из наиболее распространенных заболеваний, которое занимает ведущее место в структуре заболеваемости и даже смертности населения. Причиной этой болезни является уменьшение плотности и структуры костной ткани. Следствием - деформация позвоночника, боли, разрушение зубов, переломы позвонков и трубчатых костей.

## ЗДЕСЬ БУДУТ ЛЕЧИТЬ ОСТЕОПОРОЗ

Интерес к проблеме остеопороза в России возник совсем недавно, с середины 90-х годов. Врачи подсчитали, что при населении 145 млн. человек (данные переписи 2002 года) остеопороз может быть выявлен у более чем 10 млн.чел.

Сколько жителей нашей области страдает этой болезнью, не известно, нет и общих статистических данных по всей России. На сегодняшний день только в 19 городах нашей страны имеются центры (кабинеты) профилактики и лечения остеопороза.

При помощи администрации Томской области и областного департамента здравоохранения в нашем городе открывается двадцатый по России кабинет профилактики и лечения остеопороза. Работать этот кабинет будет на базе эндокринологического отделения (бывший «Эндокринологический диспансер») по адресу пер.Кооперативный, 7.

Комментирует это событие **заведующая эндокринологическим отделением Марина Ивановна Харахулах**:

- Необходимость открытия такого кабинета именно в нашем отделении обусловлена тем, что группу риска при этом заболевании составляют наши пациенты. Не секрет, что при многих эндокринных заболеваниях, когда нарушается гормональный баланс, из костей вымывается кальций. Кости истончаются и становятся очень хрупкими. Поэтому больные остеопорозом - это люди, страда-

ющие сахарным диабетом (а у нас в Томске их 18 тысяч), патологией щитовидной железы, женщины климатического возраста (в менопаузе и предменопаузе), пациенты, принимающие глюкокортикоидные препараты.

Но остеопорозом страдают не только люди с нарушениями работы эндокринной системы. В группу риска попадают все, кто злоупотребляет алкоголем, курит, сидит на диетах, исключает из рациона питания молочные продукты, ведет малоподвижный образ жизни. На развитие остеопороза влияют и независимые от человека факторы - наследственная предрасположенность и пожилой возраст.

На сегодняшний день для обследования больных в эндокринологическом отделении уже смонтировано оборудование. С его помощью врачи смогут проводить денситометрию - определять плотность костной ткани, выявлять маркеры остеопороза. Затем, на основании полученных данных, врачи будут назначать лечение и наблюдать динамику. А попасть на консультацию и обследование можно будет по направлению участкового врача или эндокринолога из поликлиники.

**Более подробную информацию можно получить в регистратуре эндокринологического отделения по телефону 513 - 574.**  
**Dispanser@yandex.ru**

## ОБСЛЕДОВАНИЕ ДОЛЖНО СТАТЬ НОРМОЙ

**В НИИ онкологии ТНЦ СО РАМН**

**В России только в 35% случаев онкологические заболевания выявляются на ранних стадиях. Врачи-онкологи не устают повторять своим пациентам - позаботьтесь о своем здоровье самостоятельно, не пренебрегайте профилактическими осмотрами.**

в одном месте - в Лечебно-диагностическом центре НИИ онкологии ТНЦ СО РАМН.

Центр был открыт в 1995 году на базе амбулаторно-поликлинического отделения института. На основе накопленного опыта за несколько десятков лет учеными НИИ онкологии была разработана программа выявления онкозаболеваний даже на самых ранних стадиях. Эта программа успешно применяется специалистами центра.

Здесь проводят первичную диагностику пациентов с предопухолевыми и опухолевыми патологиями по основным нозологическим формам (кроме гематологии и детской онкологии). Прием ведут кандидаты, доктора меднаук, врачи первой и высшей категории: **маммолог, хирург-эндокринолог, ЛОР-онколог, гинеколог, уролог, дермато-онколог, специалист по опухолям желудочно-кишечного тракта**.

Пациент проходит здесь полный цикл обследования от консультации врача до необходимых высокоточных диагностических исследований:

- \* эндоскопия (фибробронхоскопия, фиброгастроэзоскопия, фиброколоноскопия);
- \* морфологическая диагностика (цитологическое исследование пунктатов из узловых и опухолевых образований различных локализаций).

\* УЗИ-диагностика.

В лаборатории центра делают анализы крови на определение опухолевых маркеров, гормонов и др.

«Наш центр оснащен самой современной аппаратурой, которую вы не найдете ни в каком другом ЛПУ или НИИ г. Томска, - рассказывает **руководитель лечебно-диагностического центра, завотделением лучевой диагностики, доктор меднаук Светлана Величко**. - Например, спиральный компьютерный томограф, который способен выявить любые патологические изменения в теле человека, исследуя ткани органов послойно (слой толщиной 1-2 мм.). Или маммограф с возможностью выполнения стереотаксической биопсии непальпируемых образований в молочной железе диаметром до 2 мм. Он позволяет получать высоконформативный материал для цитологического и гистологического исследований».

Пройти платное диагностическое обследование просто, достаточно записаться на прием к врачу через регистратуру. За 1-2 дня диагноз, отрицательный или положительный, уже будет установлен. Если вы оказались абсолютно здоровы, не считайте, что деньги были потрачены впустую. Это ваш вклад в собственное здоровье. Кроме того, часто во время обследования обнаруживаются и другие заболевания.



Обследование на спиральном компьютерном томографе.

### Если диагноз положительный

По словам **заместителя руководителя центра, доктора меднаук, ведущего научного сотрудника отделения опухоли головы и шеи Марата Мухамедова**, уникальность центра в том, что здесь пациенту предоставляют весь спектр услуг - от выявления заболевания до его лечения. В случае выявления злокачественной опухоли пациент будет направлен на лечение в стационар НИИ онкологии бесплатно.

Ежегодно высококвалифицированную помощь в клиниках НИИ онкологии получают более 2,5 тысячи пациентов со всего Сибирского региона. В состав стационара входят пять клинических подразделений, четыре отделения хирургического профиля. В арсенале врачей классические и новые методы лече-

ния (эндовидеохирургия, интраоперационная лучевая терапия, нейтронная терапия и др.). Пациенты после лечения проходят реабилитацию с психологом, психотерапевтом, логопедом. Проводятся реконструктивные пластические операции.

Лечебно-диагностический центр приглашает на обследование всех желающих. Здесь проводится обследование не только отдельных пациентов, но и целых коллективов по договорам.

**Доверьте свое здоровье профессионалам.**

**Марина ГАРДИНЕР.**

**Режим работы**  
**Лечебно-диагностического центра:**  
**с понедельника по четверг с 14.00 до 16.00.**  
**Адрес центра:** ул. Савиных, 12/1.  
**Проезд транспортом до**  
**ост. "Лагерный сад".**  
**Тел. регистратуры:**  
**(3822) 41-80-72.**

## ИММУНИТЕТ – ОСНОВА ЗДОРОВЬЯ

(Окончание. Начало на 1-й стр.)  
 То есть всегда присутствует какая-то инфекция, либо та, что попадает извне (например, респираторные вирусы), либо это инфекции, которые активируются в нас самих. Большинство микробов микрофлоры человека – сапрофиты (лактобактерии, бифидобактерии) – являются дружественными при любых условиях. Вторая группа – это так называемые условно-патогенные микробы. Пока организм в норме, они ведут себя спокойно, но стоит нам чуть ослабнуть, эти микробы сразу становятся враждебными. Отсюда герпес, молочница, грибковые заболевания...

### Что может послужить причиной ослабления иммунитета?

Главная причина ослабления иммунной системы – это различные жесткие воздействия на человеческий организм: облучение, какие-то экзопатогенные факторы (вредные химические вещества в воде, пище, воздухе). В современных условиях одним из самых частых факторов ослабления иммунитета является стресс. Для иммунной системы лучше быть «толстокожим». Стресс выбивает ее из нормального режима работы. Безусловно, совсем без потрясений невозможно, наша жизнь не должна быть пресной, это просто скучно. Следует помнить, что стрессы бывают двух типов – «добрый» (эвстресс) и «злой» (дистресс). Такие воздействия, которые нас постоянно мобилизуют, стимулируют, допустим, творческое напряжение на работе, – это эвстресс. Конечно, всегда есть какое-то диалектическое единство добра и зла. Но злой стресс не должен быть постоянным. Особенно опасно, если такой стресс перерастает в депрессию. Она – серьезнейший враг для иммунитета. Поэтому иногда при лечении имму-

нодефицита необходимо рекомендовать применение и антидепрессантов. Другое дело, если психиатры иногда абсолютизируют, называя причиной всех болезней нарушение нервно-психической деятельности. Это, конечно, крайность.

### Что такое иммуномодуляторы и когда их нужно принимать?

На мой взгляд, правильнее называть эти препараты иммунокорректорами, так как слово «модулятор» предполагает, что препарат является как бы роботом (что не есть правда): когда надо стимулировать – стимулирует, когда надо подавлять – подавляет. Да, из всех классов лекарств иммунопрепараты, пожалуй, самые благоприятно действующие на организм человека, потому что зачастую состоят из натуральных компонентов. Но, несмотря на это, иммунокорректоры, как и любые другие лекарства, могут навредить. Иммунотерапия назначается при постановке диагноза «снижение иммунитета», он определяется по анализу крови на иммунный статус.

### Есть ли продукты питания, которые способны усилить иммунитет?

Это большинство продуктов, богатых витаминами, антиоксидантами и микроэлементами.

### Какие, напротив, ведут к снижению?

Избыточное употребление острой пищи и продуктов, содержащих животные жиры, легко усвояемые углеводы, алкоголь, никотин и смолы табачного дыма способны ослабить иммунитет.

### Могут ли гомеопатические препараты повысить иммунитет?

Здесь нет единой точки зрения. Гомеопатия, как и традиционная медицина (аллопатия), использует принцип доказательности, то есть

доказывает, что это эффективно. Я интересовался у западных коллег, как у них лечатся пациенты. 70% отдают предпочтение традиционной медицине, и все-таки 30% лечатся у гомеопатов. На собственном примере могу сказать, что гомеопатические препараты иногда действительно работают, но трудно сказать, является ли это эффектом плацебо (самовнушения), или это все-таки истинный эффект.

### Служит ли закаливание эффективным способом укрепления иммунитета?

Как правило, да. Но закаливание – это не универсальное средство, поэтому и оно имеет противопоказания. Скажем, если человек тяжело болеет, часто простыает, закаливание неуместно. По крайней мере, до тех пор, пока он не приведет в порядок свой иммунитет. К закаливанию нужно приходить здоровым. Представьте, что будет, если человек с врожденным пороком сердца начнет принимать серьезные физические нагрузки. Но даже если вы абсолютно здоровы, нельзя сразу в прорубь, необходимо постепенное снижение температуры. Только при таком подходе закаливание может принести пользу вашей иммунной системе.

### Когда надо прививаться от гриппа? Можно ли делать такую прививку в первые дни заболевания?

Ни в первые, ни в последующие дни заболевания прививку делать нельзя! Ее следует ставить за месяц до начала эпидемического периода. О прогнозируемом на текущий год эпидемическом периоде объявляют противоэпидемиологические службы. Иногда это январь, иногда – февраль, март.

Интервью подготовила Анастасия НИКУЛИНА.

## ВЫЗДОРАВЛИВАЙ СКОРЕЙ!

Хотя человечество было знакомо с гриппом давно, выявить причину заболевания удалось только в прошлом веке. Первый возбудитель гриппа был открыт в 1933 году и впоследствии был назван вирусом «А». Спустя еще несколько лет ученые открыли еще один вирус гриппа – «В».

В ходе исследований было установлено, что и вирусы «А», и вирусы «В» неоднородны, к тому же ежегодно по всему миру проявляются различные модификации.

Вирусы гриппа, как и многие другие, способны к мутациям, то есть к изменению в своем генетическом аппарате, поэтому они легко и быстро распространяются по свету.

Постоянные видоизменения вирусов приводят к тому, что выработанные нашим организмом антитела не в состоянии полностью защитить нас от заболевания, так что иммунитет, полученный человеком после заражения одной разновидностью вируса, может оказаться бессильным против следующей его модификации. Для маленьких детей, еще не встречавшихся с гриппом и не имеющих к нему никаких антител, любой гриппозный вирус – новый, так что они болеют особенно тяжело. Это же относится и к пожилым людям – с возрастом иммунитет к гриппу ослабевает.

Но главная опасность заключается в том, что вирус гриппа циркулирует в крови и поражает организм, нарушая ряд жизненных функций. Это проявляется высокой температурой, головными и мышечными болями, рвотой и т.п.

Кроме того, во время заболевания резко нарушаются механизмы защиты организма от микробов, постоянно находящихся в верхних дыхательных путях, что может вызвать воспаление легких, бронхит или другие заболевания.

На вирус гриппа организм реагирует выработкой интерферонов – белковых веществ, препятствующих размножению вирусов и стимулирующих выработку к ним иммунитета.

В современной медицине существуют средства, которые способны стимулировать выработку интерферонов организмом. Одним из самых известных и популярных сегодня является Анаферон – препарат, созданный отечественными учеными с применением технологии приготовления сверхмалых доз антител, используемой в гомеопатии. Именно поэтому препарат обладает особыми свойствами.

Изначально Анаферон создавался для часто болеющих детей, которым не рекомендованы синтетические средства. Анаферон помогает

быстро восстановить иммунитет, а также избавиться от кашля, насморка, лихорадки и избежать возможных осложнений.

Особенно хорошо использовать

Анаферон для профилактики и лечения гриппа и простуды.

Анаферон действует независимо от типа вируса, случаев несовместимости с другими лекарственными средствами не выявлено, отпускается в аптеках без рецепта врача.

Проконсультируйтесь со специалистом, уточните возможные противопоказания.

**АНАФЕРОН ПОМОЖЕТ ЗАБЫТЬ О БОЛЬНИЧНОМ!**



Консультации по применению препарата вы можете получить по телефону:

(495) 688-92-07

с 10.00 до 17.00 часов

по рабочим дням.

[www.anaferon.ru](http://www.anaferon.ru)

В аптеке «Воскресенская» и в других аптеках города компания «Материя-Медика» проводит акцию для покупателей: покупая 2 стандарта «Анаферона», в подарок вы получаете книжку-раскраску для детей.

Рег. № 000372/01-2001 и Р №003362/01.  
На правах рекламы.

## ЛЕЧИТЬ ИЛИ ПРЕДОТВРАТИТЬ?

В последнее время эпидемии гриппа стали явлением ежегодным. И, как правило, грипп – основная причина временной нетрудоспособности сотрудников в зимнее время. Всемирная организация здравоохранения прогнозирует возможность появления в ближайшие годы нового варианта вируса гриппа, что может привести к развитию крупной пандемии гриппа с 5-кратным ростом заболеваемости и 5-10-кратным ростом смертности. В России в этом году ожидается нашествие агрессивного возбудителя, способного вызвать очередную вспышку заболевания.

На сегодняшний день, лучшая профилактика гриппа – это вакцинация.

Ежегодно эпидемия гриппа наносит значительный экономический ущерб каждому государству, предприятию и человеку.

Фирмы и предприятия теряют деньги за счет невыхода сотрудников на работу в течение 7-10 рабочих дней, недопроизводства дневной выработки (стоимость ежедневно производимых работником товаров или услуг), излишней нагрузки на здоровых работников, оплаты труда по замещению заболевших сотрудников. У тех, кто приходит с гриппом на работу или выходит на работу до полного исчезновения симптомов, отмечается снижение производительности труда до 50%. Дальнейшее заражение штата сотрудников происходит за счет инфицированных коллег. Процесс приобретает характер цепной реакции и в течение двух-трех дней грипп поражает 10-40% сотрудников.

Эпидемия гриппа вносит хаос в отложенные схемы работы, дезорганизует производство и нормальную деловую деятельность, парализуя бизнес.

Ущерб от гриппа в России, по данным «Фармацевтического вестника», в среднем составляет более 18 млрд. рублей в год на протяжении последних 10 лет. Ежегодно в нашей стране регистрируется от 27 до 41 млн. больных этими инфекциями.

Защита путем вакцинации наиболее эффективна для трудоспособного населения с точки зрения предупреждения гриппа. Расходы по вакцинации окупаются за счет снижения издержек, возникающих в связи с эпидемией гриппа. В связи с этим можно ожидать, что вакцинация не только окупится, но и даст экономию. С помощью вакцинации можно сократить количество рабочих дней, пропущенных в связи с заболеванием гриппом, на 70%.

**ГРИППОЛ** – первая отечественная вакцина нового поколения. **ГРИППОЛ** формирует длительный иммунитет против гриппа и ОРВИ. Вакцина разрешена к применению для всех групп населения без возрастных ограничений.

Живая Гриппозная Вакцина – профилактика гриппа у всех возрастных групп. Вакцинация проводится однократно в осенний период. Вводится интраназально с помощью специального распылителя-дозатора. Рекомендована ведущей организацией ГУ НИИ гриппа РАМН. Дешевле импортных гриппозных вакцин. **При производстве используются только вакциновые штаммы, предложенные ВОЗ на текущий эпидсезон.**

По вопросам приобретения вакцины обращайтесь в компанию «КАТРЕН»:  
тел. (3822) 408-536, 408-605, 408-523.  
Отдел маркетинга - 408-548.

**Аптека «ВОСКРЕСЕНСКАЯ»**  
БОЛЬШОЙ ВЫБОР ПРЕПАРАТОВ  
для профилактики и лечения  
**простуды и гриппа.**



**КРУГЛОСУТОЧНО.**

Наш адрес: Ул. Р. Люксембург, 4-в,  
тел. торгового зала - 51-28-64,  
запасной - 51-59-89.



## ЕСЛИ МАЛЫШ ЧАСТО БОЛЕЕТ

**Ребенок, который болеет более шести раз в год, попадает в категорию ослабленных детей и требует к себе пристального внимания. Даже если в острый период борьба с недугом проходит вполне успешно, необходимо уменьшить число этих периодов. Поэтому основной задачей родителей и врачей является профилактика заболеваний.**

### Забота детских поликлиник

По словам **главного педиатра города Лобастовой Тамары Владимировны**, детские поликлиники являются проводниками всего комплекса профилактических мероприятий, направленных на правильное развитие и воспитание детей и подростков. При этом особую роль играет участковый принцип, обеспечивающий связь медработников с семьей.

Участковый педиатр заботится о здоровье будущего малыша еще до его рождения, когда беременная женщина приходит на прием в поликлинику, где будет наблюдать ее малыш. После рождения малыша разъясняющую профилактическую работу с мамами проводят патронажная сестра, которая ежедневно посещает новорожденных пациентов. Она обучает родителей правилам ухода за малышом, соблюдению режима дня и правильного питания. Регулярные профилактические осмотры осуществляют участковые врачи. Они дают комплексную оценку состояния здоровья малыша, определяют группу здоровья и назначают рекомендации.

Особое внимание уделяется часто болеющим детям. Зная условия и особенности жизни каждой семьи, участковый педиатр находит индивидуальные формы и наиболее эффективные методы оздоровления ребенка. Очень

### СОВЕТЫ

- Для ребенка до шести месяцев – полезно только грудное молоко, которое полностью соответствует его нуждам.
- Ежедневная гимнастика и массаж реализуют двигательную активность ребенка, стимулируют обмен веществ.
- Закаливающие процедуры мобилизуют все защитные силы организма. Начинать закаливание нужно с воздушных ванн уже в двухнедельном возрасте.
- Витамины необходимы для нормального обмена веществ, роста и развития организма, защиты от болезней. Несмотря на их широкий ассортимент и доступность, принимать витамины следует под контролем врача. Иначе есть риск познакомиться с таким заболеванием, как аллергия.

действенными остаются личные беседы с родителями, во время которых врач дает конкретные советы с учетом особенностей развития и состояния здоровья данного ребенка, культурного и общеобразовательного уровня родителей, психологического микроклимата в семье и других факторов. При достаточном авторитете врача эта работа дает хорошие результаты.

Во всех поликлиниках нашего города оформлены уголки здоровья, созданы комнаты здоровья ребенка (исключение - п/о №1 детской больницы №1). Основная

ребята проходят курс массажа, электрофореза, клинико-лабораторную диагностику и получают медикаментозное лечение. В выписке врачи рекомендуют маленьким пациентам продолжить профилактическое лечение в отделении восстановительного лечения.

В этом отделении есть зал лечебной физкультуры, бассейн, сауна. Возглавляет отделение врач ЛФК Н. А. Некрылова. В группе ослабленных детей занятие начинается с лечебной физкультуры. Среди средств естественной профилактики она занимает одно из ведущих мест. Дозированные

задача этих комнат – пропаганда здорового образа жизни в семье, обучение родителей правилам воспитания здорового ребенка, подготовка детей к детским дошкольным учреждениям.

В дальнейшем вопросы профилактики, формирования здорового образа жизни у детей и подростков занимаются медработники дошкольно - школьных отделений совместно с психологами учреждений системы образования.

### Особенности профилактической работы

В профилактическом оздоровлении ослабленных детей особенно преуспела МСЧ №2. Опыт ее уникален. В

месячном возрасте маму с малышом приглашают в поликлинику, где младенца осматривают узкие специалисты (невролог, офтальмолог, хирург, лор), по необходимости проводятся диагностические мероприятия. Беременных с высокой степенью риска патологии плода консультируют заведующие педиатрическим отделением, врачи высшей категории Е. Е. Масерова, Т. В. Эмбрехт. Они оставляют в амбулаторной карте ребенка подробную запись с рекомендациями по выполнению лечебно - оздоровительных мероприятий. За выполнением этих рекомендаций ведут наблюдение участковые педиатры. На первом консультативном приеме врачи набирают группу детей для прохождения лечебно - профилактического лечения на базе дневного стационара. В течение десяти дней под руководством врача - неонатолога и педиатра

закаливание - это образ жизни всей семьи, - считает Наталья Александровна. - А начинать его следует с четкого соблюдения температурного режима, т.е. регулярного проветривания помещения, в котором находится ребенок и ежедневных продолжительных прогулок в удобной одежде, соответствующей погоде. Методов закаливания множество. Самый лучший - это ходьба босиком. Также очень полезно несколько раз в день мыть ребенку прохладной водой лицо и руки до локтей, полоскать горло и нос. Родители должны знать, что слишком комфортные условия представляют опасность для жизни ребенка. Полезно искусственно создавать небольшие трудности, например, приучать малыша к сквознякам.

Самое эффективное средство профилактики всех болезней - грудное вскармливание. Для ослабленных детей оно играет решающую роль, т.к. грудное вскармливание формирует в детском организме мощные защитные барьеры".

На базе комнаты здорового ребенка в МСЧ №2 действует «Центр грудного вскармливания». Основная задача центра - пропаганда грудного вскармливания. Для этого в поликлинике оформлены специальные стенды в помощь родителям, подготовлены методические пособия, приобретен обучающий фильм.

Об особенностях воспитания здоровых малышей **Валентина Ивановна Онюшева заместитель гл. врача по детскому МСЧ №2** говорит так:

- До семимесячного возраста ребенку не нужна ни соска, ни бутылка. Ему нужна радостная, доброжелательная мама, которая может и желает всю себя посвятить заботам о малыше.

В первом отделении поликлиники №3 на Наб. Ушайки вместе с участковыми педиатрами за состоянием здоровья ослабленных детей следят лор-врач и иммунолог-аллерголог.

"Помимо общезвестных методов оздоровления, наши пациенты в случае необходимости имеют возможность пройти профилактический курс оздоровления лазеротерапией, - говорит зав. педиатрическим отделением Т. А. Сухотина. - Клинически доказано, что лазеротерапия благотворно влияет на общий и местный иммунитет, обладает противовоспалительным, антимикробным и антивирусным действием".

В поликлинике № 1 второй городской больницы на улице Пушкина ежедневно работает комната здорового ребенка, на базе которой каждая мама может пройти трехмесячный обучающий курс массажа и лечебной гимнастики. Следует отметить, что массаж особенно популярен в детской практике. Чтобы овладеть приемами профилактического массажа, не нужно иметь специального образования и особого таланта, достаточно желания и терпения мамы. И все получится. Так же в комнате здорового ребенка проводится контроль нервно-психического развития, что тоже очень важно для ослабленных детей. Часто все силы и время родителей уходят на борьбу с болезнями, и в этой ситуации легко педагогически запустить малыша. Поэтому даже в периоды недомогания нужно уделять достаточно времени и внимания общему развитию ребенка.

### Вакцинация

Во всех детских поликлиниках нашего города круглогодично проводится иммунопрофилактика путем вакцинации. Напомним, что вакцинация - самое эффективное и экономически выгодное средство защиты против инфекционных болезней, известное современной медицине.

В России существует национальный календарь прививок, в соответствии с которым прививаются все дети. Родители ослабленных детей, по понятным причинам с опаской относятся к этому методу профилактики. Т. А. Соловьева, зав. педиатрическим отделением первой поликлиники, считает, что «вакцинация необходима всем детям, но прививаться должен только соматически здоровый ребенок».

Нужно помнить, что дети находятся здоровые родители. Если родители хотят вырастить здорового ребенка, нужно вести здоровый образ жизни еще до его рождения. Сегодня у нас принято перекладывать всю ответственность на медицинских работников. В процессе оздоровления врачи оказывают действенную помощь, но без родительской заботы она может быть недостаточна.

**Диана СЕНЧЕНКО.**

\* Главный педиатр города Тамара Владимировна Лобастова - тел. 53-14-67.

\* Центр медицинской профилактики - 28-11-23, 28-11-26.

\* МСЧ №2, регистратура - 64-40-40.

## Центр женского здоровья

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



ЦЕНТР ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ

### ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ УЗИ-ДИАГНОСТИКА:

- гинекология,
- урология,
- молочная железа,
- щитовидная железа,
- брюшная полость,
- суставы,
- сосуды,
- УЗИ сердца,

- УЗИ плода (беременные),
- УЗИ головного мозга детей в возрасте до 1 года.

ДОППЛЕРОМЕТРИЯ - запись на DVD.



### ГИНЕКОЛОГИЯ:

### диагностика и лечение

### БЕСПЛОДИЯ

(современные методики, врачи высокой квалификации).

### ПЛАСТИЧЕСКАЯ ХИРУРГИЯ:

- ОТОПЛАСТИКА (пластика ушных раковин). Коррекция лопоухости, без наружного разреза.
- БЛЕФАРОПЛАСТИКА (пластика век). Устранение наивисания верхних век, «мешков» под глазами без наружных швов и пр.
- ЛИФТИНГ (подтяжка). Устранение возрастных изменений лица.
- МАММОПЛАСТИКА. Увеличение, уменьшение, подтяжка молочных желез.
- АБДОМИНОПЛАСТИКА (пластика живота). Устранение послеродовых изменений брюшной стенки без видимых рубцов (жировой фартук, дряблость кожи и др.).
- ЛИПОСАКЦИЯ (коррекция фигуры).

### КОСМЕТИЧЕСКАЯ ХИРУРГИЯ:

- Удаление доброкачественных новообразований с гистологическим исследованием.
- Удаление старых рубцов.
- Косметическое устранение последствий травм лица.

Медицинские услуги оказываются только после консультации с врачом.



## «МЕДЛАБТЕХ»: ПЕРЕМЕНЫ К ЛУЧШЕМУ

Центр медицинской и лабораторной техники, отлично за- рекомендовавший себя на томском рынке с 1994 г., изменил название и переехал. Теперь это магазин медицинской и лабораторной техники «Медлабтех». Стремление к максимальной доступности для покупателя директор «Медлабтех» Николай Юрьевич Мужецкий назвал одной из основных причин переезда. Другая - увеличение торговой площади (150 кв. метров только под выставочные залы и столько же для офисных и складских помещений). Это позволило расширить ассортимент и разместить продажу ориентированно - зал лабораторной и медицинской техники, зал медицинской мебели и оборудования и зал розничной торговли.

### Здоровье можно купить

Абсолютная уверенность в этом возникает, как только вы попадаете в «Медлабтех». Магазин предлагает большой арсенал приборов, который должен быть в вашей домашней аптечке.

Например, **ингаляторы** - ультразвуковые и компрессорные - для профилактики и терапии при заболеваниях дыхательных путей и легких.

**Весы** - от простых механических до «умных» электронных с анализаторами жира. Если вы боитесь узнать свой вес, не спешите отказываться от покупки, просто дополните ее приобретением **шагомера** - прибора для подсчета пройденных шагов. Исследования показывают, что 10 тысяч шагов в день вполне достаточно, чтобы за- быть о полноте.

Людям, страдающим диабетом, для постоянного и доступного измерения глюкозы в крови предлагаются не менее пяти моделей **глюкометров** и расходные материалы к ним.

И, пожалуй, самым актуальным медицинским прибором, который обязан быть в каждом доме, является тонометр.

### Давление под контролем

«Медлабтех» предлагает бо-

лее двадцати моделей тонометров. Широкий ассортимент не влияет на уровень цен. Так, механический тонометр обойдется вам от 200, полуавтоматический - от 600, автоматический и на запястье - от 1000 рублей. Во всем разнообразии моделей поможет разобраться опытный консультант. Любой тонометр можно примерить и проверить его работу прямо в стенах магазина. Консультант магазина подробно и обстоятельно объясняет правила пользования и предоставляет дополнительные рекомендации.

Недавно в продаже появился цифровой механический тонометр нового поколения. Этот прибор оценят приверженцы традиционного метода измерения артериального давления и классического дизайна приборов.

Для тех, кому необходима постоянная лекарственная терапия, «Медлабтех» предлагает классический механический тонометр в удобном пластиковом кейсе со специальным блоком для дозировки лекарств: четыре отсека (утро, день, вечер, ночь) для каждого дня недели позволяют не задумываться ежедневно о своеобразном приеме лекарств. Отличный подарок для ваших пожилых родственников.

Обратите внимание на про-

ходящую в «Медлабтехе» акцию - покупая полуавтоматический тонометр с аптечкой (пластиковый кейс, который плотно закрывается, что абсолютно исключает доступ детей к лекарственным средствам) всего за 750 рублей, вы получаете в подарок электронный термометр.

Впрочем, следует иметь в виду, что в «Медлабтехе» продаются также и отдельные детали для тонометров. Если у вашего тонометра стала пропускать груша - это еще не повод его выбрасывать. В магазине вы наверняка найдете нужную деталь. Здесь же вам смогут отремонтировать старые приборы.

### «Халатное» отношение

Времена безликой врачебной одежды давно канули в Лету, но можно ли быть стильной в медицинском халате? В «Медлабтехе» отвечают: «Вне всякого сомнения!» Такого выбора медицинской одежды вы не найдете больше нигде в Томске. Судите сами, более 50 (!) фасонов халатов, такое же разнообразие наблюдается и среди костюмов (халат + брюки). На любую фигуру, размер и рост. Классические белые, а также зеленые, синие, голубые, оранжевые... Вся представленная одежда изготовлена из качественных импортных

материалов, имеющих специальную пропитку, чтобы вешь могла выдерживать многочисленные стирки. На покупку халата вы потратите от 400, на костюм - от 700 рублей.

В «Медлабтехе» также можно подобрать и специальные медицинские сабо, в которых легко и удобно весь день быть на ногах. Такая обувь особенно актуальна для персонала лабораторий, реанимационных отделений и других подразделений, где требуется особая стерильность, данная обувь предусмотрена для обработки различными дезинфицирующими средствами.

### Найдется все!

На мой вопрос: «Какой выбор медицинской техники, оборудования и мебели «Медлабтех» может предложить лечебным учреждениям?» директор магазина Николай Мужецкий ответил емко и лаконично: «Найдется все!» Комплексный ассортимент магазина позволяет любую лабораторию (в том числе и производственную), больницу, поликлинику укомплектовать всем необходимым, даже если изначально там будут лишь голые стены.

Безусловно, расположить в магазине «все» невозможно (напри-

мер, кардиографов представлено порядка 50 различных моделей). В выставочных залах только то, что пользуется постоянным спросом: оборудование для стерилизации, сушильные шкафы, бактерицидные облучатели, лабораторные весы, ростомеры, кушетки, расходные материалы, реактивы, инструментарий и другие товары, необходимые любой лаборатории и больнице. Остальное можно заказать по каталогам. Для лечебных учреждений действует гибкая система скидок, а постоянным клиентам предоставляется рассрочка. Заказ можно оформить и на сайте магазина.

**«Медлабтех»:**  
пр.Ленина, 104, 2-й этаж  
(вход со двора),  
тел.: (3822) 51-74-37,  
51-74-38, 51-74-40.

С 9.00 до 18.00, сбт., вскр. - вых.

E-mail:  
[labteh@mail.tomsknet.ru](mailto:labteh@mail.tomsknet.ru)  
Сайт:  
<http://labteh.tomsk.ru>.

Анастасия НИКУЛИНА.

На правах рекламы.

## БОЛЬ В СПИНЕ ОБЪЕДИНЯЕТ МИЛЛИОНЫ

«Боль в спине - одна из самых острых для трудоспособного населения проблем, - говорит доктор медицинских наук, профессор кафедры нервных болезней ММА Владимир Парфенов. - К 30 годам 90 % россиян испытывают проблемы со спиной, и данная патология является причиной инвалидизации в 40 % случаев. Каждый, кто по роду деятельности вынужден длительно переносить однообразное положение (сидение за компьютером, за рулем) или мышечные перегрузки (работа на даче, подъем тяжестей), начинает ощущать боль в спине.

Конечно, оптимальный вариант во избежание рецидивов и развития патологии - это профилактика. Однако невозможно радикально изменить свою жизнь, чтобы полностью устраниться от подобных нагрузок. Поэтому именно правильный выбор терапии позволяет вернуть хорошее самочувствие, работоспособность и избавиться от угрозы прогрессирования болезненного процесса.

Различные обезболивающие средства, которые у нас зачастую назначают при болях в спине, действуют чисто симптоматически. Они на время устраняют боль, но никак не ее причину - напряжение мышц спины. К тому же эти препараты оказывают различные побочные эффекты. Самый серьезный - язвенное поражение желудочно-кишечного тракта, что может вызывать угрожающее жизни кровотечение».

Препаратами первого ряда для лечения болевых синдромов позвоночника являются нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП).

Научные исследования в области со- здания новых нестероидных противо- воспалительных препаратов связаны с

неудовлетворенностью критерием отношения «риск/польза» при их использовании.

В целом количество пациентов, у которых отмечаются побочные эффекты, достигает 25%, в то время как у 5% пациентов могут развиться опасные для жизни осложнения.

Факторами риска развития побочных эффектов на фоне приема НПВП являются: возраст старше 65 лет; имеющиеся на момент приема заболевания желудка и кишечника; сопутствующие заболевания в виде застойной сердечной недостаточности, гипертонической болезни, почечной и печеночной недостаточности; комплексное лечение с применением нескольких препаратов, назначение высоких доз НПВП или прием нескольких НПВП одновременно.

Одним из безопасных и изученных на настоящий момент препаратов из группы НПВП является Мелоксикам (препарат «МИРЛОКС» компании «Гедеон Рихтер»), эффективность которого доказана. Применение МИРЛОКСА позволяет избежать большинства побочных действий противовоспалительной терапии. Кроме того, он безопасен при длительном применении. МИРЛОКС признан ведущими специалистами, входит в стандарты лечения и в программу дополнительного лекарственного обеспечения льготных категорий пациентов.

МИРЛОКС следует принимать только по назначению вашего лечащего врача.

Этот препарат имеет ряд преимуществ по сравнению с другими.

\* Он минимально воздействует на ЖКТ.

\* Не увеличивает секрецию соляной кислоты, не повышает вероятности язвообразования, перфорации и кровотечения, не гепатотоксичен.

\* Не наносит ущерба выделительной системе: не вызывает отеков, не уменьшает почечный кровоток.

\* Обладает минимальным кардиоваскулярным риском даже при дли-

- **ВЫСОКАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ**
- **ХОРОШАЯ ПЕРЕНОСИМОСТЬ**
- **БЫСТРОЕ НАЧАЛО ДЕЙСТВИЯ**
- **ВОЗМОЖНОСТЬ ДЛЯ ДЛИТЕЛЬНОГО ПРИМЕНЕНИЯ**
- **ПРИНИМАЕТСЯ 1 РАЗ В СУТКИ**

**УСМИРИ СВОЮ БОЛЬ С МИРЛОКСОМ**

тельном приеме (не угнетает синтез тромбоксана и простациклина и не изменяет реакцию интимы сосудов).

\* Не снижает клиренс креатинина.

\* Не вызывает развития острой бронхобструкции.

\* Не разрушает суставные хрящи.

\* Является эффективным анальгетиком.

МИРЛОКС может применяться при плохой переносимости и аллергии на любые другие НПВП!

Достаточно одного приема в сутки.

Несомненно, эффективность терапии повышается при сочетанном применении

МИРЛОКСА со средствами, уменьшающими спазм мышц (например, МИДОКАЛМ -150 мг), массажем, блокадами болевых зон с местными анестетиками (новокаином).

В период улучшения, для профилактики обострений, пациенты могут применять фитотерапевтические сборы, обладающие противовоспалительным, обезболивающим, седативным действием, регулирующие минеральный обмен и поддерживающие функцию внутренних органов.

**Спрашивайте препарат в аптеках города.**



На правах рекламы.

Ноябрь, 2007 г.

**ОТДЕЛ ПРОФИЛАКТИКИ ОГУЗ «БЮРО МЕДСТАТИСТИКИ»****ЕСЛИ МУЧАЕТ  
ЗАТЯЖНОЙ КАШЕЛЬ****По данным ОГУЗ «Бюро медицинской статистики» в 2006 г.**

- общая заболеваемость ХОБЛ в Томской области составила 7,0 на 1000 населения;
- смертность - 1,45 на 10000 населения
- госпитализированная заболеваемость - 1,9 на 1000 населения.

Как часто, просыпаясь по утрам, вас омрачает надоедливый, затяжной кашель? Казалось бы, давно прошла очередная простуда, а кашель сохранился. Что это? Возможно, это хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ).

**Каковы причины хронической обструктивной болезни легких?**

Заболеваемость людей ХОБЛ

**ТЕСТ**

ОТВЕТЬТЕ НА ВОПРОСЫ:

1. Вы кашляете несколько раз в сутки большинство дней?
2. Вы откашливаете мокроту большинство дней?
3. У Вас одышка появляется быстрее по сравнению с людьми Вашего возраста?
4. Вы старше 40 лет?
5. Вы курите в настоящее время или курили раньше?

Если Вы ответили «да» 3 и более раз - диагноз ХОБЛ требует подтверждения, т.е. необходимо обратиться к врачу.

продолжает расти во всем мире, среди мужчин и женщин во всех возрастных группах составляет соответственно 9,3 и 7,3 на 1000 населения. Это в первую очередь обусловлено широкой распространенностью курения (как активного, так и пассивного). И лишь 10 % случаев ХОБЛ связана с другими факторами риска: профессиональные вредности, загрязнение воздуха в атмосфере и внутри помещений, генетические факторы.

**Как все проявляется?**

Первыми проявлениями болезни, которая долго протекает скрытно, служат хронический кашель (который еще называют кашлем ку-

рильщика) и мокрота, которая выделяется преимущественно в небольшом количестве в утренние часы. Постепенно нарастает одышка, любое усилие - подъем по лестнице, легкая пробежка - вызывает затруднение дыхания. Еще позже человек начинает задыхаться при одевании, мытье и даже в покое.

**Что же происходит в бронхах и легких при ХОБЛ?**

В легкие и бронхи вместе с табачным дымом поступают сотни как твердых, так и газообразных химических соединений, которые вызывают во всех отделах дыхательной системы - бронхах, легочной ткани, сосудах - воспаление. Если воспаление бронхов длится долго, их стенки начинают видоизменяться. Они отекают, уплотняются, развивается небольшой

бронхоспазм (сокращение бронхов), а постоянно образующаяся вязкая, липкая мокрота сильно уменьшает просвет бронхов. Все эти нарушения и называются обструкцией. Происходит изменения в легочной ткани, развивается эмфизема легких. Поэтому, кроме кашля с плохо отходящей мокротой, начинается одышка. Поначалу она не мешает жить, но с годами усиливается и приводит к более грустным последствиям - у пациентов с ХОБЛ возникает не только дыхательная, но и сердечная недостаточность.

**Как уменьшить прогрессирование заболевания?**

Хроническая обструктивная болезнь легких страшна тем, что прогрессирует достаточно медленно (до 15-20 лет) и больной долго не замечает ее.

Научные исследования позволили доказать - это заболе-

вание с большей вероятностью рискуют получить те, кто курят (или курил) 20 лет по пачке сигарет в день. Долгое время считалось, что эта болезнь плохо поддается лечению (в том числе из-за позднего обращения к врачу!). Медицинские разработки последних лет позволили создать лекарства, улучшающие функцию легких и уменьшающие тяжесть ХОБЛ. Успешность лечения зависит от поведения человека и единственное, что он должен сделать, - отказаться от курения и обратиться к врачу.

Помните: отказ от курения - самый эффективный способ торможения прогрессирования болезни.

**Всемирный день борьбы с ХОБЛ проводится каждую третью среду ноября.**

**Светлана ТРОФИМОВА,**  
**зав. отделом медицинской профилактики.**



ская компания «Пауль Хартманн».

Подгузники МОЛИКАР имеют анатомическую форму, содержат гелеобразующее вещество и нейтрализатор запаха. Запатентованная технология впитывающей подушки и уникальная молекула суперабсорбента (гелеобразующего вещества) гарантируют, что кожа больного не будет соприкасаться с мочой, следовательно будет оставаться здоровой.

Подгузники МОЛИКАР обеспечивают не только комфорт больным за счет максимальной сухости кожи при минимальной толщине впитывающей подушки, но



**ВРЕМЯ РАБОТЫ:**  
пн.-пт. - с 10.00 до 19.00,  
сб.,вск. - с 10.00 до 18.00

**ИЗГОТОВЛЕНИЕ  
ОЧКОВ  
В САМЫЙ  
КОРОТКИЙ СРОК!**ВРЕМЯ ИЗГОТОВЛЕНИЯ  
от 1 часа.Телефон для справок -  
**408-119.**пр. Ленина, 173, ТЦ "Караван",  
(ост. "Центральный рынок").**Сервисный центр "МЕЛФОН"****ИМПОРТНЫЕ  
СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ**

Продажа. Ремонт. Настройка.

Тел.: **76-19-86, 8-903-915-69-76.**

e-mail: office@melfon-70.ru, http://melfon-70.ru, wap.melfon-70.ru.



- ШИРОКИЙ ВЫБОР медицинских препаратов.
- ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ со всего мира: сборы, чаи, биологически активные добавки к пище.
- ПРЕДМЕТЫ ГИГИЕНЫ.
- НЕ ВСЕ, НО МНОГОЕ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ И МАМ!

\* Доступные цены.

\* Прием предварительных заказов.

\* Постоянная система скидок от 3 до 5 %.

Томск, ул. Савиных, 15, тел. **42-03-03, 42-06-66.****санаторий "Источник"****ЧАЖЕМТО**

**ПОКАЗАНИЯ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ:**  
болезни опорно-двигательного аппарата;  
заболевания мочеполовой системы;  
заболевания центральной и периферической нервной системы;  
кожные заболевания

**(3822) 23-00-40, 23-00-50**

адрес: пер. Базарный, 12, т./факс 51-76-64

На правах рекламы.

Лицензия №083394 от 23.03.01 г.

На правах рекламы.

**HARTMANN**

На правах рекламы.

Лиц. №70-01-000443  
от 01.10.07 г.

Лечение+проживание+питание+развлечения входят в стоимость путевки - от 950 руб. за сутки



**Если вам не удалось отдохнуть летом; вы решаете, где провести выходные с семьей или друзьями, а может, ваши родственники давно мечтали поправить свое здоровье за чертой города? Тогда смело отправляйтесь в санаторий-профилакторий «Энергетик». Он расположен на берегу Томи в живописном сосновом бору, в котором так приятно прогуляться и подышать бодрящим, свежим воздухом.**

Сотрудники санатория рады принять вас на 2, 3 недели, а также по путевке выходного дня. Индивидуальный подбор процедур и лечение осуществляют штат квалифицированных специалистов: терапевт, физиотерапевт, стоматолог, невролог, дерматолог, эндокринолог, травматолог-ортопед, кардиолог, педиатр и врач ЛФК. Они помогут решить проблемы с заболеваниями опорно-двигательной, сердечно-сосудистой систем, органов дыхания, желудочно-кишечного тракта. Для этого в «Энергетике» создана отличная физиотерапевтическая база. В лечебных кабинетах можно прой-

ти ультразвуковую терапию, магнито-лазеротерапию, и электролечение. На первом этаже санатория можно принять процедуры торфорелечения, лечения глиной, лечебной грязью и озокеритом.

Одна из базовых реабилитационных процедур - массаж. В санатории «Энергетик» вы сможете попробовать различные его виды: ручной, баночный, подводный, антицеллюлитный и косметический. В водолечебнице - души циркулярный, восходящий и душ Шарко. Там же у вас будет возможность понежиться в травяной, морской, «жем-

чужной» и других ваннах.

Особо хочется подчеркнуть, что в санатории работает кабинет стоматологии, в котором выполняются все виды лечебных процедур, полная и частичная реставрация зубов, косметическая стоматология.

В оснащенных лечебных кабинетах пройдет лишь часть вашего отдыха. Специально разработанное диетическое трехразовое питание сотрудники предложат вам в светлом и просторном обеденном зале. Также практикуется дозированный прием минеральной воды «Омега». Те, кто любит активный отдых, смогут посетить тренажерный зал и 12-метровый бассейн. Для лю-

бителей жаркого лета и бронзового загара есть просторная сауна и солярий. В холле можно не только отдохнуть с друзьями перед телевизором, но и сыграть партию в бильярд. В актовом зале санатория для отдохвающих проходят культурные мероприятия. Здесь вы можете отпраздновать свадьбу или юбилей. К услугам гостей - конференц-зал, рассчитанный на 130 посадочных мест. Он отлично подходит для проведения корпоративных встреч и семинаров. Санаторий «Энергетик» способен одновременно разместить до 100 человек.

Не откажите себе в удовольствии отдохнуть этой осенью или зимой.

Санаторий-профилакторий «Энергетик» - структурное подразделение ОАО «Соцсфера». В планах руководства - расширение спектра оздоровительных услуг, оздоровление детей и развитие досугового направления. Планируется продолжить взаимодействие с фондом социального страхования. Все это направлено на обеспечение максимально комфортных условий для отдохвающих.

**Екатерина НУЖНАЯ.**

Адрес санатория-профилактория «Энергетик» :  
г.Томск, пос. Аникино,  
ул. Басандайская, 63. Тел. 42-79-32.



**Сборная работников здравоохранения Томской области вновь привезла из Анапы целую коллекцию наград - 7 кубков, 26 медалей различных достоинств, 26 дипломов. А все вместе - весомый, в буквальном и переносном смысле, результат успешного выступления 8 томских спортсменов-медиков на очередном всероссийском турнире «Кубок Черного моря».**



## СПОРТИВНЫЕ ПОБЕДЫ МЕДИКОВ

не занимать. В командном первенстве мужская часть нашей сборной заняла 1-е место по волейболу, 2-е место по стритболу, 2-е место по бадминтону и 3-е место по дартсу. Женская команда заняла 2-е место по настольному теннису, 2-е место по бадминтону, 3-е место по дартсу.

Отличились наши медики и в личном зачете. Наиболее успешно выступили:

**Елена Орлова**, врач-кардиолог отделения неотложной кардиологии НИИ кардиологии ТНЦ СО РАМН, спортивные соревнования проходили по волейболу, бадминтону, настольному теннису, стритболу, дартсу, мини-футболу. В таких видах спорта, как водится, не обойтись без нужного психологического настроя, хорошей спортивной подготовки. Но ни того, ни другого томским спортсменам

реждения, занявший 2-е место в мужском личном первенстве по бадминтону;

**Анатолий Музеник**, врач-рентгенолог поликлиники №1, которому досталось 3-е место в этом же виде соревнований.

Участники турнира - люди, увлекающиеся спортом и подающие положительный пример окружающим. Троє из них - кардиологи. А поездка томских медиков в Анапу стала возможна благодаря поддержке общекома профсоюза работников здравоохранения.

Работа по развитию массовой физкультуры и спорта проводится общекомом целенаправленно. И встречает понимание в НИИ кардиологии ТНЦ СО РАМН и других медицинских учреждениях, а также в департаменте здравоохранения Томской области.

## «ВРЕМЯ МАТЕРИНСТВА И ДЕТСТВА»

**В Томской области создан Томский областной общественный фонд «Время материнства и детства». Вот что рассказал нам исполнительный директор фонда Людмила Людвиговна Ганькина:**

- Фонд не случайно имеет такое название. Высокая миссия и роль материнства и детства для любого общества была и будет актуальна всегда. Но именно в современной России настало время действовать без промедления по исправлению сложившейся семейно-демографической ситуации. Именно этот смысл слова "Время" заложен в названии нашего фонда.

Очень важным является то обстоятельство, что фонд имеет статус общественно-го, что, согласно законодательству РФ и Уставу фонда, означает, что все доходы и имущество фонда могут использоваться только для достижения уставных целей фонда, то есть в общественных интересах.

В Учредительный и Попечительский совет фонда вошли многие известные и уважаемые в области люди - предприниматели, ученые, депутаты, представители СМИ, ведущие специалисты, которые ежедневно сталкиваются с проблемами, стоящими перед нашим здравоохранением в области материнства и детства.

По замыслу учредителей, фонд будет формировать свое имущество на основе добровольных спонсорских взносов, пожертвований от юридических и физических лиц и иных не запрещенных законом поступлений, и использовать его

на поддержку и реализацию социальных программ и мероприятий, направленных на оказание материальной помощи семье, материнству и детству.

Основная аудитория работы фонда - это беременные женщины и женщины-матери. Фонд будет оказывать реальную адресную социальную поддержку и квалифицированную помощь (материальную, психологическую, юридическую):

\* женщинам в период беременности на амбулаторно-поликлиническом этапе и в период родов в родильных домах, перинатальных центрах;

\* одиноким и многодетным матерям.

Фонд планирует оказывать практическую помощь учреждениям здравоохранения и другим организациям, которые занимаются проблемами материнства и детства.

Еще одно очень важное направление работы фонда - оказание поддержки и финансовой помощи детям с ограниченными возможностями в детских дошкольных учреждениях и на дому. Разрабатывается программа "Уникальный ребенок".

Уважаемые читатели, фонд создан совсем недавно и в настоящее время его деятельность находится на этапе становления. Выявляются наиболее важные проблемы в нашем регионе, разрабатываются программы помощи. Наш фонд открыт для любых предложений, идей, начинаний и будет благодарен за любую помощь и поддержку в его деятельности.

Обращайтесь по телефону -

**53-04-23.**

**Предъявителю купона скидка 5 и более %.**

Магазин предлагает **МЕДСТАР+**  
• одноразовые изделия (бахилы, перчатки, маски, простыни и др.),  
• медицинскую одежду (халаты, костюмы и др.),  
• дезинфицирующие средства для медицинских учреждений,  
• средства гигиены и профилактики (зубные пасты, щетки и др.) в ассортименте.

г. Томск, ул. Беленца, 14, т./ф.: 51-51-56, 51-51-16,  
e-mail: medstarplus@mail.tomsknet.ru.

Имеется система скидок.  
Доставка по городу.

