Ежемесячная медицинская газета

12+

Издается с января 1998 г. Выходит в первую неделю месяца. №11 (273) НОЯБРЬ, 2022 г.





Дорогие мамы, поздравляем!

Здравствуй, мама!
Опять мне снится песня твоя.
Здравствуй, мама!
Светла, как память, нежность твоя.
Этот мир не от солнца такой золотой —
Он наполнен до края твоей добротой.
На земле хороших людей немало,
Сердечных людей немало.
И все-таки лучше всех на земле —
Мама. Моя мама. Здравствуй, мама!

Р. РОЖДЕСТВЕНСКИЙ

ОГАУЗ «Колпашевская РБ» требуются:

ВРАЧ УЗ-ДИАГНОСТИКИ

+ ВРАЧ-НЕВРОЛОГ

- Участие в программе «Земский доктор» (программа без ограничения по возрасту для граждан Российской Федерации, выплата составляет 2 млн руб.), возможно трудоустройство вне программы.
- Компенсация стоимости найма жилого помещения (от 6000 до 9000 рублей).

ВРАЧ- ОФТАЛЬМОЛОГ

+ ВРАЧ-ХИРУРГ

• Участие в программе

- «Земский доктор» (программа без ограничения по возрасту для граждан Российской Федерации, выплата составляет **1 млн руб.**), возможно трудоустройство вне программы.
- Компенсация стоимости найма жилого помещения (от 6000 до 9000 рублей).

Отдел кадров: 8-952-801-54-23, приемная: 8-38254-5-21-21, сайт kolpcrb.tom.ru





ЗА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ во всем мире

Тема Всемирнопсихического здоровья в этом году «Вместе за психическое здоровье во всем мире». Выбор тематики неслучаен, так как на сегодняшний день психические расстройства широко распространены во всех странах.

Глобальная проблема

римерно каждый вось-мой человек в мире страдает психическими расстройствами. Психические расстройства являются главным фактором, от которого зависит качество лет, прожитых с инвалидностью. Люди, страдающие тяжелыми психическими расстройствами, умирают в среднем на 10-20 лет раньше, чем население в целом от соматических заболеваний.

Психические расстройства тормозят развитие общества, снижают уровень производительности, обостряют социальные отношения, негативно влияют на уровень бедности, безработицы, инвалидизации, являются причиной деструктивных семейных отношений, нарушенных родственных связей.

В экономическом отношении из всех психических расстройств дороже всего обществу обходится шизофрения. Депрессивные и тревожные состояния обходятся дешевле, но они распространены гораздо шире и поэтому составляют значительную долю в экономических издержках. Несмотря



на высокую распространенность психических расстройств, лечение других заболеваний часто считается более приоритетным, чем охрана психического расстройства.

Повлияла пандемия COVID-19

В последние два года главной причиной роста психических расстройств стала пандемия COVID-19. Согласно исследованиям, проводимым в том числе и в нашем институте, число случаев тревожных расстройств возросло на 50 процентов, когнитивных на 15, депрессивных - на 11 процентов, - отметил директор НИИ психического здоровья ТНИМЦ РАН, академик РАН, профессор Николай БОХАН. -Особенности функционирования медицинских учреждений в этот период стали причиной глобальной кризисной ситуации в области психического здоровья, сбоев в работе служб охраны психического здоровья, особенно амбулаторного звена, привели к обострению хронических психических расстройств из-за вынужденных перерывов в лечении и нарушений стандартов организации психиатрической помощи.

открытых дверей

– В октябре по многолетней традиции в честь Всемирного дня психического здоровья в клинике НИИ психического здоровья проводится день открытых дверей, в этом году он проходил 15 октября.

В этот день все желающие смогли получить консультации психиатра, психолога, нарколога,

психотерапевта, пройти функциональные исследования (электроэнцефалографию, электрокардиографию, реоэнцефалографию, ультразвуковые обследования).

Прием вели профессора, врачи высшей квалификационной категории, функционировал весь лабораторно-диагностический комплекс, при необходимости осуществлялись консультации неврологом, терапевтом, офтальмологом.

– За помощью обратились 142 человека, проживающие в Томске и Томской области, - рассказывает главный врач клиники НИИ психического здоровья ТНИМЦ РАН, доктор медицинских наук, заслуженный врач **РФ Валентина ЛЕБЕДЕВА.** – По результатам консультативного приема и анкетного скрининга впервые обратились за консультацией 60% пациентов, повторно – 40%. Большинство пациентов - люди солидного возраста 50-70 лет (43%).

С учетом особенностей психического состояния 42% из обратившихся направлены на стационарное лечение. Наиболее частой причиной ухудшения психического здоровья были нарушения межличностных отношений, конфликтные ситуации в семье, на работе, разводы, утрата близкого человека, ятрогении, обусловленные заболеванием.

В старших возрастных группах (после 65-70 лет) обращения за помощью вызваны преимущественно хронической церебральной сосудистой патологией и постковидными (тревожными, когнитивными) расстройствами.

В течение последних двух лет отмечается тенденция роста количества пациентов с постковидным синдромом. В день открытых дверей их количество составило 34,8%, что указывает на актуальность продолжения изучения данной проблемы и создания комплексных и более эффективных реабилитационных программ для лиц, перенесших COVID-19.

Привлечь внимание

Проведение Дня психического здоровья дает всем желающим возможность получить бесплатную психиатрическую помощь, позволяет привлечь внимание общественности к обсуждаемой проблеме, повысить информированность населения о существующих формах психиатрической помощи, в том числе о возможности получения анонимного лечения.

Анализ причинной обусловленности и нозологической психических расструктуры стройств помогает разрабатывать превентивные, общемедицинские интегрированные программы охраны психического и физического здоровья, использовать инновационные методы психиатрической помощи.

поздравляем!



ЗА ВКЛАД В РАЗВИТИЕ НАУКИ

Указом Президента РФ Владимира Путина академик РАН, доктор медицинских наук, директор НИИ психического здоровья ого НИМЦ Николай Бохан нагр орденом Почета за вклад в развитие науки и многолетнюю добросовестную работу.

Академик Николай Бохан является известным российским ученым в области клинической наркологии. Заслуженный деятель науки РФ внес вклад в формирование Сибирской наркологической школы, для которой подготовил 12 докторов и 50 кандидатов наук. В 2021 году Николай Бохан стал лауреатом премии Правительства РФ в области науки и техники в составе коллектива ученых.

Орден Почета – государственная награда Российской Федерации. Учрежден Указом Президента РФ в 1994 году. Орден вручается гражданам Российской Федерации за высокие достижения в профессиональной деятельности, в том числе за достижения в научно-исследовательской деятельности, позволившие обеспечить России значительное научное и технологическое преимущество в различных отраслях науки.

От редакции. Поздравляем Николая Александровича и желаем новых достижений, творческой энергии, успешного внедрения научных идей в практику!

новости

ЛАБОРАТОРИИ В РАМКАХ «НОВОЙ МЕДИЦИНЫ»

В рамках нацпроекта «Наука университеты» при поддержке Минобрнауки РФ в НИИ онкологии, НИИ кардиологии и НИИ медицинской генетики Томского НИМЦ созданы новые научные подразделения.

ВНИИ кардиологии Томского НИМЦ появились два новых научных подразделения: лаборатория высоких технологий диагностики и лечения нарушений ритма сердца и лаборатория медицины критических состояний.

В НИИ медицинской генетики Томского НИМЦ открылись лаборатория инструментальной геномики, где будет вестись разработка ДНК-зондов для диагностики хромосомных болезней, и лаборатория геномной идентификации, научный коллектив которой сосредоточится на разработке и создании мультиплексного набора для ДНК-идентификации и определения биологического родства по образцу ДНК человека.

В НИИ онкологии Томского НИМЦ открылась лаборатория молекулярной терапии рака.

Директор Томского НИМЦ, академик РАН Вадим Степанов подчеркнул:

- Все пять новых лабораторий - практико-ориентированные. У каждой лаборатории есть компания-партнер, заинтересованная в том продукте, который будет разработан в результате выполнения прикладных научных тем.

В работе максимально задействованы молодые ученые; их потенциал и энергия будут направлены на обеспечение быстрого перевода результатов исследований в стадию



практического применения. Развитие приоритетного направления «Новая медицина», в рамках которого открыты лаборатории, соответствует современному тренду на укрепление технологического суверенитета нашей страны.

УГЛУБЛЕННАЯ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

регионе продолжается углубленная диспансеризация, за 9 месяцев 2022 года ее прошли 9 983 жителя.

🕽 первую очередь углубленная Вдиспансеризация необходима тем, кто перенес новую коронавирусную инфекцию в среднетяжелой и тяжелой формах, пациентам с хроническими патологиями и пенсионерам старше 60 лет.

Из числа прошедших углубленную диспансеризацию в этом году у 10 % выявлены осложнения после коронавируса, эти пациенты пройдут дополнительные обследования у кардиолога, невролога, эндокринолога, пульмонолога и ревматолога. Еще 130 пациентам врачи рекомендовали реабилитацию. Углубленная диспансеризация проводится в два этапа. Первый включает семь исследова-

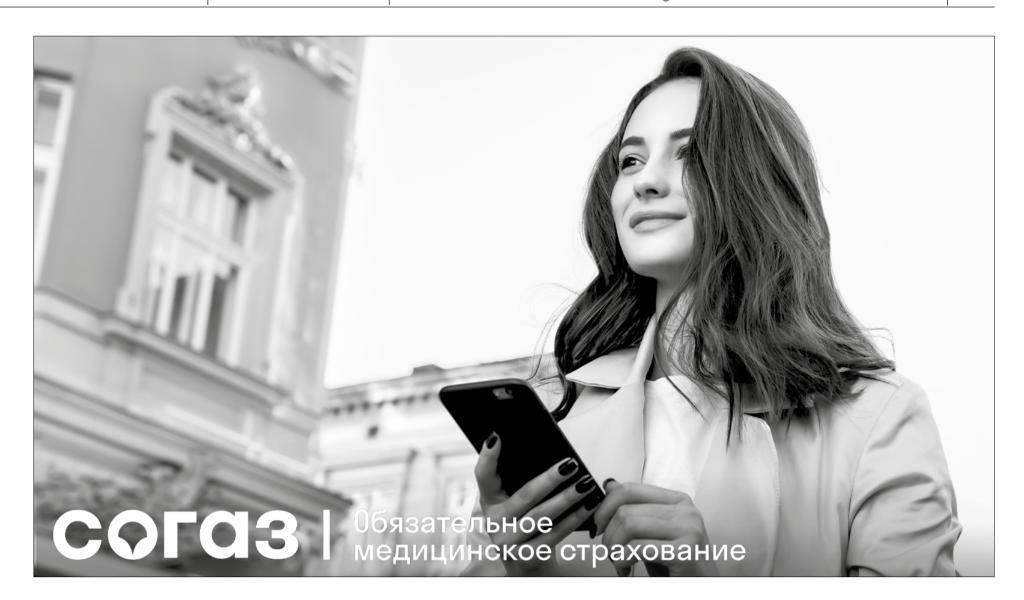


ний: общий и биохимический анализы крови, измерение сатурации для оценки переносимости физических нагрузок, тест с шестиминутной ходьбой для прогнозирования риска инвалидности, спирометрия для измерения объема легких, рентген грудной клетки, исследование на тромбообразование и прием терапевта.

По результатам первого этапа врач определит риски и признаки развития хронических заболеваний и при необходимости направит пациента на второй этап.

Он будет включать еще три обследования: эхокардиографию, компьютерную томографию легких и исследование сосудов нижних конечностей. Если по результатам диспансеризации у пациента выявят отклонения или риски возникновения хронических заболеваний, то ему будет оказано необходимое лечение или назначена медицинская

реабилитация. Записаться на углубленную диспансеризацию можно в регистратуре своей поликлиники.



ПРОВЕРИТЬ ЛЕГКИЕ – С ЛЕГКОСТЬЮ!

Всем знакома ситуация, когда вы пришли в поликлинику, скажем, на диспансеризацию и врач первым делом выписывает вам направление на флюорографию. Поверьте, делает это он совсем не для галочки!

Флюорография – рентгенологическое обследование органов грудной клетки, призванное выявить патологические изменения в легких на ранних этапах, причем не только туберкулез, но и другие заболевания, в том числе онкологические.

ногие опасные заболевания способны протекать скрытно довольно длительное время, а появление кашля, повышенной температуры, общей слабости уже становится грозным симптомом запущенности заболевания.

Специалисты компании «СОГАЗ-Мед» напоминают, что с помощью флюорографии можно своевременно выявить болезнь, вернуть здоровье и вместе с ним привычный ритм жизни. Она проводится совершенно бесплатно по полису ОМС.

В связи с высокой заболеваемостью туберкулезом в России исследование включено в список профилактического медицинского осмотра. Взрослому человеку достаточно проходить флюорографию раз в два года (в случае отсутствия хронических заболе-

Для некоторых категорий граждан существуют особые правила, согласно которым эту процедуру они проходят 2 раза в год:

- сотрудники родильных до-
- сотрудники противотуберкулезных диспансеров;
 - больные ВИЧ-инфекцией;
- пациенты, переболевшие тцберкулезом, - в течение трех лет после снятия с учета;

- лица, состоящие на учете в психиатрическом или наркологическом диспансере;
- лица после освобождения из мест заключения – в течение двух лет после освобождения.

Один раз в год рекомендуется проходить флюорографическое обследование подросткам в возрасте от 16 до 18 лет, а также работникам школ и детских садов, больным сахарным диабетом и сотрудникам предприятий общественного питания.

Чтобы пройти флюорографию бесплатно, следует просто обратиться в регистратуру поликлиники по месту регистрации с паспортом и полисом обязательного медицинского страхования.

Если вы находитесь в другом городе, то пройти флюорографию можно также совершенно бесплатно в противотуберкулезном диспансере по полису ОМС.

Процедура не имеет абсолютных противопоказаний к проведению, так как является безопасной. Исключением является детский возраст до 15 лет, поскольку для детей облучение нежелательно, а качество снимков получается неудовлетворительным из-за анатомически меньших размеров грудной клетки.

противопоказания

Когда нельзя проводить флюорографию:

- детям до достижения 15 лет включительно;
- при тяжелом состоянии больного, когда невозможно придать ему вертикальное положение;
- во время беременности сроком до 22 недель;
- в период лактации (нежелательно, в случае проведения врачи рекомендуют сцеживать молоко после процедуры).

важно!

Перед посещением кабинета рекомендуется отказаться от курения хотя бы на несколько часов, снять с себя металлические предметы и украшения.

После процедуры можно проходить и другие исследования, единственным исключением являются рентгеновские методы диагностики – МРТ, КТ и рентгеноскопия.

Согаз

Обязательное медицинское страхование Лиц. ОС № 3230-01 от 28.02.2019

Медицинская страховая компания: Томский филиал АО «Страховая компания «СОГАЗ-Мед»

Если вы застрахованы в компании «СОГАЗ-Мед» и у вас возникли вопросы о системе ОМС, медицинской помощи или качестве ее оказания, вы можете обратиться за помощью к страховым представителям на сайте sogaz-med.ru, используя онлайн-чат, по телефону круглосуточного контакт-центра 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный) или в офисах компании «СОГАЗ-Мед».

Найдите время для своего здоровья и помните: ранняя диагностика заболеваний увеличивает шансы на выздоровление без тяжелых последствий и длительного восстановления. Прислушайтесь к тому, что говорит ваш организм, и помогите ему справиться с опасностями своевременно! Телефоны бесплатной горячей линии: в Томске - 8-800-555-88-03, по России (круглосуточно) - 8-800-333-60-03.

Медицинская страховая компания АО «МАКС-М», филиал в Томске

Лиц. ОС № 2236-01

Детская больница №1

ПЕДИАТРЫ ШИРОКОГО ПРОФИЛЯ

5 ДЕТСКАЯ БОЛЬНИЦА

Педиатрическое отделение ОГАУЗ «Детская городская больница №1» является старейшим в Томске. Почти сто лет назад оно стало первым отделением Детской городской больницы, открытой еще в 1929 году на базе Больницы общественного призрения. За годы работы здесь спасли жизни и сохранили здоровье тысячам детей. Отделение и сегодня сохраняет лидерские позиции в педиатрической службе Томской области.

Спасение пациентов

одители трехлетнего Жени (имя изменено) были из числа тех, кто считает COVID-19 заговором фармацевтов, и категорически отказывались ставить прививки. В результате опасной болезнью переболела вся семья.

Несмотря на то, что ребенок легко перенес новую коронавирусную инфекцию, спустя некоторое время у него развился мультисистемный воспалительный синдром. Это тяжелое осложнение после перенесенного инфекционного заболевания, поражающее одновременно несколько систем организма.

Высокая температура, экзантема, которая носила непостоянный характер в клинической картине заболевания Жени, заставили родителей вызвать скорую. Медики доставили ребенка в приемный покой Детской больницы №1. Результат теста на антитела к COVID-19 оказался положительным, а взятые анализы подтвердили фатальное падение всех важных показателей. Вовремя проведенные обследования и слаженная работа сотрудников помогли откорректировать специфическую терапию основного и сопутствующих состояний, добиться стабилизации состояния малыша. Сегодня Женя уже дома, продолжает лечение, которое продлится еще несколько месяцев.

После успешных историй выздоровления в книге отзывов больницы появляются такие записи:

• «Мы приехали в очень тяжелом состоянии из детской больницы №4 после месяца в реанимации. Спасибо огромное за моего внука Шаталова Матвея»,

• «Поступили в больницу с обструктивным бронхитом и высокой температурой. Хотим выразить огромную благодарность всему коллективу без исключения от заведующей до санитарок. За три дня нас поставили на ноги, ребенок ожил на глазах».

Такая оценка работы для персонала – самая высокая. Она свидетельствует о том, что в отделении работают профессионалы своего дела, а для выздоровления маленьких пациентов созданы все условия.

Уникальное отделение

В Томской области педиатрическое отделение Детской больницы №1 является одним из самых крупных подобного



Главный врач Детской больницы №1, кандидат меднаук Алексей БАЛА-НОВСКИЙ:

- От души поздравляю сотрудников нашей больницы и коллег с Днем педиатра!

Желаю новых профессиональных достижений, крепкого здоровья и благодарных улыбок выздоровевших маленьких пациентов!

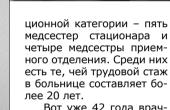
профиля и принимает больных по самому широкому спектру педиатрических патологий. Рассчитано оно на 56 коек.

Здесь круглосуточно принимают пациентов по скорой помощи, по самообращению, в плановом порядке. В течение года – около 5000 человек.

- Наше педиатрическое отделение уникально тем, что всегда работало в тесной взаимосвязи с медицинским вузом, что помогает нам внедрять в практику самые передовые методы лечения, - рассказывает главный врач Детской больницы №1, кандидат меднаук Алексей БАЛАНОВСКИЙ. - Первые педиатрические кафедры ТМИ (ныне СиБГМУ) открылись в нашей больнице еще в 1939 году. Совместные разборы клинических случаев сотрудниками кафедр и врачами-педиатрами стали нашей традицией.

Педиатрическое отделение - одно из важных звеньев больницы, оно слаженно работает в одной команде с другими отделениями – реанимационным, патологии новорожденгастроэнтерологическим, ных, эндокринологическим, нефрологическим, психоневрологическим, паллиативной помощи, а также с двумя поликлиниками. Благодаря этому Детская больница №1 может оказывать помощь маленьким пациентам с самыми сложными клиническими случаями.

– Врачи педиатрического отделения 365 дней в году на-



Вот уже 42 года врачпедиатр высшей категории Ольга СЕДЕЛЬНИКОВА лечит маленьких пациентов и делится своим огромным опытом с молодежью.

Общий стаж работы старшей медсестры педиатрического отделения Татьяны НОВИКОВОЙ составляет 27 лет. Она сформировала здествиться и проуженый коллоктив меди-

дружный коллектив медицинских сестер, который всецело отдает себя заботе о каждом маленьком пациенте.

На передовой отделения – в приемном покое – коллективом медсестер руководит **Лейла НУ-РИЕВА**, которая работает в больнице более 20 лет.

С 2010 года педиатрическим отделением заведует потомственный врач-педиатр высшей категории со стажем 24 года, врач-инфекционист, кандидат медицинских наук Татьяна ДА-ВЫДОВА. В профессию она пришла вслед за отцом Виктором Карташовым, который руководил Детской больницей №1 на протяжении 36 лет.

- У нас работает и замечательная молодежь: врачи-педиатры Жанна Серегина, Мария Подпорина, Наталья Скобцева, Наталья Караулова, Ульяна Коновалова, Ольга Ли, - говорит заведующая отделением. - Все они, будучи ординаторами, интернами, проходили здесь практику. У меня была возможность узнать, как они общаются с детьми, умеют ли наладить контакт с родителями. Эти навыки не менее важны, чем профессиональные знания. У сотрудников нашего отделения должно быть чувство солидарности с коллегами, готовность прийти на помощь в трудной ситуации. Для профессионального роста врачи-педиатры должны постоянно заниматься самообразованием. Эти принципы были заложены Лидией Федоровной Унжаковой, которая заведовала отделением 40 лет, и мы их всегда соблюдаем.

А еще Татьяна Викторовна руководствуется в работе советами своего отца: «к пациентам относись как к собственным детям», «делай все возможное и невозможное, чтобы спасти жизнь пациента и чтобы болезнь не перешла в хроническую стадию», «только с добрым сердцем и чистой душой можно работать

в педиатрии».

В традициях отделения и постоянный обмен знаниями с коллегами, наставничество молодых кадров. Татьяна Давыдова всегда готова обсудить с сотрудниками любые вопросы, решить возникшие проблемы.

- К нам с удовольствием идут за практическими знаниями не только выпускники, но и студенты четвертого курса СибГМУ, которые выполняют обязанности среднего медперсонала, – говорит заведующая. – Здесь они приобретают навыки оказания первой неотложной помощи, учатся оперативной постановке диагноза. Для будущих врачей это бесценный опыт.

О профессии

Интенсивность работы отделения связана с высоким оборотом койки. В среднем пациенты проводят в стационаре 9-10 дней.

Из-за высокого риска заражения внутрибольничными инфекциями детей на стадии устойчивого улучшения состояния или выздоровления выписывают на амбулаторное лечение. Большая рабочая нагрузка заставляет медперсонал иногда задерживаться на работе, бывает, посреди ночи врача-педиатра вызывают в стационар к тяжелому больному.

А еще на плечах врачей-педиатров лежит колоссальная ответственность перед родителями за жизнь вверенных им детей.

- Безусловно, профессия педиатра - одна из самых сложных. С другой стороны, нам, как и всем медикам, знакомо это чувство радости, когда твой пациент поправился и здоровым уходит домой, - объясняет Татьяна Викторовна. - Именно это чувство окрыляет нас и стимулирует достигать новых высот в профессии!

Марина ДИАМАНТ



Заведующая педиатрическим отделением Татьяна ДАВЫДОВА

ходятся в режиме оказания экстренной помощи, – объясняет Алексей Павлович. – Это самоотверженные и высокопрофессиональные специалисты широкого профиля. При необходимости они быстро перестраиваются под эпидситуацию в области и «разворачивают» отделение под необходимые задачи. В этом году на базе отделения осуществляется реабилитация детей, перенесших COVID-19.

Кадры – наша гордость

Из 12 врачей отделения у пяти человек есть высшая, а у трех – первая квалификационная категория. Из 14 специалистов среднего медицинского звена обладатели высшей квалифика-

Индивидуальный **подхо**д

Заведующая педиатрическим отделением Татьяна ДАВЫДОВА рассказывает, что в отделение попадают пациенты с бронхолегочными, гастроэнтерологическими, нефрологическими, неврологическими, инфекционными, гематологическими, генетическими и чисто педиатрическими патологиями, увеличилось число детей с врожденным и приобретенным пониженным иммунитетом.

К счастью, и наука на месте не стоит, в распоряжении врачей-педиатров появляются все более эффективные методы лечения.

Для высокоточной диагностики в распоряжении врачей – современная медицинская техника, рентген и УЗИ-аппараты. В больнице в круглосуточном режиме работают две соб-

ственные лаборатории: биохимическая и бактериологическая.

Отделение является клинической базой кафедр педиатрии с курсом эндокринологии и госпитальной педиатрии СибГМУ, поэтому врачи-педиатры в курсе всех новшеств в своей специальности. В особо сложных случаях отделение проводит телемедицинские консультации с ведущими медцентрами Москвы, Санкт-Петербурга, Новосибирска и др.

Клинический фармаколог больницы Елена Ложкова при необходимости помогает педиатрам подобрать для больного индивидуальную медикаментозную терапию. С помощью педиатра-физиотерапевта Ольги Наздрюхиной детям оказывается широкий спектр физиотерапевтического лечения (электрофорез, УВЧ, лазерно-магнитная терапия, кедропластовая кабина).

В штате больницы есть клинический психолог. Он работает как с маленькими пациентами, так и с их родителями.

Дети очень уязвимы, а потому нуждаются в особой защите и помощи. Каждый ребенок имеет право на охрану своего здоровья и на получение медицинской помощи.

Всемирный день ребенка направлен на привлечение внимания к проблемам детей и улучшению качества их жизни, в том числе здоровья.

пециалисты филиала медицинской страховой компании «МАКС-М» в Томске уточняют:

– Статус ребенка в Семейном кодексе РФ связан с возрастом до 18 лет. Здоровье детей в нашей стране подлежит особой охране, независимо от их семейного и социального благополучия.

В соответствии со ст. 7 Федерального закона №323-ФЗ государство признает охрану здоровья детей как одно из важнейших и необходимых условий их физического и психического развития.

Органы государственной власти Российской Федерации, органы государственной власти субъектов Российской Федерации и органы местного самоуправления в соответствии со своими полномочиями разрабатывают и реализуют программы, направленные на профилактику, раннее выявление и лечение заболеваний, снижение материнской и младенческой смертности, формирование у детей и их родителей мотивации к здоровому образу жизни, и принимают соответствующие меры по организации обеспечения детей лекарственными препаратами, специализированными продуктами лечебного питания, медицинскими изделиями.

Детские врачи

Охрана здоровья ребенка начинается еще до его рождения.

Здоровье матери и ребенка – понятие неразделимое. Большая часть проблем со здоровьем ребенка возникает еще в период беременности. В нашей стране обеспечению здоровья будущих мам уделяется особое внимание. Может

быть, кого-то из беременных женщин и утруждают постоянные осмотры, многочисленные анализы и визиты к специалистам различного профиля, но такой контроль позволяет отследить изменения в состоянии и мамы, и плода, провести профилактику или вовремя назначить лечение.

В первый год жизни за здоровьем и развитием ребенка наблюдают профессионалы, что помогает родителям, особенно родителям первенца, почувствовать себя более уверенно.

Сразу после рождения ребенка наблюдает неонатолог, который еще в роддоме проводит необходимые процедуры, берет анализы и делает прививки (первая прививка от туберкулеза делается именно в роддоме).

На дому новоиспеченную мамочку навещает патронажная сестра, которая может дать консультацию по обращению с младенцем - кормлению, гигиене, первым проблемам.

Участковые педиатры наблюдают за состоянием здоровья ребенка с рождения и до достижения совершеннолетия. Значение педиатра трудно переоценить.

Квалифицированный детский врач становится надежной опорой для родителей на долгие годы. Забота о будущем семьи, общества и государства - так можно охарактеризовать в глобальном масштабе труд и специфику работы детских врачей.

Педиатрическая служба

Педиатрическая служба, являясь составной частью службы охраны материнства и детства, традиционно остается эффективной в деле оказаня-

из истории праздника

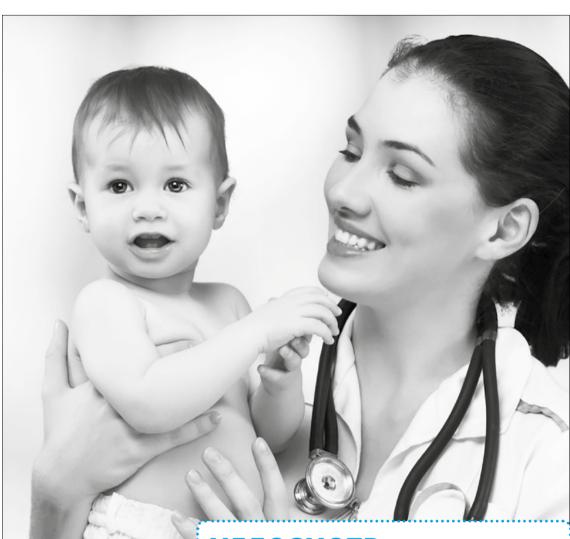
20 ноября 1959 года Генеральная Ассамблея ООН приняла Декларацию прав ребенка. Этот документ, который стал логическим продолжением принятой в 1948 году Всеобщей декларации прав человека, провозглашал основные принципы защиты детства. В 1989 году ООН в дополнение к уже действующим нормативным актам приняла Конвенцию о правах ребенка.

Следуя рекомендациям ООН, большинство стран участниц этой организации учредили у себя празднование Всемирного дня ребенка, приурочив его ко дню принятия ООН Декларации прав ребенка.

направленный на праздник, обеспечение благополучия детей во всем мире, во многих странах стал отмечаться одновременно с Днем педиатра - врача, стоящего на защите здоровья детей с момента их появления на свет. Среди всех медицинских специальностей именно педиатрия первой заботится о здоровье ребенка, поэтому оба праздника идут рука об руку во многих государствах мира.

филиал в Томске

ДЕТИ – НАШЕ ВСЁ!



первичной медико-санитарной помощи детям на протяжении многих десятилетий.

Структура педиатрической службы в Российской

- Федерации такова: • детская поликлиника,
 - детская больница,
- педиатрические бригады станции скорой помощи и отделения неотложной помощи при детских поликлиниках,
- детские санатории и реабилитационные центры.

Медицинская педиатрическая помощь оказывается в виде:

- первичной медико-санитарной помощи;
- скорой, в том числе специализированной, медицинской помощи;
- специализированной, в том числе высокотехнологичной, медицинской помощи;
- · паллиативной медицинской помощи.

Медицинская педиатрическая помощь может оказываться в следующих условиях:

- вне медицинской организации (по месту вызова бригады скорой медицинской помощи, а также в транспортном средстве при медицинской эвакуации);
- амбулаторно, в том числе на дому при вызове медицинского работника;
 - в дневном стационаре;
- стационарно (в условиях, обеспечивающих круглосуточное медицинское наблюдение и лечение).

МЕДОСМОТР И ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

Сотрудники филиала медицинской страховой компании «МАКС-М» в Томске напоминают:

Законодательно за ребенком закреплено право на прохождение медицинского осмотра, который представляет собой комплекс медицинских вмешательств, направленных на выявление патологических состояний, заболеваний и факторов риска их развития. Медицинский профилактический осмотр проводится и в связи с занятиями ребенка физической культурой и спортом.

Профилактические осмотры проводятся в установленные возрастные периоды в целях раннего (своевременного) выявления патологических состояний, заболеваний и факторов риска их развития, немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ, а также в целях определения групп здоровья и выработки рекомендаций для несовершеннолетних и их родителей или иных законных представителей.

Диспансеризация - это комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья (включая определение группы здоровья и группы диспансерного наблюдения).

Диспансерное наблюдение представляет собой проводимое с определенной периодичностью необходимое обследование детей в целях своевременного выявления, предупреждения осложнений, обострений заболеваний, иных состояний, их профилактики и осуществления медицинской реабилитации детей, страдающих:

- хроническими заболеваниями,
- функциональными расстройствами,
- иными состояниями.

поздравляем!

Значение двух праздников, посвященных детям, огромно! Они заставляют заоуматься о жизни оетеи, о проблемах, которые их беспокоят, об их здоровье, о помощи, в которой они нуждаются, и о том, сколько сил тратят врачи-педиатры на то, чтобы оказать эту помощь.

Мы поздравляем детских врачей с профессиональным праздником! Желаем вам, дорогие, чтобы работа приносила удовольствие и оставляла огромный заряд положительной энергии! Успехов, замечательного настроения, побольше счастливых здоровых детей!

> Сотрудники филиала медицинской страховой компании «МАКС-М» в Томске



Лиц. ОС № 2236-01

Обязательное COLCI

медицинское страхование

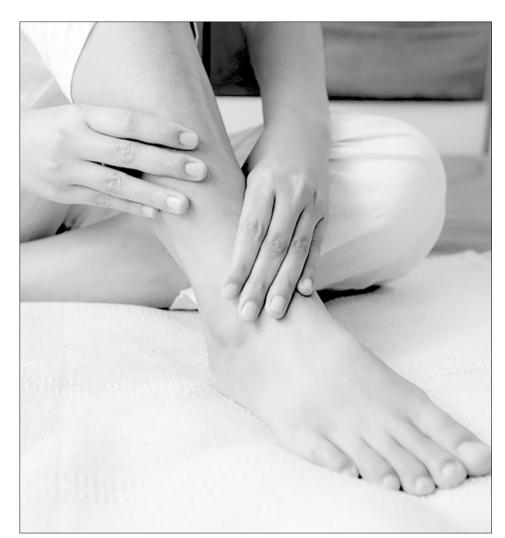
Лиц. ОС № 3230-01

Медицинская страховая компания: Томский филиал АО «Страховая компания «СОГАЗ-Мед»

Если вы застрахованы в компании «СОГАЗ-Мед» и у вас возникли вопросы о системе ОМС, медицинской помощи или качестве ее оказания, вы можете обратиться за помощью к страховым представителям на сайте **soqaz-med.ru**, используя онлайн-чат, по телефону круглосуточного контакт-центра 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный) или в офисах компании «СОГАЗ-Мед».

Найдите время для своего здоровья и помните: ранняя диагностика заболеваний увеличивает шансы на выздоровление без тяжелых последствий и длительного восстановления. Прислушайтесь к тому, что говорит ваш организм, и помогите ему справиться с опасностями своевременно! Телефоны бесплатной горячей линии: в Томске - 8-800-555-88-03, по России (круглосуточно) - 8-800-333-60-03.

Медицинская страховая компания АО «МАКС-М»,



ПРЕДУПРЕДИТЬ АРТРОЗ

Артроз проявляется ограничением подвижности суставов, болезненностью и неприятным хрустом при движении. С возрастом вероятность появления артроза усиливается.

сли болезнь не лечить, не предпринимать профилактических мер, человек может стать инвалидом и зависимым от окружающих людей. Некоторые пациенты прибегают к операциям, но любая операция является стрессом для организма, да и порой обременительна для семейного бюджета.

Чтобы суставы продержались здоровыми как можно дольше, чтобы избежать удручающих последствий при уже начавшейся патологии, надо помнить об элементарных мерах профилактики. Из этой статьи вы узнаете, как уберечь свои суставы и о чем надо помнить, если они уже больны.

Профилактика артроза

Профилактика артроза может быть первичной и вторичной.

- Первичная профилактика представляет собой комплекс мероприятий, который поможет суставам оставаться здоровыми долгое время. Она должна начинаться с раннего детства. Ее основные принципы:
 - бороться с лишними килограммами;
 - регулярно заниматься гимнастикой;следить за осанкой;
- пользоваться удобной и качественной обувью;
- знать и соблюдать основные законы биомеханики тела;
- избегать травмоопасных ситуаций;
- помнить о закаливании и других общеукрепляющих мероприятиях;
- беречь себя от переохлаждения и вовремя лечить любую болезнь.
- Вторичная профилактика это комплекс мероприятий, применяемый при уже существующей болезни. Они существенно замедляют прогрессиро-

вание артроза. Охранительный режим при артрозе

не означает, что больной должен избегать любой физической нагрузки. Наоборот, дозированные умеренные нагрузки являются неотъемлемой частью лечения артроза и предотвращения прогрессирования заболевания.

При артрозе врачи рекомендуют: плавание, ходьбу (особенно скандинавскую), езду на велосипеде, плавание (кроме брасса), аквааэробику, пилатес, специальную гимнастику для суставов, стретчинг, лыжи.

Необходимо отказаться от следующих видов спорта: бег, футбол, легкая атлетика, тяжелая атлетика, волейбол, баскетбол, спортивная гимнастика.

Если профессия связана с длительным стоянием, частым приседанием, регулярным передвижением по лестнице, с вынужденным положением (например, стоянием на коленях), ее надо поменять. Следует избегать тяжелых физических нагрузок и резких поворотов головы и туловища.

При ходьбе по лестнице надо обязательно держаться за поручень и помнить, что суставы особенно тяжело переносят спуск по лестнице, испытывая чрезмерную нагрузку.

Правильное питание

Снижение массы тела является важной частью профилактики и лечения артроза. Но голодать категорически запрещается. В рационе должны содержаться все необходимые для хряща микроэлементы и витамины.

• В меню должны быть: курица, индейка, кролик, морская рыба (сардины, тунец, стерлядь, сельдь, семга), яйца, соевые продукты. Из овощей – кабачки, морковь, тыква; из зелени – листовой салат. Кисломолочные продукты – простокваша, кефир; орехи – миндаль, кедровые, семена тыквы и подсолнечни-



Кабинет «ТОЧКА ОПОРЫ»

- моделирование индивидуальных стелек
- аппаратные процедуры
- кинезиотейпирование

Запись на прием **по тел. 93-72-55**

110 Te/1. 33-72-33

Реклама. БХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

ка; обильное питье (не менее двух литров, особенно при подагре); фрукты и ягоды (бананы, авокадо); льняное, оливковое, горчичное

• Ограничить в питании: помидоры, щавель, шпинат, фасоль, продукты с повышенным содержанием животного жира, мучное.

• Из рациона следует исключить: алкоголь (особенно пиво и красное вино при подагре), уксус, пряности, соль, красное мясо.

Прием пищи должен быть частым и небольшими порциями. Есть надо медленно, тщательно пережевывая пищу.

Ортопедические приспособления

В настоящее время продаются всевозможные приспособления, которые уменьшают нагрузку на суставы. К ним относятся бандажи, наколенники, трости для ходьбы, поддерживающие ремни.

В квартире у больного с деформированными суставами должны быть скамеечки для ног. Ванную и туалетную комнаты необходимо оснастить специальными поручнями. Высокое сиденье для унитаза поможет легче садиться и вставать с него.

Для облегчения самоухода можно покупать одежду с застежками на липучках, брюки с эластичным поясом. Для работы за компьютером – использовать поддерживающее устройство для локтя.

Лечебная физкультура

Занятия лечебной физкультурой должны начинаться с разогревающих, релаксирующих упражнений. Затем присоединяются упражнение на растяжение, силовые с медленным движением.

Упражнения надо выполнять аккуратно, внимательно и систематически.

Заботьтесь
о своих суставах всегда:
не нагружайте их,
не носите тяжести,
избегайте длительного
стояния и регулярных
приседаний, опасайтесь
травм и лишних
килограммов. Помните,
главная профилактика
артроза—
это движение!

Правильные движения восстанавливают силу, эластичность мышц и связок, способствуют усилению кровообращения и улучшению обмена веществ. В результате предупреждается развитие тугоподвижности и контрактур.

Массаж

Массаж – эффективная составляющая комплексного лечения заболевания. Рекомендуется массаж больших мышечных групп. При проведении массажа капсулу сустава не рекомендуется массировать, так как это может спровоцировать ухудшение состояния. Массаж должен делать грамотный специалист. В результате сеансов расслабляется спазмированная мускулатура, улучшается лимфодренаж. Если вас не беспокоят острые и мучительные боли, то благодаря вышеперечисленным рекомендациям вы сможете поддерживать свое состояние на удовлетворительном уровне.

м уровне. (Из открытых источников.)

УДОБНАЯ ОБУВЬ

Чаще всего встречается артроз коленных и тазобедренных суставов. Чтобы уменьшить нагрузку на них. подберите обувь с мягкой эластичной подошвой. Во время ходьбы она будет гасить удар, который происходит при соприкосновении пятки с землей и распространяется на все суставы ноги. При этом туфли или ботинки должны быть на низком и обязательно широком каблуке. Он делает обувь более устойчивой, снижает риск небольших подворотов стопы. Как правило, мы их не замечаем, но они могут существенно травмировать и без того изношенный хрящ.

Высокие каблуки при артрозе коленного, тазобедренного сустава или суставов позвоночника категорически противопоказаны.

Стоит обратить внимание не только на подошву, но и на верх обуви. Он должен быть мягким, не жать в подъеме. При этом туфли, ботинки или кроссовки все же не должны болтаться на ноге — это увеличивает риск травм.

Риск развития остеоартроза сильно увеличивается при наличии плоскостопия. Из-за неправильного строения стопа должным образом не выполняет свою амортизационную функцию, и гасить удар приходится суставам. Подберите супинаторы или закажите ортопедические стельки, не дожидаясь, пока болезнь разовьется.

Газета «На здоровье!», №11 (273), ноябрь, 2022 г. Газета зарегистрирована Западно-Сибирским региональным управлением регистрации и контроля за соблюдением законодательства РФ в области печати и средств массовой информации Государственного комитета Российской Федерации по печати. Свидетельство о регистрации №Г-01509 от 23.04.1998 г. Учредитель, главный редактор – В. А. Антонова. Издатель – М.А. Антонова. Юр. адрес издателя и редакции: 634055, г. Томск, ул. 30-летия Победы, 5-12, тел. 8 (3822) 49-24-07. E-mail: valantonova@yandex.ru. Дизайн и верстка – М.А. Антоновой. Ответственность за содержание материалов несут авторы. За соделжание рекламы – рекламодатели

За содержание рекламы – рекламодатели. Мнение редакции необязательно совпадает с мнением авторов. Газета отпечатана в ООО «Пресса» (г. Томск, ул. Дальне-Ключевская, 62). Номер подписан 01.11.2022. Время подписания в печать: по графику – 18.00, фактическое – 18.00. Газета распространяется бесплатно. Заказ №3789. Тираж – 5000 экземпляров. Дата выхода в свет: 01.11.2022.



ПОМОГАЮТ ЛИ АНТИБИОТИКИ ПРИ ПРОСТУДЕ

Нужны ли антибиотики при простуде, зачем их назначают при ОРВИ и других вирусных инфекциях и чем опасно самолечение? Об этом идет речь в материале.

нтибиотики — это антибактериальные препараты. Они воздействуют на обменные процессы бактерий и нарушают синтез белка. Это предотвращает размножение и прекращает рост колонии (бактериостатический эффект) или приводит к гибели болезнетворного микроба (бактерицидный эффект).

Помогает ли антибиотик при простуде?

Под простудой в медицине чаще всего подразумевают ОРВИ — заболевания дыхательных путей, которые вызывают вирусы. Болезнетворные вирусы кардинально отличаются от бактерий, грибов и других микроорганизмов. Вирус - абсолютный паразит: для всех процессов жизнедеятельности он использует клетки

Поскольку вирус не синтезирует белок самостоятельно, антибиотик никак на него не действует. Поэтому использовать антибактериальные препараты при неосложненной вирусной инфекции бесполезно.

В таких случаях эффективны противовирусные средства.

Когда стоит принимать антибиотики

Если антибиотики не помогают против вирусов, зачем же их выписывают врачи? Такое назначение оправданно, если:

- у простуды бактериальная прир например, у больного стрептококковая
- в заражении одновременно участвуют и вирусы, и бактерии:

историческая справка

В середине XX века антибиотики совершили настоящую революцию в медицине. В переводе с греческого их название означает «против жизни» («анти» и «биос»), однако они уничтожают только бактерии. За историю своего существования они спасли миллионы человеческих жизней.

• Отцом антибиотиков считается шотландский бактериолог Александр Флеминг. Ученый взялся исследовать плесень и в 1929 году выделил из нее первое противомикробное вещество - пенициллин. Опыты на животных показали обнадеживающие результаты.

• к болезни, вызванной вирусом, присоединяется бактериальная инфекция. Этот процесс называется суперинфекцией. Защитный барьер пораженных тканей ослабляется, и они становятся уязвимыми даже для условно-патогенных микробов, безопасных для здорового человека. Это частое осложнение простуды.

Чтобы точно определить возбудителя, нужно провести лабораторные исследования - анализ ПЦР и бактериологический посев. Но на их проведение нужно время, а лечение обычно необходимо сейчас. Поэтому больным с легким течением ОРВИ назначают противовирусные препараты и местные антисептики, действующие на все микробы, без анализов.

Согласно новым клиническим рекомендациям Минздрава РФ (февраль 2022 года), приоритетной группой препаратов для лечения ОРВИ являются препараты прямого противовирусного действия, направленные на причину заболевания.

Если у пациента появились гнойные выделения или состояние улучшилось, а потом снова ухудшилось, то будут полезны антибактериальные средства. Без анализов можно применять только местные формы антибиотиков - в составе капель для носа, спреев.

Согласно клиническим рекомендациям Минздрава, антибиотики при ОРВИ системно (в форме таблеток, суспензий, инъекций) назначают только в следующих случаях:

- развитие ос тяжелого или средней тяжести течения простуды;
 - присоединение синусита, ларингита,



• Технологии промышленного производства антибиотика разработали патолог Говард Флори и биохимик Эрнст Чейн.

К концу 1942 года была выпущена первая крупная партия, ознаменовавшая начало эры анти-

Вся целебная сила живой природы

в водном экстракте пихты сибирской **«АБИСИБ-П»**

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

ооо «нпц «биоэпл», г. Томск, ул. Р. Люксембург, 31, тел.: 514-484, 512-092.

МЕХАНИЗМ ДЕЙСТВИЯ **АБИСИБА-П** ОСНОВАН НА:

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



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

трахеита, бронхита. Если инфекция протекает легко, то даже при ее распространении за пределы верхних дыхательных путей не рекомендуют применять антибиотики ранее 10-14-го дня;

• развитие пневмонии.

Во всех этих случаях рекомендуется предварительно направить пациента на анализ, чтобы подтвердить бактериальную инфекцию и подобрать наиболее эффективный антибиотик.

Какие антибиотики пить при ОРВИ

Антибактериальное средство ОРВИ назначает врач-терапевт, отоларинголог, пульмонолог. Подбирают препарат по результатам анализа. Лучший способ выяснить, к какому антибиотику наиболее чувствителен возбудитель инфекции, сделать бакпосев.

Минус этого анализа - длительное ожидание: обычно результаты бывают готовы только через 3-7 дней.

ПЦР готовится гораздо быстрее - от 24 часов, но анализ не показывает чувствительность конкретного инфекционного агента к лекарствам.

Если выполнить анализ невозможно или нет времени на длительное ожидание результатов, врач назначит антибиотик, ориентируясь на наиболее вероятные возбудители для данной локализации инфекции.

Почему опасно самоле́чение

Нерациональное лечение антибиотиками может нанести вред здоровью.

• Бесконтрольное применение антибиотиков повышает устойчивость к ним болезнетворных микробов. Если вы злоупотребляете их применением при незначительных инфекциях, в случае тяжелой болезни они с высокой долей вероятности не помогут.

Группы антибиотиков, которые чаще всего используют

- Полусинтетические пенициллины (при легком течении острой бактериальной инфекции).
- Цефалоспорины III-IV поколений используют при хронических среднетяжелых и гнойных инфекциях.
- Макролиды их используют при аллергии на пенициллины.
- Фторхинолоны III-IV поколений - ими заменяют антибиотики пенициллиновой группы в случае неэффективности.

Сейчас серьезной мировой проблемой становится антибиотикорезистентность – устойчивость микроорганизмов к лекарствам. Бактерии, как любой живой организм, учатся адаптироваться к неблагоприятным условиям.

Любой антибиотик нужно принимать только по назначению и рецепту врача!

Самолечение недопустимо!

- Антибиотики нередко вызывают аллергические реакции вплоть до отека Квинке
- Средство, которое вы принимаете без ведома врача, в комбинации с лекарствами, выписанными доктором, может дать непредсказуемый результат.
- Антибактериальные препараты убивают и полезную микрофлору организма, что может привести к расстройствам пищеварения и гинекологическим воспалениям.
- Дополнительный ненужный препарат повышает нагрузку на организм и затягивает выздоровление.

(Из открытых источников.)

14 ноября – Всемирный день борьбы с диабетом

ДИАБЕТ ПОД КОНТРОЛЕМ

Если врач поставил вам диагноз «сахарный бет», не стоит предаваться панике. К счастью, в настоящее время этот недуг можно держать под контролем, что позволяет больным вести практически обычный образ жизни.

Следите за массой тела

збыточный вес снижает чувствительность организма к инсулину и усугубляет течение болезни. Нормализация массы тела позволяет снизить уровень холестерина и сахара в крови. Состояние заметно улучшится после утраты 5% от изначальной массы тела. Для восстановления нормального веса людям с диабетом пригодятся следующие советы:

- худеть нужно не более, чем на два кг в месяц (за счет этого снижение сахара будет постепенным),
- в рамках контроля над массой тела потребляйте не более 1800 ккал в день,
- питайтесь примерно в одно и то же время каждый день, избегая перееданий. Во время борьбы с лишним весом по-

стоянно контролируйте уровень сахара в крови и наблюдайтесь у врача.

Ведите активный образ жизни

Сахарный диабет требует от человека вести активный образ жизни. Во время физической активности мышцам нужно больше энергии, чем в состоянии покоя. В результате значительное количество глюкозы расходуется на питание мышц, при этом снижается сахар в крови. Благодаря физическим упражнениям организм становится менее устойчивым к инсулину. Чтобы улучшить общее состояние и пред-



упредить усугубление болезни, следует придерживаться следующих советов:

- не лениться делать зарядку дома;
- посещать тренажерный зал, бассейн;
- на выходных вместо посиделок перед телевизором выезжать за город, ходить в походы;
- сделать спорт своим хобби танцы, катание на велосипеде не только полезны, но и приятны.

Избегайте стрессов

Во время стрессовой ситуации при любом нервном напряжении, даже если оно связано с просмотром фильма ужасов и не имеет отношения к реальной жизни, в кровь выбрасывается гормон кортизол, который в комплексе с гормоном глюкагоном способствует росту уровня глюкозы в крови. Порой избе-

ANS WASHN UBN TAVOET

- ГЛЮКОМЕТРЫ, ТЕСТ-ПОЛОСКИ
- ПРОКАЛЫВАТЕЛИ, ЛАНЦЕТЫ
- ШПРИЦ-РУЧКИ, ИГЛЫ
- ИНСУЛИНОВЫЕ ПОМПЫ
- ЛЕЧЕБНЫЕ ПОВЯЗКИ, КРЕМЫ
- витамины
- СПЕЦИАЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА
- СИСТЕМЫ ПОСТОЯННОГО МОНИТОРИРОВАНИЯ УРОВНЯ ГЛЮКОЗЫ, СЕНСОРЫ

• АРЕНДА ГЛЮКОМЕТРОВ • СЕРВИСНЫЙ ЦЕНТР

• КОНСУЛЬТАЦИИ • ДОСТАВКА НА ДОМ

«СДС-Диабетцентр», ул. Нахимова, 11, офис 103, тел. 41-22-95.

жать стрессовой ситуации невозможно, но можно нейтрализовать действие кортизола. Существуют полезные советы для больных диабетом, предупреждающие ухудшение состояния ввиду нервного напряжения:

избегайте стрессовых ситуаций, смотрите и читайте добрые фильмы и книги;

- научитесь спокойно реагировать на любые раздражители;
- чаще слушайте любимую музыку, найдите интересное хобби;
- спите не меньше восьми часов в сутки, так как постоянный недосып активизирует синтез кортизола.

Пользуйтесь глюкометром

Для контроля сахара в крови необходимо купить специальный препарат глюкометр, который оперативно измеряет уровень содержания сахара в крови.

Его достоинством является то, что его можно взять с собой и провести измерение на работе, на отдыхе, в командировке или гостях. Главное - иметь в запасе расходные материалы (тест-полоски), если измерение происходит инвазивным методом. Важно следить за сроком их

годности: испорченные изделия не дадут необходимой точности.

ОБМЕН

ГЛЮКОМЕТРОВ

ПО ГАРАНТИИ

Понять, какой глюкометр лучше купить для дома, удастся, ответив на несколько вопросов.

- Какой тип прибора для вас удобнее - инвазивный или неинвазивный?
- Имеет ли для вас значение необходимый объем крови, глубина прокола?
- Важна ли длительность измерения? Более скоростные стоят больше. Какие тест-полоски доступны в
- ближайших к вам аптеках? Требуется ли дополнительно ка-
- либровка по плазме? В более простых устройствах она осуществляется по капиллярной крови.
- Какой необходим объем памяти? От этого зависит, сколько последних измерений удастся зафиксировать.

Глюкометр для пожилого или слабовидящего человека может иметь голосового помощника или подсветку дисплея. Можно потратиться и на вариант с автопрокалывателем, ведь не у каждого хватает силы духа, чтобы прокалывать палец вручную.

(Из открытых источников.)



Уважаемые жители Томска!

В рамках АКЦИИ государственной программы «ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ – ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ»

проводится полное исследование ВСЕГО ОРГАНИЗМА

Исследование позволяет выявить причины возникновения болезни, исследуются все органы, определяются паразиты, аллергены, гормональные нарушения и другие заболевания. Помощь в восстановлении здоровья людям

с сахарным диабетом, онкологией, болезнями суставов, сердечно-сосудистыми заболеваниями, бесплодием ...

После исследования составляется индивидуальная программа оздоровления и проводится консультация специалиста

Показывает на 95% точный результат

Справки и запись по тел. 93-79-88.



