



## Полезен ли завтрак: японские ученые против Лео Бокерия?

Известный профессор, кардиохирург Лео Бокерия не так давно потряс российских интернет-пользователей, заявив, что устоявшаяся норма о полноценном завтраке - это бред. О своих особых нормах питания Лео Антонович говорит уже не первый год.



- У нас привыкли говорить: завтрак съешь сам, обед раздели с другом, ужин отдай врагу. Но это абсолютный бред! Я имею в виду плотный, полноценный завтрак. Вот вы проснулись, организм еще только приходит в рабочее состояние, а вы набиваете его мясом, булочками, запиваете стаканом чая. А потом еще тратите время в пробках, добираясь на работу. И в итоге никакой работоспособности! Еще во времена молодости я научился у американских коллег-хирургов по утрам просто выпивать чашку кофе. Днем они съе-

дали бутерброд, а вечером плотно ужинали и шли в спортзал. Я и сейчас придерживаюсь того же принципа питания - по утрам чашка кофе и домашний творог. В обед, уже после операции, перекусываю фруктами или йогуртом. И только вечером, уже дома - полноценный ужин. Поэтому для меня поговорка звучит по-другому: завтрак - отдай врагу, в обед - перекуси, вечером - нормально поешь, а потом - физкультура. По моим наблюдениям, в странах, где люди долго живут, - они живут так.

Но с высказыванием российского хирурга не согласны эксперты Всемирной организации здравоохранения, которые, подводя итоги многочисленных исследований, уверяют весь мир: если человек, который раньше не ел по утрам, начинает завтракать, то его вес нормализуется и лишние кило постепенно исчезают. То есть утренний завтрак запускает правильные метаболические процессы, ускоряет

обмен веществ. Да, излишне обильный жирный завтрак может отложиться на боках. Но нормальный по калорийности и небольшой по объему - никогда.

А недавно японские ученые заверили: пропускать завтрак ни в коем случае нельзя. Люди, которые в будни не завтракают вообще, имеют на треть повышенный риск кровоизлияния в головной мозг. Исследователи из Университета Осаки проследили за группой из 83 тысяч человек в возрасте 45-74 лет. Добровольцы проходили регулярное медицинское обследование в течение 25 лет, что длилось исследование. Оказалось, что отсутствие завтрака значительно повышало артериальное давление. Именно этот фактор является основной причиной кровоизлияний в мозг.

Еще следует отметить, что отказ от завтрака никак не поможет сбросить лишний вес. В другом исследовании ученые доказали, что отказ от этого приема пищи лишь увеличивает вероятность ожирения.

Так кому доверять - российскому светилу, японским ученым или ВОЗ - решать лично каждому.

medvesti.com

## Курящим россиянам ограничат бесплатную медпомощь

Внештатный специалист российского Минздрава Сергей Бойцов заявил, что гражданам, которые курят и не следят за состоянием своего здоровья, будет предоставлен ограниченный объем бесплатной медпомощи.



По словам Бойцова, на оказание бесплатной медицинской помощи тратятся большие средства, и в развитых странах мира размер такой помощи четко диф-

ференцирован. Граждане должны самостоятельно следить за здоровьем - не курить и вовремя проходить диспансеризацию. Финансовая стимуляция в

данном вопросе малоэффективна, уверен Бойцов.

По словам эксперта, новые стандарты не будут нарушать конституционное право россиян на неотлож-

ную помощь и проведение сложных медицинских процедур по спасению жизни и здоровья. Однако граждане РФ должны понимать, что потенциал фонда соцстрахования имеет конечный предел. В связи с этим эксперт предлагает проводить обязательные профилактические мероприятия и отказаться от курения.

medinform.net

## Признание якутской фтизиатрии научным сообществом республики

На состоявшемся 9 февраля 2016 г. торжественном заседании, посвященном Дню российской науки, директору Научно-практического центра «Фтизиатрия», доктору медицинских наук Александру Федоровичу Кравченко вручена медаль им. Н.В. Черского «За выдающийся вклад в развитие науки Республики Саха (Якутия)».



Это высшая ведомственная награда Государственного комитета Республики Саха (Якутия) по инновационной политике и науке.

А.Ф. Кравченко является новатором во многих областях медицины, научным руководителем многих научно-исследовательских работ по хирургии, фтизиатрии, микробиологии, рентгенологии, по которым защищены 3 докторские и 4 кандидатские диссертации. Им разработаны и запатентованы 12 изобретений и устройств в области хирургии, обезболивания.

При самом непосредственном участии А.Ф. Кравченко началось комплексирование проведения на-

учных работ с различными федеральными научными учреждениями Российской Федерации, филиалами Сибирского отделения Российской Академии наук.

В настоящее время служба фтизиатрии республики работает во многих международных проектах, включена в состав рабочей группы по циркулярному эпиднадзору стран Арктики.

И самым важным является то, что А.Ф. Кравченко продолжает лучшие традиции основателей ЯФИТ-ЯНИ-ИТ - поддерживаются инициативы и инновации, создается творческая атмосфера в коллективе. В формате свободного общения и обмена идеями Александр Федорович проводит мастер-классы как на сертификационных и обучающих циклах, так и среди молодых ученых и специалистов центра. Подтверждением этому является то, что молодые ученые и специалисты НПЦ «Фтизиатрия», впервые приняв участие интеллектуальной игре «Что?

Где? Когда?», прошедшей 4 февраля 2016 г. и организованной Академией наук РС(Я) и СО НКО «Научно-образовательный фонд поддержки молодых ученых РС(Я)», неожиданно для многих научных организаций стали победителями, опередив 12 команд из различных научных и образовательных учреждений.

В завершение декады Дней российской науки в НПЦ «Фтизиатрия» был проведен конкурс мастерства и эрудиции среди молодых ученых и специалистов центра, викторина и конкурс на самое оригинальное исполнение эмблемы совета молодых ученых и специалистов центра.

Во время «круглого стола», который прошел в формате свободного общения, директор НПЦ «Фтизиатрия» А.Ф. Кравченко поделился своими личными впечатлениями о неизвестных страницах жизни известных ученых, открытиях и изобретениях, о мифологии медицины. Интерес оказался столь огромным, что молодые специалисты вышли с предложением провести с ними отдельный расширенный «классный час» по этой увлекательной и интересной теме.

ГБУРС(Я) НПЦ «Фтизиатрия»

## Читайте в номере:



Резонансное дело

Дело «врача-убийцы» не оставило равнодушных и в Якутске

стр 4-5



Призвание

Мария Карымова: «Быть преданным профессии врача...»

стр 6-7



На приеме

Педиатр и гастроэнтеролог Валентина Борисова: «Здоровье детей - на первом месте!»

стр 8



Гость номера

Анатолий Назаров: «Нам хотелось бы вывести офтальмологическую службу на новый уровень»

стр 9



По просьбе читателей

Новые программы по снижению веса от Victory Clinic - путь к здоровью и успеху!

стр 10-11



Актуальная тема

Чем опасно самолечение

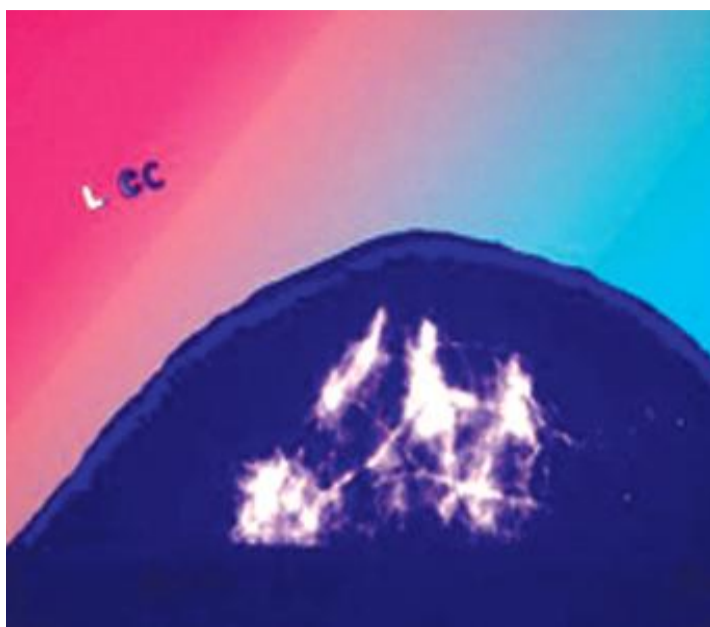
стр 12



Вкусняшка

Худеем... вкусно!

стр 16



# Ученые решили проблему образования метастазов при раке

Группа исследователей из Лондонского института исследования рака в рамках своей работы обнаружили особый белок.

Это вещество при определенных условиях может остановить распространение рака груди по всему организму. Проще говоря, белок ERNA2 блокирует метастазы и не дает раковым клеткам образовывать новые опухоли в органах

и лимфатических путях. Об этом рассказывает The Daily Mail.

Достаточно активировать белок, чтобы «запереть» клетки в пределах кровяных сосудов. Открытие ученые приравнивают к настоящему прорыву в медицине: найден метод победы над раком груди, одним из самых грозных заболеваний для женщин.

Теперь специалисты ищут способ, позволяющий повышать активность белка в течение длительного

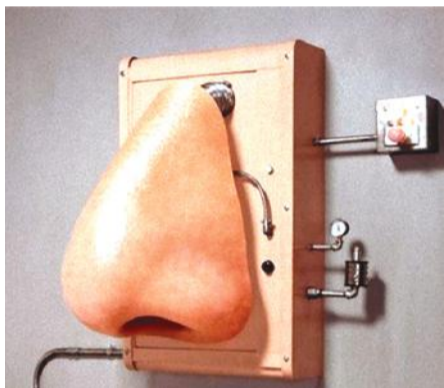
времени, хотя бы в период проведения лучевой и химиотерапии, в сочетании с хирургическими методами.

Отметим, не так давно фармацевты подтвердили эффективность палбоциклиба в лечении рака груди и некоторых других онкологических заболеваний. Препарат замедляет процесс деления раковых клеток.

medvesti.com

## «Электронный нос» поможет диагностировать болезни

Газовый анализатор, разработанный группой ученых из Томского государственного университета под руководством Тимура Муксунова, найдет применение не только в диагностике.



Газоанализатор также способен оценить качество пищевой, косметической и медицинской продукции, распознавать наркотические и взрывчатые вещества.

Для анализа смесей газов используются полупроводниковые сенсоры. Авторы утверждают, что точность распознавания газового состава довольно высока — им удалось подтвердить это с помощью экспериментов. Ученые уже проверили с помощью прибора свежесть овощей и фруктов — устройство, проанализировав выделяемые плодами газы, помогло отличить свежие овощи и фрукты от партии, начавшей портиться.

«Электронный нос» сможет использоваться и для диагностики — с его помощью станет возможно анализировать выдыхаемый пациентами воздух, состав которого меняется в зависимости от состояния здоровья испытуемого.

Авторы отмечают, что сейчас оценивается эффективность созданного ими прибора.

medportal.ru

### ПРОГРАММА ВЕДЕНИЯ БЕРЕМЕННОСТИ И ПОДГОТОВКИ К РОДАМ

## 9 МЕСЯЦЕВ

VICTORY CLINIC ПРЕДЛАГАЕТ БУДУЩИМ МАМАМ УНИКАЛЬНУЮ ПРОГРАММУ КОМПЛЕКСНОГО НАБЛЮДЕНИЯ НА ПРОТЯЖЕНИИ 9 МЕСЯЦЕВ И ПОДГОТОВКИ К РОДАМ. САМЫЕ ОПЫТНЫЕ И КВАЛИФИЦИРОВАННЫЕ ГИНЕКОЛОГИ, ЛУЧШИЕ В ГОРОДЕ ВРАЧИ УЗИ И ПРОСТО УЮТНАЯ АТМОСФЕРА КЛИНИКИ СДЕЛАЕТ ВАШЕ ПРЕБЫВАНИЕ У НАС КОМФОРТНЫМ.

- ПЛАНОВЫЕ ОСМОТРЫ ВРАЧА АКУШЕРА - ГИНЕКОЛОГА;
- КОНСУЛЬТАЦИИ УЗКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ;
- ВСЕ НЕОБХОДИМЫЕ ЛАБОРАТОРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ;
- ЛЕЧЕНИЕ У СТОМАТОЛОГА С 20 % СКИДКОЙ;
- УЗИ ИССЛЕДОВАНИЯ;
- ОФОРМЛЕНИЕ ВСЕЙ НЕОБХОДИМОЙ ДОКУМЕНТАЦИИ;
- ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В «ШКОЛЕ МАТЕРИНСТВА»;
- ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ РАССРОЧКА ПРИ ОПЛАТЕ ПРОГРАММЫ;
- ДЕЙСТВУЕТ СИСТЕМА СКИДОК.

РЕКЛАМА

МЫ ЖДЕМ ВАС ПО АДРЕСУ:  
Г.ЯКУТСК, ПР. ЛЕНИНА, 3/1 (3 ЭТАЖ)  
ЕДИННЫЙ CALL-ЦЕНТР: 421-000, 425-000  
МЕНЕДЖЕР: +79245935095 (WHATSAPP)

© НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ  
ЛИЦЕНЗИЯ №АО - 14 - 01 - 001488 ОТ 13 НОЯБРЯ 2014 ГОДА



## Ученый СВФУ разработала методику лечения с помощью минеральной воды «Абалахская»

Младший научный сотрудник медицинского института СВФУ Наталья Тимофеева предлагает новый способ лечения хронического гастрита и сопутствующего хронического холецистита с помощью минеральной воды.

Ее проект стал одним из победителей конкурса гранта Главы РС(Я) молодым ученым, специалистам и студентам. Награды были вручены 10 февраля.

Лаборатория «Медицинские технологии в гастроэнтерологии» мединститута СВФУ занимается исследованием минеральной воды озера Абалах в Мегино-Кангаласком улусе. «Разработкой способов



лечения сочетанного хронического гастрита и холецистита я занимаюсь третий год. Патологии желчного пузыря при гастрите встречаются часто, этому способствует

нарушение режима питания, которое наблюдается почти у каждого жителя Якутии», — рассказывает младший научный сотрудник лаборатории Наталья Тимофеева.

Метод лечения был апробирован среди пациентов Абалахского республиканского центра восстановительной медицины и реабилитации во время специализированных гастроэнтерологических заездов. «Пациенты принимали минеральную воду под присмотром врача, по особому режиму. Для каждого были подобраны индивидуальный режим, темп и температура воды. Самостоятельно ее принимать нельзя», — отмечает врач. Лечение было апробировано в течение двух лет, исключая пациентов с желчнокаменными болезнями.

Молодой ученый планирует продолжить научный проект и обучиться методам биохимического исследования желчи на базе Томского научно-исследовательского института курортологии.

Полезные свойства воды озера Абалах были исследованы в 1998 году Томским НИИ курортологии. Отмечена значимость минеральной воды в профилактике и лечении хронических заболеваний органов пищеварения.

Всего участниками конкурса грантов Главы Республики Саха (Якутия) молодым ученым, специалистам и студентам в 2016 году стали 120 исследователей и членов научных коллективов. Молодые ученые СВФУ стали победителями в направлениях «Физико-математические науки», «Химические науки», «Науки о Земле» и «Медицинские науки».

Татьяна НОХСОРОВА,  
редакция новостей СВФУ.  
Фото: Мичил ЯКОВЛЕВ

# Татьяна Дмитриева: санаторий был ее детищем...

На восьмом километре Покровского тракта выросли новые современные корпуса Республиканского детского туберкулезного санатория имени Татьяны Парфеньевны Дмитриевой, основательницы и первого главного врача санатория, заслуженного врача РСФСР и ЯАССР, отличника здравоохранения СССР, кавалера орденов Ленина, Трудового Красного Знамени и «Знак Почета».



Внучка Т.Дмитриева, А.Кравченко и невестка А. Черепанова

Сорок один год коллектив единомышленников - прекрасных специалистов, медицинских работников и педагогов - работал под руководством этой маленькой, хрупкой женщины с сильным характером.

Детский костный санаторий, именно так он и назывался тогда, был открыт поздней осенью 1939 года. Ситуация с детским костным туберкулезом в России в то время была очень сложной. В 1944 году для многих стало неожиданным сообщение академика Тимофея Краснобаева на первом пленуме Совета по борьбе с туберкулезом Наркомздрава СССР и РСФСР. Профессор доложил тогда, что получил сведения из Якутска, где есть санаторное отделение общей больницы, в котором прекрасно организовано лечение детей, больных костно-суставным туберкулезом, а организовавший его врач прошел в свое время хорошую школу по костному туберкулезу и показывает хорошие результаты.

Надо сказать, что решающим фактором лечения Краснобаев признавал не климат, а «знающего, разумного врача, который, начав лечение, должен довести его до победного конца», и такого врача он нашел в выпускнице Ленинградского медицинского института Татьяне Дмитриевой.

Узнав о проведении Республиканским детским туберкулезным санаторием юбилейной научно-практической конференции, посвященной 110-летию со дня рождения Т.П. Дмитриевой, я поехала в санаторий, чтобы встретиться с родственниками Татьяны Парфеньевны.

Татьяну Геннадьевну

Дмитриеву и Альбину Прокопьевну Черепанову нашла рассматривающими старые фотоальбомы. Внучка и невестка легендарного детского фтизиатра - люди, которые знали ее не понаслышке.

Татьяна Геннадьевна, внучка Татьяны Парфеньевны, вспоминает, что у бабушки был очень теплый дом, где детей, несмотря на строгие правила, очень любили и даже баловали: «Я помню, как мы с моими двоюродными братьями и сестрами устраивали каждый праздник «концерты», а взрослые терпеливо смотрели и громко нам аплодировали».

Татьяна вторая очень похожа на бабушку. Ей здорово повезло, что в начале своего пути к профессии она имела возможность работать под руководством бабушки - санитаркой в детском санатории. И дома, и на работе Татьяна Парфеньевна была рядом, и, скорее всего, на выбор ею профессии педиатра повлияла именно пример бабушки.

Я видела, как она работает, как общается с коллегами, больными детьми и их родителями, - рассказывает Татьяна Геннадьевна. - Конечно, большую часть своего времени она проводила в санатории, даже будучи дома, бабушка постоянно звонила на работу, узнавала, как там дела, как дети. Бабушка была очень строгой, но справедливой и доброй. Никому ни при каких обстоятельствах не прощалось недобросовестное отношение к работе или, не дай бог, грубость по отношению к детям. Разнос следовал немедленно и по полной программе.

Иначе и быть не

могло. Санаторий был ее детищем, она вынашивала мечту о нем, доказывала его остроту необходимость для больных туберкулезом детей, добивалась строительства первых его деревянных корпусов, дневала и ночевала в нем, борясь за жизнь очередного маленького пациента, жила им.

Сегодня трудно поверить, что еще до середины прошлого века в нашей республике туберкулез, наравне с трахомой и глистной инвазией, был очень распространенным заболеванием. Туберкулезом болели взрослые и дети, а его костно-суставная форма была настоящим бичом, уносившим многие детские жизни и оставившим многих калеками и инвалидами на всю жизнь. В такой обстановке открытие в Якутске в 1939 году детского туберкулезного санатория было настоящим, как бы сейчас сказали, прорывом.

Санаторий сразу же стал центром лечения костно-суставного туберкулеза не только для Якутии, здесь получали лечение дети и подростки из нескольких регионов Сибири и Дальнего Востока.

Уже в 1942 году медико-педагогический коллектив проводил полный комплекс лечебно-оздоровительного процесса. Врачи санатория первыми в Якутии стали применять антибактериальные препараты, проводить хирургические операции.

Больные дети находились в стенах санатория от восьми до десяти лет, поэтому почти сразу же при санатории была открыта начальная школа. А ведь это был первый год Великой Отечественной войны, можно представить, как тяжело было не то что учебными принадлежностями и учителями, а даже лекарствами и надлежащим медицинским обслуживанием обеспечить больных детей...

На старых фотографиях, которые нынешний коллектив санатория бережно хранит, можно видеть неподвижно лежащих детей, длинные ряды железных кроватей на большой веранде, детей в жестких корсетах и на костылях, медиков и учителей рядом с ними. Который раз вижу эти фотографии и не перестаю удивляться - такие просветленные, чистые и добрые лица людей, на них запечатлены.

В основу работы санатория с первых дней его работы был положен метод, предложенный профессором Краснобаевым, который включал целый комплекс мероприятий. Он считал необходимыми при детском костном

туберкулезе лечение на месте с использованием природных факторов, идеальный уход, эстетическое воспитание (!), обеспечение больных высококалорийным питанием. В эту систему также входила разгрузка больного органа - создание ему покоя по правилам ортопедической хирургии (гипсовые повязки, вытяжения, мягкие фиксаторы и многое другое).

Один из главных факторов лечения, считал Тимофей Петрович, - хорошее настроение больного, постоянное его участие в жизни, соответствующее его возрасту.

Предварительные сроки лечения в санатории определялись годами, в первые годы сюда поступали дети с запущенной формой костно-суставного туберкулеза, поэтому сразу встал вопрос об открытии при санатории школы. В 1940-41-м учебном году школа была открыта. Дети учились, лежа в гипсовых кроватках.

В 1953 году были построены новые деревянные корпуса санатория, окруженные сосновым бором. Сколько радости принесло строительство их главному врачу, каким огромным событием для коллектива стало новоселье...

Сорок один год Татьяна Дмитриева, выпускница Первого Ленинградского медицинского института имени И. Павлова, работала главным врачом Республиканского детского костно-туберкулезного санатория, созданного благодаря ее неординарной энергии и таланту.

Думала ли она, что спустя годы созданный ею детский санаторий всего-то на 25 коек вырастет в крупное лечебное учреждение и будет носить ее имя?

Вот теперь и ее внучка Татьяна тоже лечит детей. Гепатолог, доктор медицины, заведующая курсом детских инфекционных болезней медицинского института Северо-Восточного федерального университета.

Грамотный специалист, очень хороший врач, - сказала мне профессор Надежда Саввина, под чьим руководством Татьяна защитила докторскую в Первом Московском государственном медицинском университете в 2014 году.

Врачом из ее детей и внуков стала только я, - говорит Татьяна, - но, может быть, пойдут в медицину внуки, уже мои.

Внуки внуков... Это было бы справедливо. Беседа с Татьяной, я сижу напротив большого портрета ее легендарной бабушки на стене и ловлю себя на мысли, что они удивительно похожи - бабушка и внучка. Глаза, черты лица, строгость во взгляде, что-то еще, неуловимое, но такое дмитриевское.

Рассказ Татьяны продолжает невестка Татьяна Парфеньевна Альбина Прокопьевна Черепанова, автор книг о Дмитриевой. Татьяна приносит мне только что вышедшую книгу «И вечно имя доброе живет», которую Альбина Прокопьевна написала в соавторстве с нынешним директором сана-



Легендарная Татьяна Дмитриева

тория Василием Петровичем Старостиним и заслуженным врачом ЯАССР, отличником здравоохранения России, врачом высшей квалификационной категории, фтизиатром Николаем Никифоровичем Григорьевым.

В доме Дмитриевых было столько архивных документов, фотографий, связанных с научной и общественной деятельностью Татьяны Парфеньевны (она не успела защититься, хотя материалы к ее диссертации на соискание ученой степени было предоставлено), что было бы просто неправильно оставить их пропадать. Поэтому в мои книги вошли ее работы, воспоминания тех, кто работал с ней, воспитанников и их родственников, - говорит Альбина Прокопьевна.

Т.П. Дмитриева - человек-легенда, видный государственный и общественный деятель республики, талантливый врач и организатор здравоохранения, высококвалифицированный клиницист и диагност, внесла неоценимый вклад в искоренение костно-суставной формы туберкулеза у детей, - пишет сегодняшний коллектив санатория.

Кстати, мне тоже посчастливилось видеть и общаться с Татьяной Парфеньевной Дмитриевой - мой младший сын в детстве несколько месяцев получал лечение в Якутском детском туберкулезном санатории, и я хорошо помню, как внимательно Татьяна Парфеньевна относилась к каждому ребенку и как внимательно была к родителям... Меня, молодую маму, перепуганную неизвестным диагнозом и совершенно не представлявшую, что ждет моего ребенка в санатории, поразило, что она, главный врач, так проста и доступна. К ней можно было обратиться с любым вопросом и получить исчерпывающий ответ, причем говорила Татьяна Пар-

феньевна всегда с искренней доброжелательностью. От нее исходило тепло поистине материнское.

Есть профессии, - пишет в своей книге «И расправил ты свои крылья...» А.П. Черепанова, - для которых мало быть очень трудолюбивым, работать безупречно, честно и много знать. Есть профессии, которые требуют человека целиком - всю его душу, все его помыслы. Есть профессии, для которых надо обладать даром великой, жертвенной любви. Именно такой коллектив работает в санатории.

И это неудивительно, именно таким и должен был быть коллектив, который создала эта необыкновенная женщина.

За семьдесят пять лет в санатории пролечились около тридцати трех тысяч детей, около пяти тысяч из них - больные костно-суставным туберкулезом.

Сегодня детский туберкулезный санаторий - современный клиникo-диагностический лечебно-реабилитационный центр, участник Национального реестра «Ведущие учреждения здравоохранения России». РАТС имени Т.П. Дмитриевой, как головное учреждение по оказанию санаторной помощи детям из групп риска по туберкулезу в республике, выполняет роль организационно-методического центра и проводя кураторскую работу по оказанию практической помощи районным детским туберкулезным санаториям, вносит значительный вклад в совершенствование оказания санаторной помощи детям.

P.S. За всю историю существования у санатория были только три главных врача: Татьяна Дмитриева, Людмила Матвеева и сегодняшний главный врач Василий Старостин.

Зоя ИГНАТЬЕВА



Участники конференции

# Дело «врача-убийцы» не оставило равнодушных и в Якутске



Увы, в медицине, как и в обществе в целом, порой происходят ужасающие ЧП, резонансные дела на всю страну. Это дело шокировало не только медицинскую общественность, но и жителей всех уголков России, в том числе и Якутии.

## Как все было и что показала проверка?

Напомним, что 9 января 2016 года по факту смерти мужчины в Белгородской больнице №2 возбуждено уголовное дело по части 1 статьи 109 УК РФ («Причинение смерти по неосторожности»). Инцидент, не оставивший равнодушными никого по всей стране, произошел в приемном покое отделения терапии под занавес уходящего года, а именно 29 декабря 2015 года.

Прокурорская проверка вскрыла множество нарушений во второй городской больнице Белгорода, где 29 декабря хирург отправил в смертельный «нокаут» пациента. После того, как видео потасовки появилось в Интернете, разразился грандиозный скандал. Санкции не заставили долго ждать себя. В первый же день после новогодних каникул с должности сняли главврача. Больницу буквально наводнили проверяющие. С визитами в лечебное учреждение пришли не только работники прокуратуры, но и Роспотребнадзора, Росздравнадзора, департамента здравоохранения и соцзащиты, Гострудинспекции, Фонда обязательного медицинского страхования, пожарные и сотрудники наркоконтроля.

В частности, всплыли нарушения трудового законодательства. К примеру, арестованный врач Илья Зелендинов за 2015 год отработал сверхурочно **468 часов!** Это в четыре раза превышает установлен-

ную, сверхурочную годовую норму — **120 часов.** Разумеется, работал сверхурочно не он один. Кстати, ранее депутат Госдумы Олег Куликов выдвинул версию о том, что причиной такого поведения хирурга могло стать угнетенное состояние.

Что касается погибшего Евгения Вахтина, то, судя по выводам экспертов в области анестезиологии-реаниматологии и хирургии, ему с момента поступления в больницу медицинская помощь оказывалась с нарушением стандартов. Изначально пациентом занимался другой врач. Он почему-то не указал время осмотра в журнале приема больных, не отразил тяжесть состояния Вахтина, гемодинамические показатели (пульс, кожные покровы).

Не был установлен предварительный диагноз. Не обосновано назначение консультации терапевта и невролога. В документации также отсутствует запись о том, каким образом больного переместили из хирургического корпуса в терапевтическое отделение, где и произошла потасовка. Проверяющие также не обнаружили в соответствующем журнале записи осмотра врача-терапевта, времени и причины ухудшения состояния пациента, обоснования вы-

зова анестезиолога-реаниматолога, данных о проведении реанимационных мероприятий и их эффективности.

Медсестра, за которую выступил врач-«боксер», исходя из выводов Росздравнадзора, не должна была делать пациенту промывание желудка. Девушка училась на пятом курсе мединститута. Она проработала в больнице примерно полгода, ее взяли на четверть ставки. Делать пациенту промывание желудка она имела право только при наличии «корочки» медсестры. Получить ее у девушки была возможность. Как рассказали студенты, экзамен «по допуску к медицинской деятельности на должность среднего медицинского персонала» можно было по желанию сдать на четвертом курсе. Воспользовалась ли этим шансом девушка, в деканате уточнить не удалось. Там сухо ответили: «Без комментариев». А, по данным прокуратуры области, в больнице не смогли предоставить проверяющим выписку из протокола о сдаче девушкой соответствующего экзамена.

Кроме того, в акте смерти Евгения Вахтина не отражена хронология проведения реанимационных мероприятий, не детализирована интенсивная терапия и отсутствуют данные о проведении ЭКГ-мониторинга. Об инциденте больница должна была письменно проинформировать правоохранительные органы в течение одного рабочего дня, но медики ограничились телефонограммой.

И это еще не весь перечень того, чем остались недовольны проверяющие.

— *Медицинским учреждением допускаются многочисленные нарушения законодательства о здравоохранении, о пожарной безопасности, трудового законодательства, законодательства о персональных данных. Не соблюдаются сроки информирования органов внутренних дел о поступлении пациентов, которым причинен вред здоровью в результате противоправных действий. Выявлены нарушения порядка*





обращения с наркотическими и психотропными веществами, - прокомментировали в пресс-службе прокуратуры Белгородской области.

По информации ведомства, в нарушение приказа Минздрава России в отделении анестезиологии и реанимации имеются только шесть аппаратов искусственной вентиляции легких с увлажнителем и монитором параметров дыхания вместо четырехнадцати положенных. Электростимулятор вообще отсутствует. В операционном блоке хирургического отделения нет дифибрилятора и другого необходимого медицинского оборудования.

При этом руководством больницы меры к приведению в соответствие с приказами Министерства здравоохранения Российской Федерации палат хирургического отделения и отделения анестезиологии и реанимации, операционной (операционного блока) не принимались, заявили в прокуратуру.

### Что думают врачи Якутии?

Опрошенные якутские врачи почти все отказались официально как-то комментировать произошедшее ЧП, но все были едины в одном — «такого в медицине не должно быть, это пятно на всех врачей». Однако нашлись смельчаки, которые все-таки высказали свою точку зрения.

### Нюргун Степанов: «Это адская работа!»

На своей странице в фейсбуке главный врач Нерюнгринской ЦРБ Нюргун Степанов прокомментировал данный инцидент так: «Наблюдаю очередную шумиху по поводу происшествия в Белгороде. Ну что сказать? Нисколько не оправдываю врача и медперсонал. Но есть большое «но». Кто работал в приемном покое, только они поймут. Для того чтобы разобраться, попробуйте в выходной день подежурить в «приемнике». Медперсонал «приемника» работает в нечеловеческих условиях, а заработная плата меньше, чем в поликлинике. Ночью в «приемник» стекается вся нечисть города: вшивые, вонючие бомжи, пьяные кухонные «герои», у-

ловники, проститутки. Каждый день трупы, избитые, раненные. В праздничные и выходные дни «приемник» превращается в поле боя. 90% пациентов пьяные, вымещают злобу за свои неудачи, за мизерные зарплаты и пенсии на медсестрах и врачах. Не каждый выдержит такую работу. Персонал приемного покоя пьет по черному, никто их не понимает дома (обычно у них нет семей). И живут они очень недолго. Видел я санитара, повесившегося в туалете «приемника», видел врача, вскрывшего себе вены на дежурстве. Проведите анализ судеб людей, работающих в «приемниках», - никому такой доли мало не покажется. Надо ввести отдельные должности для этой работы — «врач приемного покоя», «медсестра приемного покоя». С оплатой труда не менее 200 тысяч рублей в месяц. Тогда, может, вместо неудачников и несчастных людей в приемный покой придет настоящая элита медицины».

### Артем Тимофеев: «К нам пьяные поступают почти каждый день...»

Интересно, что главный врач Нерюнгринской ЦРБ Нюргун Степанов далеко не единственный, кто рассказал об ужасающих условиях в больницах. Вот чем поделился с журналистом Артем Тимофеев, заведующий приемным отделением Республиканской больницы № 2 — Центра экстренной медицинской помощи:

- Пьяные пациенты поступают почти каждый день, будь то праздники, выходные или будни. Их привозят после драк, застолий, из ночных клубов, немало и бытовых алкоголиков. В основном это битые, с ссадинами, ушибами, сотрясениями, ножевыми ранениями, желудочными кровотечениями, панкреатитом, обострениями хронических заболеваний на фоне употребления алкоголя, носовыми и челюстными переломами, судорогами алкогольного генеза пациенты. Что касается охраны, то она в отделении всегда была. И если раньше был всего один охранник, то сейчас их двое. В вечернее время также дежурит один сотрудник полиции.

Пьяные пациенты довольно

часто буйствуют. И не только сами пациенты, но и сопровождающие их люди, родственники. Вместо того, чтобы дома заботиться о здоровье своего близкого, принять меры, чтобы человек не употреблял алкоголь, не губил свое здоровье, они начинают проявлять так называемую «заботу» в приемном отделении через врачей и медсестер приемного отделения. Сестер постоянно ругают и иногда плюют прямо в лицо! По поводу произошедшего в Белгороде я думаю, что как мужчина врач должен был заступиться за женщину, но решать проблему надо было не кулаками. Однако чужая душа — потемки, и у каждого человека свои тараканы в голове...

### Удивительно, но факт: текучки в РБ №2 нет...

Наверное, читатели могут подумать, что из такой больницы врачи и медсестры бегут. Удивительно, но в РБ №2 - ЦЭМП как раз-таки острой текучки кадров нет. И это стало возможным благодаря их главному врачу Борису Андрееву, который на уровне правительства республики и народных депутатов доказал и добился, чтобы работникам приемного отделения и реанимации повысили стимулирующую часть зарплаты. Так что теперь их доход выгодно отличается от заработка медиков других отделений.

Кстати, за 10 дней новогодних праздников в приемном отделении Республиканской больницы №2 — Центра экстренной медицинской помощи около 200 обращений пациентов были с алкогольными опьянениями и алкогольными интоксикациями.

### Кстати...

Четыре года назад на эстакаде приемного отделения РБ №2 - ЦЭМП заведующий отделением Артем Тимофеев стал жертвой пьяных... милиционеров. Об этом тогда писали многие СМИ. Напомним, что в тот вечер к дверям приемного отделения подъехала автомашина с громкой музыкой. А следует отметить, что эстакада предназначена исключительно для автомашин скорой помощи. Когда Тимофеев вышел, сделал замечание и попросил освободить эстакаду,

один из сидевших в автомашине мужчин вышел и ударил головой о голову Тимофеева. Завязалась драка, и последнему пришлось защищаться костылями больного, который сидел рядом на скамейке. Нападавшим оказался... сотрудник милиции (второй в автомашине - тоже), который заглянул «на огонек» к своему коллеге, дежурившему в тот вечер в отделении. Последний, кстати, и «разрулил» ситуацию. Вскоре состоялся суд, после которого милиционера-драчуна уволили из органов...

### Что думают «наверху»?

Нам было важно и мнение руководства Минздрава РС(Я) по «белгородскому ЧП». Мы задали всего один вопрос А.И. ВЕРБИЦКОЙ, заместителю министра здравоохранения РС(Я).

- Людмила Ильясовна, как вы считаете, почему врачи в наше время могут поднять руку на пациента? Это нонсенс или это проблема общества и врачей в целом?

- Это проблема комплексная. Отсутствие контроля со стороны администрации медицинских организаций за дресс-кодом поведения медперсонала и, конечно, проблема культуры и воспитания самого врача. Такое поведение - обычное невежество, которое стало возможным, когда любая деятельность бесконтрольна. Установить видеонаблюдение - это не та мотивация контроля.

### Леонид Харлампьев: «Это «синдром профессионального выгорания»

Интересную версию по громкому делу высказал Леонид Харлампьев, врач-терапевт, популярный блогер:

- У белгородского врача явный синдром профессионального выгорания с неконтролируемым всплеском агрессии. Ему нужно было бы выспаться и отдохнуть пару месяцев. Ясно, что беспощадная эксплуатация без перспектив улучшения финансового благополучия, летальные случаи и юридические претензии родственников пациентов могли довести врача до белого каления с закономерным возникновением

конфликта, нанесением травмы и непреднамеренным убийством пациента Бахтина. А если посмотреть глубже, то раздувание этой истории отдает явной попыткой отвлечь внимание населения страны от прогрессирующего ухудшения экономического благосостояния. Цены на продукты и товары растут, зарплаты не повышаются. Основная часть населения стремительно беднеет. Думаю, что недалек тот день, когда опять начнут как грибы появляться разные «волшебники» и «кашпировские». Начнется «охота на ведьм» и бандитский беспредел.

### А что думают пациенты Якутии?

Марина Семенова, сотрудник банка:

- Если врач поднял руку на пациента, да так, что тот скончался на месте, это уже не врач. Это бандит и убийца! Нет никакого оправдания белгородскому убийце в белом халате. Судя по видео, врач какой-то псих. Конечно, в обычных больницах и поликлиниках у врачей очень тяжелая работа, много пациентов, но если кто-то из них уже устал работать, пусть уходит и ищет другую работу. Зачем набрасываться на пациентов?

Татьяна Заболоцкая, педагог:

- Мы привыкли к тому, что медики всегда приходят на помощь людям, ведь это не только их работа, они дают клятву Гиппократова. И когда я увидела в Интернете это видео, стало не по себе. Даже не верится, что врач смог так жестоко избить пациента, что тот даже больше не встал. Страшно, что проявление агрессии и жестокости дошло в нашем обществе уже и до врачей.

Владимир Игнатьев, предприниматель:

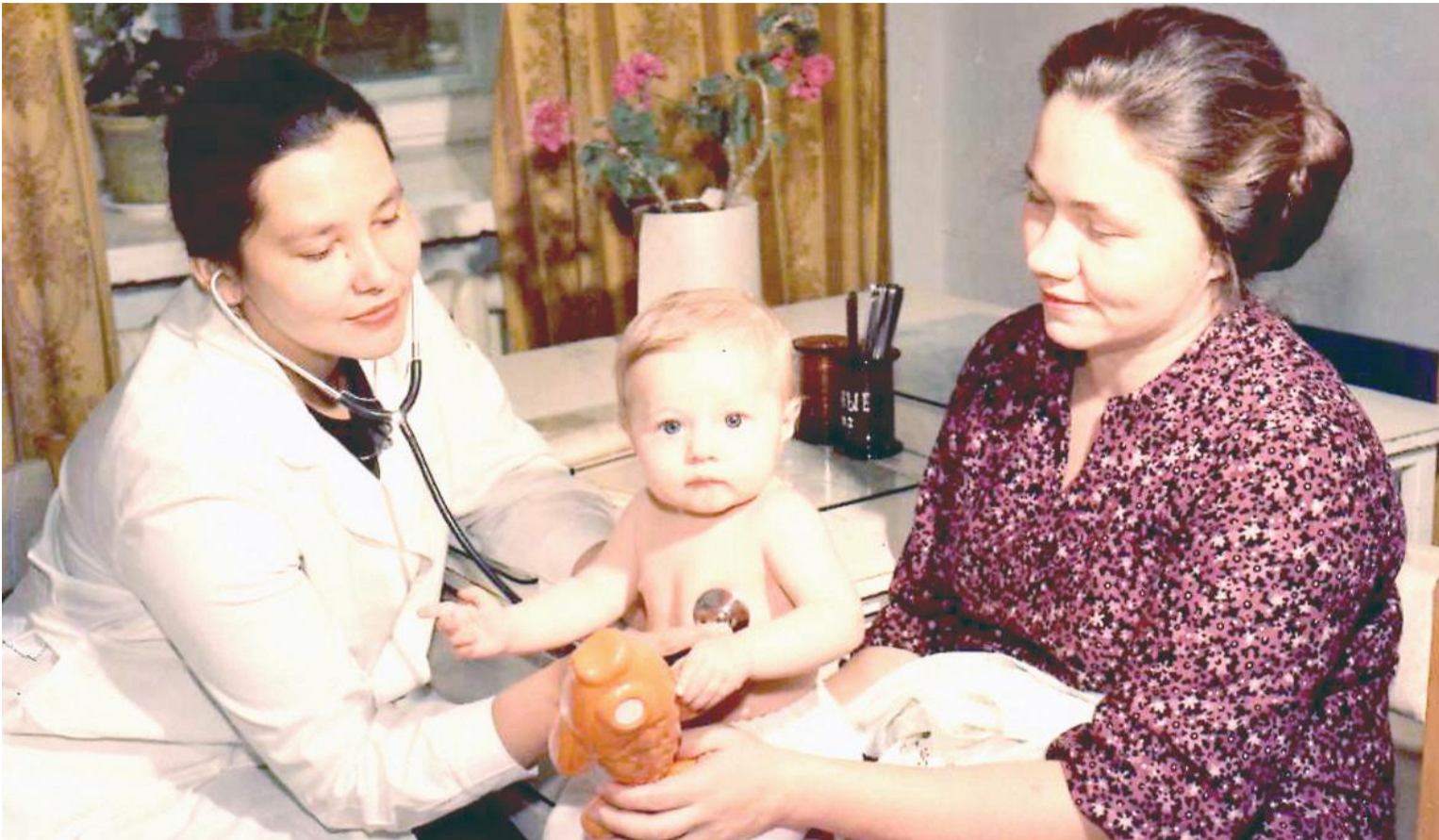
- Во всей этой жуткой трагедии виновата молодая медсестра, которая нажаловалась врачу. Да, врач оказался неадекватным, психованным. Надеюсь, что якутские врачи просто так не кинутся на нас с кулаками, когда мы придем к ним на прием...

Алексей Павлов, директор Театра юного зрителя РС(Я):

- Я считаю, что этот случай - нонсенс, позор, который лег пятном на всю медицинскую общественность. Лично я к врачам отношусь как к спасителям, потому что в нашей республике очень много высокопрофессиональных, одаренных и добрейших врачей. Благодаря операции, проведенной самым талантливым кардиохирургом Петром Ивановичем Захаровым в 2009 году, я живу сейчас полноценной жизнью, работаю и творю.

Вместо P.S: наша статья основана только на мнении самих якутских врачей и пациентов. Мы не стали разбираться в причинах того, почему врачи доходят до прямого рукоприкладства и даже убийства своих пациентов. Но так или иначе ясно одно — причин очень много, и все они главным образом касаются самой системы государственного здравоохранения и медицины. Может, пришло уже время кардинально менять саму систему?..

Ирина ПАРНИКОВА, в материале использованы также факты и сведения из статьи vrachirf.ru



В первые годы работы в поликлинике №1

## Мария Карымова: «Быть преданным профессии врача...»

Есть люди, встреча с которыми всегда оставляет какой-то позитивный и добрый след в душе. Наша сегодняшняя героиня — одна из них. Мария Дмитриевна Карымова — один из опытейших врачей-аллергологов-иммунологов Якутии, отличник здравоохранения РС(Я) и просто душевная, приветливая женщина.



### О далеком детстве

Мария Дмитриевна родилась в семье педагогов. Мама, Галина Васильевна, по образованию учитель химии, а отец Дмитрий Дмитриевич — учитель истории. После окончания пединститута родители нашей героини были направлены в село Бердигестях Горного улуса. Там они проработали шесть лет, а затем Дмитрий Дмитриевич стал директором школы. В это время как раз и появилась на свет маленькая Маша. Так как родители сами были из Олекминска, то со временем они вернулись в родной городок. Отец стал работать в техникуме механизации и электрификации, а позже был на-

значен директором этого техникума и возглавлял его около 20-ти лет. Дмитрий Дмитриевич был человеком, преданным делу образования и воспитания студентов. А мама нашей героини, Галина Васильевна, всю жизнь отдавала знания и опыт для развития родной школы, в свое время была одним из лучших учителей химии, ее ученики были победителями различных олимпиад. Через три года в семье педагогов родилась еще одна дочка и младшая сестра Марии — Наталья. Родители всегда были на работе, и маленькие девочки, помогая по хозяйству, росли очень ответственными и трудолюбивыми. Жили на берегу сверкающей лазурными волнами матушки-реки Лены. И как толь-

ко начинался купальный сезон, две сестры — Маша и Наташа — до самого сентября не выходили из вод любимой реки. Воспоминания тех лет у нашей героини Марии Дмитриевны самые теплые, солнечные, ведь это были времена счастливого детства. У них, тех девочек с любознательными глазами, всегда были очень красивые платья, сшитые маминими руками. Каждое лето они проводили на реке, у отца были мотоцикл и моторная лодка. И когда папа брал их моторную лодку, семья выезжала в местность Песчаная курья, напротив острова Кыбылаах. Там их семья с друзьями, взяв всех детей, ставили палатки и жили на природе неделями...

— В детстве я настолько была серьезная, что бровки были домиками, — вспоминает Мария Дмитриевна. — Отец был мастером спорта по лыжам, участвовал в спортивных соревнованиях и выезжал за пределы республики. И вот эта любовь к спорту привилась и мне — ходила на лыжах, занималась баскетболом в школе. Весной с февраля постоянно ходила на лыжах в лес. Летом голубику собирали — комары, мошкара, но все равно ромашки. А зимой ели варенье из голубики, брусники, клюквы! Сладкого тогда особо не было, так что варенье было самым вкусным для детей лакомством. Мама очень хорошо готовила, и, несмотря на то, что у нее было очень много работы, она всегда находила время в выходные постряпать вкусные пирожки. И помните, раньше была передача «Утренняя почта», так утро выходных дней у нас всегда начиналось с этой передачи и приятного запаха пирожков и котлет. Я всегда поражалась маме, ведь она то на партийных заседаниях, то на общественной работе, к тому же работа в школе. Но она никогда не жаловалась, не показывала своей усталости, умудрялась вкусно готовить, об-

шивала нас. А потом мама стала часто болеть. Папа все время стал возить ее в разные санатории. Мы оставались у бабушки с дедушкой (у нас были бабушки с дедушкой со стороны отца и матери). Мама всегда была жизнелюбивая, доброжелательная и удивительно спокойная. Вот это жизнелюбие у меня передалось именно от нее. С возрастом я стала более общительной, а раньше была не очень разговорчивой, в школьные годы отличалась задумчивостью, все время читала книги. Мама с папой очень любили друг друга. Папа всегда звал маму Галочкой. А мама на отца никогда не повышала голос, но, тем не менее, он все делал. Родители никогда при нас не выясняли отношения. И я все время думаю, какие у меня были хорошие родители! Ведь далеко не всем дано столько лет прожить и сохранить такие теплые отношения. То, что заложили родители во мне, — это ответственность, доброжелательность, сопереживание, и все эти качества помогли мне в моем становлении детским врачом.

### О пути к мечте

Мария Дмитриевна Карымова стояла у истоков зарождения аллергологии и является одним из ведущих врачей не только Якутска, но и республики. За это время Марией Дмитриевной проделано очень многое. О том, как все начиналось, как наша героиня стала врачом, расскажет она сама.

— Дедушка с бабушкой были в возрасте, всегда пили лекарства, разные микстуры, натирались травами. Я всегда тепло вспоминаю о них. Мы часто бывали у них, приходили помогать по дому, поливали огород. Потом я сама, примерно до 12-ти лет, очень ча-

сто болела ангиной. Как сейчас помню, один год пять раз переболела, антибиотики назначали. И потом случился какой-то переломный момент — стала закаляться, обливать, полоскать горло, ходить на лыжах. Сама окрепнуть смогла, но помочь маме тогда была не в силах — с переживанием смотрела, как болела мама... И, наверное, все это и сказалось на том, что я стала врачом. Помню, как поехала в институт поступать, взяла свой альбом. Именно в него я приклеила вырезанную из журнала «Работница» фотографию детского врача, осматривающего ребенка. Так хотела стать врачом-педиатром! И эта картинка до сих пор сохранилась у меня. Но, к сожалению, в первый момент получилось так, что здесь, в Якутске, я недобрала баллов. В это время приезжала комиссия из города Кемерово, и добирала группу студентов, но я опять не прошла. Очень сильно расстроилась и вдруг узнаю, что набирают группу слушателей. Конечно, я попала в эту группу и поехала в Кемерово. И мне тогда сказали: если сдашь первую сессию на «отлично», то мы сможем взять тебя на первый курс. И я сдала! Меня сразу зачислили, и из вольнослушателей я стала полноправной студенткой. Помню, как первое время мы так боялись анатомки, но в отечественном медицинском образовании настолько все продумано, что мы прошли все это успешно и даже не заметили, как оказались в анатомическом зале. Я и сейчас все отчетливо помню — первые курсы, как проходила практику в Олекминской детской инфекционной больнице, у Риммы Александровны Спивак. Она меня знала маленьким ребенком, и помимо практики я работала еще нянечкой. После стала работать медсестрой, а потом постепенно доверили вести больных...

После окончания института меня сначала распределили в Якутск. Пришла в Минздрав республики. Мне предстояла интернатура, а министром тогда был Прокотий Андреевич Петров. Он мне говорит: «Ты окончила педиатрический институт. Какая тебе интернатура, сразу пойдешь на участок!» Я не возражала, хотя положено было проходить интернатуру. В общем, начала работать на 8-м участке, тогда он находился, где сейчас расположена областная больница. И мне так нравилось работать, очень любила со всеми родителями общаться, работала всегда до позднего вечера. Но по семейным обстоятельствам вернулась в Олекминск, так как собралась выйти замуж...

### О работе, любви и снова о работе

Надо заметить, что с мужем Эмилем Федоровичем Карымовым Мария Дмитриевна вместе учились в школе. И как раз в то время он жил в Олекминске, работала авиатехником. Эмиль сказал тогда молодой Марии: «Приезжай в Олекминск, если хочешь выйти за меня замуж...» И сожвизавшаяся по родным местам девушка с огромным желанием поехала в Олекминск, ведь врачей в то время там было немного. На участках были только фельдшера, и вместе с ними она боролась за жизнь маленьких пациентов. И когда малыши выздоравливали, у них появлялся румянец, они потихоньку начинали бегать и резвиться, Мария была счастлива и очень радовалась за них. В то время в районных, да и в городских больницах, не было ни УЗИ, ни усовершенствованной медицинской техники, ни оборудования. Но для нашей героини не было поводов



Отделение аллергологии и иммунологии

для того, чтобы жаловаться или печалиться, ведь для нее все пациенты становились родными. И если не помогал укол, тогда нужно было действовать добрым словом. Человек не должен забывать о том, что и с его близкими может случиться такое. Надо поступать с больными так, как вы бы хотели, чтобы поступали с вами. В медицине, конечно, врач главный, но все же от работы фельдшеров зависело многое. Фельдшера были такие умеющие и знающие, подставлять врачам. Нужно отдавать им должное, что с таким уважением относились к труду, отношение и атмосфера на работе всегда были очень доброжелательными.

- Мы с мужем учились в параллельных классах, жили на одной улице, - говорит Мария Дмитриевна. - Но я с ним особо не общалась - парень ведь все-таки. Никогда не думала в детстве, что выйду замуж именно за него. Когда я переехала в Олекминск на шестом курсе, то как-то встретила его в летней форме. Он тогда работал авиатехником. А раньше в школе был такой худощавый, немного даже угловатый. Разговорились, и он признался, что я ему давно нравлюсь, но он никак не решался в этом признаться. А тут стал плечистый, красивый, весь такой мужественный. Это, видимо, подействовало на меня, и через полгода мы решили пожениться. Потом мужа перевели в Якутск, он стал летать на самолете Ан-24. И я была вынуждена переехать вместе с ним. В Якутске у нас родилась старшая дочь. Затем я стала работать в Минздраве республики инспектором по детству. Работа интересная, ответственная, но не моя - «бу-мажная». Это меня очень удручало. В это время мой отец был председателем Олекминского горисполкома, потом его перевели в Якутск. Он стал председателем правления «Холбос». И он, наверное, хотел, чтобы я тоже пошла по таким стопам. Он был очень против, чтобы я уходила с той работы. Но меня так тянуло в практику, в лечебное дело! И потом отец всегда желал, чтобы я была кардиологом, а я пошла в аллергологию. В те времена аллергология не считалась необходимой, аллергические заболевания не были распространенными. Но в 1982-83 годах назрела необходимость введения ставки врача-аллерголога. Мне было очень интересно заниматься аллергологией, изучать эти заболевания в корне. Но в то время в Якутске по

тем нормативам ставка в поликлинике №1 не получалась, и мне по линии горздрава собрали по 0,25 ставки из поликлиник №2 и 3. И я на эту «сборную» ставку стала работать детским аллергологом. После специализации в Казанском институте усовершенствования врачей в 1983 году начала работу одна. Конечно, были свои трудности, когда начинала работать. У меня не было кабинета, оборудования, медсестры. Сначала была одна, но потом при мне сменились 2-3 «взрослых» аллерголога. У нас не было аллергенов. Затем пришла Антонина Васильевна Степанова, и нам сделали смешанный кабинет в первой поликлинике. И у нас была одна медсестра на двоих. Позже мы заказали аллергены, начали вводить аллерготестирование и аллерговакцинацию. Вот так в Якутске начала развиваться аллергология. Благодаря поддержке горздрава и Минздрава мы как-то пробивались и были первопроходцами в этом направлении.

На моем трудовом пути мне всегда везло с людьми, коллегами, окружающими меня. Где бы я ни работала, отношения в коллективе всегда были доброжелательные, искренние. Поэтому всегда благодарна тем, кто меня поддерживал. И очень признательна, конечно, мужу и моим родителям, которые помогли нам растить наших девочек. В те времена я даже в больничных почти не была, хотя моя старшая и младшая дочери как пошли в садик, часто болели. А когда построили педиатрический центр, с мыслями об организации детского аллергоотделения, я перешла туда. Но так

получилось, что стационара как такового специфического у нас еще, к сожалению, нет. Есть отделение аллергологии и иммунологии только в поликлинике. Сегодня нужны молодые, грамотные, начитанные и в то же время порядочные специалисты. Сейчас им решать современные проблемы аллергологии и иммунологии. В последние годы после обучения в ведущих институтах детских аллергологов стало больше.

### Счастье - в семье

С мужем Эмилем Федоровичем Мария Дмитриевна прожила счастливую жизнь. Дети уже выросли, подрастает внучка Анечка, которой она дарит всю свою нежность и любовь. Старшая дочь окончила Московский экономический институт по специальности «Финансы, кредиты и банковское дело» и работает в Алмазэргиэнбанке. Младшая дочь пошла по маминим стопам - окончила медицинский институт СВФУ, работает врачом ультразвуковой диагностики в Центре охраны здоровья семьи и репродукции.

- Самое главное - поддержка в доме, чтобы дома были понимание и любовь, - делится Мария Дмитриевна. - Мы же не идеальны, где-то у нас есть недостатки. Но нужно не замечать их, а уметь уступать друг другу. Мой муж, к сожалению, этим летом умер... Он знал всех моих коллег, при нем мы всегда встречались у нас на даче. По возможности помогал во всем: по дому, на кухне, смотрел за детьми... Старался



С мужем Эмилем Федоровичем, 1978 г.

все успевать, хотя тоже постоянно был на работе. Эмил Федорович посвятил авиации всю свою жизнь, был профессионалом своего дела, облетал весь Север на своем любимом Ан-24. Очень хорошо готовил, особенно у него получались фаршированные блины, которые обожали мы все, особенно внучка. Считаю, что я счастливая, прожила хорошую жизнь. Все, что хорошее было в нашей семье, я передала детям. Каждая мать желает, чтобы дети и внуки были счастливыми.

У Марии Дмитриевны золотые руки, в молодые годы она шила, вязала, сейчас реже, но прекрасно готовит. Вот, например, традиционная семейная ватрушка с творогом и джемом у нее получается очень вкусно.

- Обожаю готовить разные блюда с внучкой Анечкой. Она рано начала помогать мне в стирке и обижается, если я ее не дождусь. Вот, например, наш рецепт ватрушек с творогом и вареньем. Берем одну пачку маргарина «Пышка», сметаны немного - 3-4 столовые ложки, 2-3 яйца, чуть-чуть соли, соды и стакан сахара. Перемешиваем не тугое тесто раскатываем и сверху нужно положить творог или джем.

### О причинах аллергии у детей

- Мария Дмитриевна, что бы вы отметили по диагностике и профилактике аллергических заболеваний, ведь сегодня аллергией страдают очень многие дети?

- Да, повышенной чувствительностью к пище страдает множество детей, но не всегда это обязательно аллергия. Часто непереносимость еды обусловлена заболеваниями желудочно-кишечного тракта, недостаточной активностью пищевых ферментов, психогенным отвращением к каким-то продуктам и иными причинами. Ни в одном из перечисленных случаев не задействован иммунный механизм. В случае истинной пищевой аллергии определенная белки не как полезные компоненты пищи, а как нечто чужеродное, вредное для организма и вырабатывает против них защитные антитела. Обычно аллергическую реакцию вызывают белки, но иногда в роли аллергенов выступают и другие вещества, содержащиеся в пищевых продуктах. Когда аллерген впервые попадает в организм, происходит сенсибилизация - иммунная система запоминает его как «чужака». И при любом следующем употреблении продукта развивается аллергическая реакция.

Проявления аллергии на пищу чаще всего возникают в раннем детском возрасте и сохраняются на некоторые продукты (например, на рыбу) на протяжении всей жизни. Обычно первой реагирует кожа: появляются покраснения, зуд, отеки. Но также могут быть боли в животе, тошнота, рвота, расстройство работы кишечника (понос, метеоризм - повышенное газообразование, запоры). Кроме того, нередко головная боль, раздражительность, заложенность носа, затруднение дыхания вплоть до приступа удушья и как крайняя степень тяжести - анафилактический шок. Важно знать: приступ истинной аллергии возникает, даже когда аллерген поступает в организм в самом минимальном количестве. На помощь врачу приходит лабораторная диагностика с исследованием крови пациента. Разработаны специальные диагностические тесты, выявляющие наличие при аллергических заболеваниях в крови больного специфических антител. Можно применять исследования иммунограммы, ИФА на общий Ig E, алергоскрин (по 4 панелям). В любом случае, при первых подозрениях на аллергию нужно поспешить к специалисту.

### Вместо эпилога...

- Я ни разу не пожалела, что стала врачом - детским аллергологом-иммунологом, - говорит в завершение встречи наша героиня. - Мой отец, который не хотел этого, все-таки принял мой выбор. Наверное, папа понял мою значимость, постоянно слыша хорошие отзывы в мой адрес. Также очень вдохновляет благодарность родителей моих маленьких пациентов. В жизни надо стремиться к своей цели, не опускать руки при неудачах и трудностях, быть всегда целеустремленным, усидчивым, упорным. Надо идти к своей цели, завершить то, что задумал, постараться быть оптимистом и находить добрые, светлые дела в жизни...

Дети, как росточки, впитывая тепло и любовь медицинского персонала, встают на ноги, заряжаясь новой силой к жизни. Это дело благородное и очень важное. Поэтому и нам хочется пожелать Марии Дмитриевне, посвятившей свою жизнь медицине, здоровью детей, счастья, энергии и силы, солнечного настроения, новых профессиональных достижений и побед. С юбилеем!

Ангелла ЯСНАЯ,  
фото из семейного архива М.Д. Карымовой



Семья Карымовых, 1991 г.

# Педиатр и гастроэнтеролог Валентина Борисова: «Здоровье детей - на первом месте!»



**Заболевания органов пищеварения у детей встречаются довольно часто. Но медицина не стоит на месте, за последние десятилетия достигнуты существенные успехи как в понимании их причин, так и в лечении.**

Действительно, отмечается значительный прогресс в развитии гастроэнтерологической науки, сделаны кардинальные открытия, изучены механизмы возникновения и развития многих заболеваний, уточнены показания и схемы применения лекарственных средств. И сегодня мы поговорим о специфике заболеваний желудочно-кишечного тракта среди детей с врачом-педиатром, гастроэнтерологом высшей квалификационной категории, отличником здравоохранения РФ и РС(Я), «Лучшим детским доктором 2005 года» В.И. Борисовой.

**- Валентина Ивановна, какой метод диагностики считается прорывом в изучении заболеваний желудка?**

- Настоящим прорывом в области изучения заболеваний желудка стало выделение и идентификация нового вида микроорганизма - *Helicobacter pylori*, заселяющего слизистую оболочку этого органа человека. Инфекция вызывает развитие хронического гастрита и активно участвует в патогенезе язвенной болезни двенадцатиперстной кишки (ЯБДПК) и желудка (ЯБЖ). Уничтожение микроорганизма в большинстве случаев позволяет достичь длительного безрецидивного периода при ЯБДПК и ЯБЖ. Получено большое число доказательств в пользу причинной связи хронической персистенции микроорганизма с развитием аденокарциномы желудка, что позволило Международному агентству изучения рака (ВОЗ) назвать *H. pylori* канцерогенной для человека. Подсчитано, что предшествующая *H. pylori* инфекция является причиной как минимум 327 тысяч новых случаев рака желудка в год. Разработаны лекарственные схемы, которые уничтожают пилорический хеликобактер. Это позволяет излечить хронический гастрит, а при язвенной болезни является лучшей профилактикой рецидивов заболевания и кровотечений из язвы.

Кроме того, в постановке диагноза заболеваний ЖКТ большая роль принадлежит ультразвуковому, эндоскопическому исследованию: ФГДС, ректороманоскопии, колоноскопии.

**- Какие заболевания желудочно-кишечного тракта участились у наших детей в Якутии?**

- В последние годы отмечается рост числа заболеваний желудочно-кишечного тракта у детей. В частности,

у школьников это гастродуодениты, язвенная болезнь желудка и кишечника, которые зачастую связаны с режимом и качеством питания, а также психоэмоциональной нагрузкой. Как правило, не бывает изолированного поражения одного органа ЖКТ, чаще в процесс вовлекаются 2-3 органа, так как имеется единая система кровоснабжения и нервной регуляции. Также увеличилось число больных с целиакией, для которой характерна непереносимость белка глютена, содержащегося в злаковых. За последние годы выросло количество больных с конъюгационной гипербилирубинемией - желтухой новорожденных.

**- Если у малыша повышенное газообразование, о чем это свидетельствует?**

- Метеоризм зависит от питания ребенка. Повышенное газообразование бывает, когда ребенок ест много овощей и фруктов, продуктов, богатых углеводами. Например, виноград, картофель, хлебобулочные и макаронные изделия. Также это может быть симптомом того или иного заболевания желудочно-кишечного тракта. В каждом конкретном случае нужно подходить индивидуально. У детей раннего возраста проявления метеоризма бывают при лактазной недостаточности. Для новорожденных вздутие живота, колики довольно характерны, но это временно, и чтобы помочь ребенку, нужно обратиться к своему педиатру.

**- Ребенок знакомой мучился со стулом. Сдали анализ на копрограмму. Анализ показал большое содержание клетчатки. Все остальное в норме. Скажите, пожалуйста, чем это может быть вызвано и какие действия нужно предпринять?**

- Без осмотра ребенка, анамнеза, осмотра стула лечение, как правило, не назначается. Возможно, у него нарушена функция кишечника по типу запоров. Запор в настоящее время довольно распространенное заболевание. Это проблема, которая может появиться в любом возрасте, в том числе и у новорожденного малыша и у дошкольника. Некоторые родители не уделяют должного внимания этой стороне жизни ребенка, другие имеют неверное представление о том, каким должен быть детский стул и его частота. Не все родители приходят к врачу с данной проблемой у детей или обращаются не сразу, поскольку не придают ей должного значения или не знают, является ли подоб-

ный стул у ребенка нормой или патологией. Изменился характер питания: больше стали употреблять рафинированных продуктов, сладостей, хлебобулочных, макаронных изделий, жирной, жареной пищи. К тому же дети сейчас привязаны к компьютерам, то есть ведут малоподвижный образ жизни. При запорах лучшие лекарства - кисломолочные продукты, простокваша, кефир без сахара, фрукты, овощи, салаты с нерафинированным растительным маслом, соки, если нет аллергии, и достаточное употребление прохладной воды. Все это помогает лучшему перевариванию и продвижению кала по кишечнику.

**- Если у ребенка наблюдается понос при тех или иных продуктах, о каких нарушениях они свидетельствуют?**

- Диспепсические поносы наблюдаются при нарушении переваривания и всасывания пищевых масс вследствие секреторной недостаточности желудка, поджелудочной железы, печени. Иногда достаточно назначить какой-то определенный фермент, когда врач уверен в диагнозе ферментопатия. Сюда также относится лактазная недостаточность, для подтверждения которой необходимо выяснить анамнез, клинику, уточнить характер стула, сдать кал на углеводы. Кал на анализ можно сдать в медцентре, в медико-генетической лаборатории. Только врач может решить вопрос о назначении препаратов.

**- Что бы вы посоветовали родителям детей с избыточным весом?**

- В последние годы появилось много пациентов с ожирением, в том числе даже до года. Чтобы у ребенка не было этой патологии, необходимо правильное питание с первых дней его жизни. Самое лучшее - это грудное вскармливание. В последние годы педиатры рекомендуют кормление по требованию, но если начинаются проблемы с кишечником, то лучше придерживаться режима питания. По возрасту вводить докорм (по назначению педиатра), чтобы ребенок знал вкус другой пищи и не отказывался от нее в дальнейшем. Не давать детям жирную, жареную пищу, шипучие напитки, не увеличивать объем пищи, так как все это ведет к ожирению. Если ребенок быстрыми темпами набирает лишний вес, необходимо обратиться к эндокринологу.

**- В последнее время стали очень популярны биологические добавки. Что это такое и стоит ли давать их детям?**



- Биологически активные добавки к пище - это природные или идентичные природным вещества, предназначенные для употребления одновременно с пищей или для введения в состав пищевых продуктов.

БАД не являются лекарствами и не могут заменить здоровую пищу, но вполне способны дополнить ее компонентами, необходимыми для нормальной работы организма.

БАД делятся на три группы. К первой относятся незаменимые компоненты пищи: витамины, минеральные вещества, аминокислоты, полиненасыщенные жирные кислоты и т.д. Вторую группу составляют вещества, имеющие направленное физиологическое действие: органические кислоты, алкалоиды, гликозиды, ферменты, дубильные вещества и т.д. К третьей группе относятся пробиотики, нормализующие состав и биологическую активность микрофлоры кишечника. Использование БАД как вспомогательного элемента в комплексном лечении и реабилитации допустимо только после консультации с врачом.

**- Валентина Ивановна, расскажите о вашем профессиональном становлении как врача. Какие периоды особенно запомнились?**

- С началом работы в детской республиканской больнице пригодился опыт общения с больными детьми и их родителями на участке. Волею судьбы пришлось работать во всех отделениях - терапевтическом, неврологическом, отделении патологии новорожденных, приемном покое, что дало возможность пополнить не только багаж знаний, но и приобрести практические навыки - сама производила реанимационные мероприятия, быстро научилась делать спинномозговую пункцию, овладела расшифровкой электрокардиограмм. С 1986 года была назначена заведующей отделением, которое возглавляла на протяжении 14 лет.

В I терапевтическом отделении всегда работали прекрасные доктора, и именно это отделение можно считать кузницей кадров, так как в свое время здесь трудились Виктор Феликсович Соболевский, Юлий Михайлович Тарасов, Раиса Семеновна Гурьева, Мария Васильевна Самаркина, Валентина Евдокимовна Дьячковская, Галина Гаврильевна Дранаева, ставшие организаторами здравоохранения.

С 1998 года я работала в гастроэнтерологическом отделении педиатрического центра РБ №1 - НИЦМ. После переезда из детской республиканской больницы провела большую организационную работу. В этом отделении самое большое количество экстренных больных и, соответственно, самая высокая нагрузка. В условиях центра стало возможным проводить на самом современном уровне диагностику и лечение заболеваний органов пищеварения, наследственных болезней обмена веществ, лечение экзогенной интоксикации (отравлений веществами химической природы), ожогов органов пищеварения, аллергодерматозов у маленьких пациентов.

**- А в Victory Clinic давно работаете?**

- С 2006 года я совмещала основную работу с приемом пациентов в Victory Clinic. А с 2013 года являюсь постоянным сотрудником клиники. В Victory Clinic созданы все условия для раннего выявления заболеваний у детей и их лечения. В состав коллектива детских врачей входят ведущие педиатры и узкие специалисты в области детского здоровья. Могу с уверенностью сказать, что каждый наш врач-педиатр - профессионал высшей квалификации с многолетним опытом работы.

**- Как работает детское отделение Victory Clinic?**

- Основной вид деятельности - амбулаторно-поликлиническая помощь детям с периода новорожденности до 15 лет. Наши специали-

сты, врачи, если необходимо, выезжают на дом к ребенку и оказывают различные виды услуг. Можем провести ультразвуковую диагностику всех органов - УЗИ в клинике и на дому. Также есть такая удобная услуга, как массаж на дому и в клинике, или проводим лабораторные исследования с выездом лаборанта на дом. Также проводим ЭКГ, ЭЭГ, R-графические исследования. Для детей разработаны и работают различные специальные программы обслуживания.

И коллектив у нас очень дружный. Работать с коллегами, профессионалами своего дела для меня одно удовольствие.

В уставе ВОЗ записано, что здоровье является одним из основных прав человека. Из основных хронических неинфекционных болезней, в отношении которых ВОЗ предполагает к 2020 году уменьшение распространенности, выделены три группы: заболевания сердечно-сосудистой системы, рак и сахарный диабет. Учитывая качество продуктов питания, воды, недостаточную культуру питания, злоупотребление лекарствами, неблагоприятные экономической и экологической ситуации, даже несмотря на достигнутые успехи заболеваемость патологией органов пищеварения не уменьшается. Инструментально-лабораторные совершенствуются, появляются их новые образцы, что служит прогрессу гастроэнтерологии. Работа детского врача хоть и очень трудная и ответственная, но лучше этой специальности нет. Педиатр стоит у начала новой жизни, от него нередко зависит, насколько радостным и светлым будет будущее маленького человека и его родителей. И доверять здоровью своих детей необходимо опытным врачам, профессионалам высокого класса.

Ангелла ЯСНАЯ

**Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста.**





# Анатолий Назаров: «Нам хотелось бы вывести офтальмологическую службу на новый уровень»

Наш гость — Анатолий Николаевич Назаров, заслуженный врач РС(Я), отличник здравоохранения РФ и РС(Я), возглавляет единственное в республике специализированное лечебно-профилактическое учреждение по оказанию офтальмологической помощи населению.

## Республиканской офтальмологической больнице - 90 лет

Одно из ведущих медицинских учреждений нашей республики — Республиканская офтальмологическая больница — в августе прошлого года отметило свое 90-летие.

— Анатолий Николаевич, ваша больница — уникальное в своем роде лечебное учреждение...

— Да, сегодня мы предоставляем населению республики весь спектр офтальмологических услуг как в рамках обязательного медицинского страхования, так и на платной основе. В том числе высокотехнологичную офтальмологическую помощь. Для этого в арсенале больницы есть самое современное оборудование для диагностики и лечения глазных заболеваний. В марте прошлого года наша больница переименована в Государственное автономное учреждение «Якутская республиканская офтальмологическая клиническая больница».

— Какие структурные подразделения входят в состав больницы?

— Офтальмологическая больница сегодня — это консультативно-диагностическое отделение на 204 посещения в смену, круглосуточные стационар на 105 коек и пункт неотложной помощи, дневной стационар на 15 коек.

— Ваша больница постоянно обновляется и растет. Вот и сегодня я узнала, что администрация переехала с улицы Свердлова...

— Да, действительно, мы приобрели и отремонтировали для администрации больницы здание на Очиченко, где прежде располагался Центр борьбы со СПИДом, а на Свердловя расширили консультативно-диагностическое и офтальмологическое отделения. В результате появилась возможность пребывания пациентов в двух- и трехместных палатах. Стараемся создать комфортные условия пребывания пациентов, для пациентов с ограниченными возможностями установили пандусы, поручни, антискользящие покрытия на лестницах.

— Думаю, не ошибусь, если скажу, что кабинеты вашей больницы серьезно оснащены современным медицинским оборудованием...

— Все службы больницы, действительно, оснащены современным высокотехнологическим медицинским оборудованием, что позволяет нам проводить диагностику и лечение на самом высоком мировом уровне.

## О новых технологиях в работе офтальмологов

Новые технологии в буквальном смысле раздвинули горизонты якутских офтальмологов. Сегодня в стенах ЯРОБ стали возможны микрохирургические операции по поводу глаукомы, факосмульсификация катаракты с имплантацией интраокулярных линз с минимальным разрезом (кстати, эта операция проводится далеко не во всех регионах России), витреальная хирургия при сложных патологиях сетчатки (это позволило взяться за целый спектр новых патологий), и число высокотехнологичных хирургических вмешательств из года в год растет.

Пятый год врачи больницы проводят эксимерлазерную коррекцию. Научная обоснованность метода, максимальная безопасность, безболезненность, гарантированный и стабильный результат позволили многим людям отказаться от очков и контактных линз. С новой лазерной системой для рефракционной хирургии Alcon WaveLight Refractive Suite, которых в России единицы, появилась возможность корректировать не только близорукость, но и дальнозоркость.

Инициатива офтальмологической больницы по оказанию бесплатной лазерной коррекции лазерной операции населению республики была поддержана Минздравом и Территориальным фондом ОМС республики.

Офтальмологами ежегодно выполняется около 3000 операций по поводу катаракты, 97-99% методом ФЭ с имплантацией гибких ИОЛ. В хирургии катаракты в стационаре ЯРОБ с появлением новых факосмульсификационных систем внедрена технология микроразрезов, величина его составляет 2,2 миллиметра, что позволяет минимизировать операционную травму, сохранить анатомо-топографическую целостность глазного яблока, ускорить процессы реабилитации.

Внедрение новых форм организации работы стационара ЯРОБ позволило использовать бесплатно передовые модели интраокулярных линз (ИОЛ) в хирургии катаракты.

В республике отмечается неуклонный рост распространенности первичной глаукомы, которая увеличилась на 35% и составила 118,5 на 10 000, превышая показатели по России. Доля ее в структуре инвалидности составила 31%.

В 2010 году приказом Минздрава республики в связи с высоким распространением глаукомы создан межрайонный глаукомный кабинет в городе Нюрбе, оснащенный современным оборудованием, позволяющим



диагностировать глаукому на ранних стадиях. Создание межрайонного глаукомного кабинета позволяет диагностировать глаукому и возрастную макулярную дегенерацию на ранних этапах у жителей вышлойской группы районов.

Ежегодно в стационаре ЯРОКБ выполняются около 800 антиглаукомных операций. Внедрен микроинвазивный хирургический метод — непроникающая глубокая склелэктомия (НГСЭ). Основное преимущество данной операции — отсутствие послеоперационных осложнений.

В последнее десятилетие в хирургии глаукомы все большее распространение получает дренажная хирургия. Миниатюрное, из нержавеющей стали антиглаукомное устройство (Ex-PRESS) имплантируется в переднюю камеру и стимулирует субконъюнктивальный отток. Эффективно и безопасно снижает внутриглазное давление у пациентов с открытоугольной глаукомой. Имплантация Ex-PRESS является малоинвазивной процедурой и имплантируется под склеральный доступ без иссечения тканей.

27 августа 2015 года в операционном зале ЯРОКБ проведен сателлитный симпозиум «Живая витреоретинальная хирургия 27 Га». За 2015 год в стационаре больницы проведено 50 таких операций.

## Границы деятельности расширяются

— Анатолий Николаевич, работы вашим врачам, казалось бы, и в столице хватает, но работой в Якутске они никогда не ограничивались. Офтальмологи много и успешно оперируют и в районах, радуя сельчан...

— Да, современное портативное оборудование позволяет нам выполнять высокотехнологичные операции по поводу катаракты и глаукомы в отдаленных территориях непосредственно по месту жительства пациентов, что позволяет людям экономить немалые средства на дорожных расходах и способствует повышению доступности высококачественной медицинской помощи. Выездная работа — одно из приоритетных направлений работы больницы. Мы ведем ее с 2011 года и планируем расширять и дальше. К тому же нам хотелось бы вывести на новый уровень офтальмологическую службу республики в целом. И за этим дело не стало. С целью повышения доступности специализированной офтальмологической помощи, раннего выявления и своевременного оказания медицинской помощи больным с офтальмологической патологией созданы пять филиалов: в Нерюнгри, Ленске, Нюрбе, Чульмане и Сунгаре. В планах на 2016 год — открытие еще одного — в Аддане.

— Похоже, и границы деятельности больницы постоянно расширяются?



## И как результат — признание

Якутская республиканская офтальмологическая больница — участник Российской национальной программы «Ликвидация устранимой слепоты: всемирная инициатива ВОЗ» под лозунгом Всемирной организации здравоохранения «Зрение-2020. Право на зрение».

По итогам 2011 года ЯРОБ была названа лучшим республиканским лечебным учреждением, в 2013 году стала победителем в конкурсе «Сто лучших товаров России», лауреатом Национального конкурса «Лучшее учреждение здравоохранения РФ-2013», в 2014-м — обладателем золотой медали по Республике Саха (Якутия) Международного конкурса «Лучшие товары и услуги Дальнего Востока — ГЕММА».

Врачи больницы не раз признавались лучшими по итогам республиканских конкурсов «Лучший по профессии», а в 2010 году обладателем второго места во Всероссийском конкурсе «Лучший врач России» в номинации «Лучший офтальмолог» стала врач-офтальмолог, заведующая стационарным отделением больницы Екатерина Захарова.

**Благодаря внедрению стандартов медицинской помощи:** за последние 10 лет число посещений в поликлинике ЯРОБ возросло более чем в 2 раза; по выездной работе количество оперативных вмешательств увеличилось в 3,5 раза.

— Да, мы давно готовы принимать у себя пациентов и из соседних регионов. Начиная с этого года по квоте Минздрава России в Якутск на хирургическое лечение будут приезжать пациенты из Магаданской области и Чукотского автономного округа.

## О стажировках и планах

— Анатолий Николаевич, вы постоянно расширяете контакты, ваши специалисты стажировались в центральных клиниках и за рубежом, у вас довольно часто бывают коллеги из разных стран.

— Повышению квалификации врачей мы придаем особое значение. Ежегодно наши врачи проходят обучение в НИИ глазных болезней имени Гельмгольца, МНТК «Микрохирургия глаза» имени академика Федорова, ее филиалах в Хабаровске, Иркутске, Екатеринбурге, других федеральных клиниках. Мы организуем выездные курсы повышения квалификации врачей, конференции, семинары, «круглые столы», обмениваемся опытом работы. Часто приглашаем ведущих специалистов центральных российских клиник с целью обучения наших врачей, ездим к ним сами. В мае прошлого года с целью развития медицинских технологий и совершенствования общественного здравоохранения посредством сотрудничества между нашей больницей и Медицинским центром Донган при университете Кемэнг (город Дэгу, Южная Корея) подписан меморандум о сотрудничестве. У нас сложились прочные контакты с офтальмологами Швейцарии. В ноябре прошлого года у нас побывал д.м.н., профессор Центра микроинвазивной глазной хирургии города Лозанна Марк Доминик де Смет, который провел консультацию наших больных с целью отбора пациентов со сложной патологией сетчатки для имплантации бионических глаз и провел мастер-классы

для врачей. Добавлю, что мы постоянно проводим и онлайн-консультации известных российских и зарубежных специалистов.

— К тому же больница является организационно-методическим центром офтальмологической службы республики...

— Да, мы являемся базой для повышения квалификации врачей-офтальмологов, фельдшеров и медицинских сестер, курса офтальмологии медицинского института СВФУ, клинической интернатуры врачей-офтальмологов, а также Якутского медицинского колледжа.

Как-то на научно-практической конференции «Современные аспекты высокотехнологичной медицинской помощи больным с глаукомой», проходившей в Якутске, мне довелось беседовать с профессором, д.м.н., врачом-офтальмохирургом Новосибирского филиала МНТК «Микрохирургия глаза» им. С.Н. Федорова, ее филиалах в Хабаровске. Вот что сказала профессор о работе якутских коллег: «Приятна высокая грамотность ваших врачей. Лечение глаукомы поставлено у вас на очень хорошем уровне. Кроме того, нельзя не отметить, что в наших непростых экономических условиях у вас в республике работает много программ — и федеральных, и республиканских, и муниципальных, есть возможность закупать лекарственные препараты, оборудование. Это потрясает...»

Конечно, под силу нашим офтальмологам еще далеко не все. В запущенных стадиях диабета, при отслойке сетчатки, злокачественных опухолях глаз пациентов по-прежнему нередко приходится отправлять на лечение в центральные клиники страны. Но факт, что в своей работе офтальмологи республики руководствуются целью, как говорит главный врач больницы, «вывести офтальмологическую службу республики на новый уровень». Зная, как работает коллектив под руководством Анатолия Назарова, можно быть в этом уверенным.

Зоя ИГНАТЬЕВА

## Кадры

Врачи — 52, средний медицинский персонал — 77, младший медицинский персонал — 38, персонал вспомогательных служб — 53, всего работников — 220 человек. Один доктор медицинских наук, три кандидата медицинских наук, два заслуженных врача РФ, два заслуженных врача РС(Я), десять отличников здравоохранения РФ, в том числе врачей — 8, медсестер — одна, 43 отличника здравоохранения РС(Я), в том числе врачей — 18, медсестер — 21, прочий персонал — 4.

# Новые программы по снижению веса от Victory Clinic - путь к здоровью и успеху!

Быть стройными, привлекательными и успешными сегодня хотят не только женщины, но и многие мужчины. Но как похудеть, не навредив здоровью, а, наоборот, повысив тонус, работоспособность, улучшив свое самочувствие? Ведь кроме красоты и стройности хочется еще и здоровья, ведь это так важно для каждого из нас.

Спешим порадовать жителей республики - с января этого года в Victory Clinic начали работать программы по снижению веса. Мы встретились с Еленой Лемешко, руководителем и автором данной программы, высококвалифицированным врачом-диетологом, эндокринологом, кандидатом медицинских наук.

## В чем суть новых программ

- Елена Хаалимовна, с января этого года в Victory Clinic начали работать абсолютно новые программы по снижению веса. Расскажите, пожалуйста, в чем их суть и на чем они основаны?

- В современном мире проблемы ожирения относятся к социально значимым заболеваниям. Избыточная масса тела приводит к инвалидизации и снижению общей продолжительности жизни в связи с частым развитием тяжелых сопутствующих

заболеваний. К ним можно отнести сахарный диабет 2-го типа, артериальную гипертонию, дислипидемию, атеросклероз и связанные с ним заболевания, репродуктивную дисфункцию, желчекаменную болезнь, остеохондроз и другие. Ожирение снижает устойчивость к простудным и инфекционным заболеваниям, кроме того, резко увеличивает риск осложнений при оперативных вмешательствах и травме. У лиц, страдающих выраженным ожирением, возникают трудности с трудоустройством, ограничения при передвижении, в выборе одежды.

В клинике разработаны программы для снижения массы тела. Они рассчитаны на три месяца.

- Каков основной принцип программ?

- Основной принцип - постепенное изменение стиля питания. Конечно, можно и с первого дня заставить человека питаться правильно, но это будет большим стрессом для организма и во много раз увеличит риск неудач.



Продолжительность наших программ рассчитана на трехмесячный период - для формирования полезных привычек и за-



крепления их.  
- Что конкретно входит в эти программы?  
- В программы входит пер-

вичная консультация диетолога - сбор жалоб, анамнеза, оценка объективных данных, пищевого статуса, биоимпедансометрия (измерение состава тела). Программа по измерению состава тела основана на европейской технологии. Использует двухчастотное интегральное отведение с запястья и голеностопа. Это позволяет оценить массу жировой ткани, активную клеточную массу, скелетно-мышечную массу, количество общей и внеклеточной воды организма. Позволяет оценивать состав тела у пациентов с 5 до 80 лет. Оценка массы тела с помощью стандартного индекса массы тела не всегда дает точные показатели. Например, у женщин с тонкими костями и слаборазвитыми мышцами индекс массы тела может соответствовать норме, но в организме может быть избыток жировой ткани. У спортсменов с чрезмерно развитой мускулатурой, которая намного тяжелее жировой ткани, при подсчете индекса массы тела будет ожирение. Точные показатели содержания мышечной и жировой ткани дает биоимпедансометрия. Также в программы

включены еженедельные консультации врача-диетолога, в ходе которых проводится коррекция питания и под контролем биоимпедансометрии раз в две недели смотрим, за счет чего снижается вес, правильно ли мы худеем. При правильно построенном рационе питания пациенты должны сбрасывать именно жировую массу, не теряя мышечную ткань. В клинике разработана расширенная программа, в которую включены необходимые лабораторные исследования для оценки исходного состояния здоровья пациента, антицеллюлитный массаж - один из самых эффективных способов, который позволяет убрать целлюлит и уменьшить жировые отложения в проблемных зонах. Во время сеанса происходит активное воздействие на подкожный слой, благодаря этому расщепляются жировые клетки, выводятся токсины и улучшается кровообращение в тканях. Также есть программы, куда включены фитнес-тренировки с личным тренером и ежедневной доставкой готового питания (завтрак, обед, ужин) с просчитанной калорийностью.

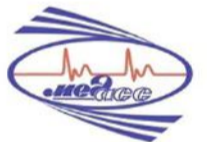
"Тарелка здорового питания": ориентируясь на "тарелку здорового питания", каждый человек может составить сбалансированный рацион на каждый день и питаться разнообразно с пользой для здоровья.



Victory-Clinic



Victory-Clinic



Оценка состава тела (биоимпедансный анализ)

Пациент:		Прибор N 1754		Rc1_50 = 442.7 Rc2_50 = 472.8 (Ом)	
Дата обследования	14.01.2016 9:49:19	Сопрот. (акт. на 5 и 50 кГц, реакт. на 50 кГц), Ом		610 / 535 / 57	
Возраст, лет		Фазовый угол (50 кГц), град.		6.06	
Рост, см / Вес, кг	164 / 117.4	Внутриклеточная жидкость / Минеральная масса, кг		22.0 / 3.323	
Окр. талии / Окр. бедер, см	112 / 138	Основной обмен, ккал/сут.		1546	
<b>Состав тела</b>					
Индекс массы тела	18.5	25.0	43.6	99.86	201%
Жировая масса (кг), нормированная по росту	8.9	16.4	82.9	99.86	497%
Тощая масса (кг)	34.6	54.5	54.6	93	122%
Активная клеточная масса (кг)	18.1	28.6	29.4	79	126%
Доля активной клеточной массы (%)	50.0	56.0	54.0	24	102%
Скелетно-мышечная масса (кг)	17.8	23.9	21.8	63	105%
Доля скелетно-мышечной массы (%)	41.5	46.4	40.1	5	91%
Удельный основной обмен (ккал/кв.м/сут.)	767.5	890.3	898.1	1	84%
Общая жидкость (кг)	25.4	40.0	39.9	93	122%
Внеклеточная жидкость (кг)	11.4	15.0	17.8	97	135%
Соотношение талия / бедра	0.74	0.88	0.81	51	100%
Классификация по проценту жировой массы (ожирение)	20.0	25.0	30.0	35.0	53.6

Цифры справа от шкал нормальных значений обозначают: нижняя - процент от середины нормы; верхняя - значение центили или z-скара (в соответствии с параметрами настройки).

Оценка состава тела (биоимпедансный анализ)

Пациент:		Прибор N 1754		Rc1_50 = 397.0 Rc2_50 = 431.3 (Ом)	
Дата обследования	28.01.2016 14:04:35	Сопрот. (акт. на 5 и 50 кГц, реакт. на 50 кГц), Ом		575 / 507 / 53	
Возраст, лет		Фазовый угол (50 кГц), град.		5.98	
Рост, см / Вес, кг	164 / 115.2	Внутриклеточная жидкость / Минеральная масса, кг		22.5 / 3.390	
Окр. талии / Окр. бедер, см	112 / 136	Основной обмен, ккал/сут.		1559	
<b>Состав тела</b>					
Индекс массы тела	18.5	25.0	42.8	99.86	197%
Жировая масса (кг), нормированная по росту	8.9	16.4	59.6	99.86	470%
Тощая масса (кг)	34.6	54.6	55.6	95	125%
Активная клеточная масса (кг)	18.1	28.6	29.8	82	128%
Доля активной клеточной массы (%)	50.0	56.0	53.6	20	101%
Скелетно-мышечная масса (кг)	17.8	23.9	23.0	76	110%
Доля скелетно-мышечной массы (%)	41.5	46.4	41.3	13	94%
Удельный основной обмен (ккал/кв.м/сут.)	767.5	890.3	711.0	2	86%
Общая жидкость (кг)	25.4	40.0	40.7	95	124%
Внеклеточная жидкость (кг)	11.4	15.0	18.2	98	138%
Соотношение талия / бедра	0.74	0.88	0.82	58	102%
Классификация по проценту жировой массы (ожирение)	20.0	25.0	30.0	35.0	51.7

Цифры справа от шкал нормальных значений обозначают: нижняя - процент от середины нормы; верхняя - значение центили или z-скара (в соответствии с параметрами настройки).

Это данные биоимпедансометрии моей пациентки, которая находится на первом этапе снижения массы тела. Только на фоне коррекции рациона питания, без подключения физических нагрузок за 2 недели ушло 3,5 кг жира с сохранением мышечной массы.

**Правильное питание – основа здоровья и жизни**

- В чем суть программ по снижению веса? Нам часто внушали, что лучшее средство, чтобы быть здоровым и стройным, – поменьше есть. Так ли это на самом деле?

- Правильное питание – основа здоровья и жизни человека. Именно пища, которую мы принимаем, является источником энергии, которую наш организм тратит не только при физических нагрузках, но и в состоянии покоя. Продукты питания – источники веществ, из которых синтезируются ферменты, гормоны и другие регуляторы обменных процессов. Обмен веществ, лежащий в основе жизнедеятельности человеческого организма, находится в прямой зависимости от характера и режима питания. А ведь питание – основа жизни, основа здоровья, главный фактор, определяющий долголетие и работоспособность. Ведь недаром говорят: «Человек есть то, что он ест».

- Для кого предназначены эти программы – для тех, кто хочет похудеть, или для тех, кто хочет научиться правильно питаться? Есть ли какие-то возрастные ограничения?

- Наши программы рассчитаны на пациентов, имеющих избыточную массу тела и ожирение. В ходе программы мы не только снижаем вес, но и учим правильно питаться. Пациентам с нормальной массой тела, желающим научиться правильному питанию, достаточно первичной консультации диетолога. Я работаю с пациентами с 10 лет и старше.

- Что значит правильное питание? Какова главная особенность правильного питания?

- Рациональное здоровое, правильное питание (от лат. rationalis – разумный) – это физиологически полноценное питание здоровых людей с учетом их пола, возраста, характера труда и других факторов.

Рациональное питание способствует сохранению здоровья, сопротивляемости вредным факторам окружающей среды, хорошей умственной и физической работоспособности, активному долголетию и др.

Термину «рациональное питание» соответствует термин «здоровое питание», который принят в настоящее время в России и за рубежом.

Рациональное питание включает три основных принципа:

1. Энергетическая ценность рациона должна соответствовать энергозатратам организма.
2. Рацион должен содержать оптимальное количество сбалансированных между собой пищевых веществ.
3. Режим питания. В основе теории рационального питания лежит концепция сбалансированного питания, разработанная академиком А.А. Покровским.

Сбалансированное питание является основой современной науки о питании. Это питание, обеспечивающее организм всеми необходимыми веществами в достаточном количестве и оптимальных соотношениях, что способствует хорошему усвоению пищи и максимальному проявлению всех полезных биологических свойств. Нарушение этого положения (недостаточное или избыточное потребление отдельных компонентов питания) неизбежно приводит к отрицательным изменениям пищевого статуса человека и как следствие – к алиментарно-зависимым заболеваниям.

В сбалансированном питании предусматриваются оптимальные количественные и качественные соотношения макронутриентов (белков, жиров и углеводов) и отдельных микронутриентов.

Особое внимание уделяется сбалансированности незаменимых веществ, которые не синтезируются в организме или синтезируются в недостаточном количестве. Общее количество незаменимых компонентов в питании превышает 50.

**Об особенностях программы**

- Нужно ли пациенту пройти предварительное обследование состояния своего здоровья, иметь анализы или все это он может пройти в вашей клинике? Составляется ли индивидуальный рацион питания, как он рассчитывается?

- Перед началом снижения веса каждый пациент должен пройти обследование для оценки исходного состояния его здоровья и исключения причин вторичного ожирения. Исходя из полученных данных – лабораторных и инструментальных исследований – проводится индивидуальный подбор рациона питания. Например, если у пациента имеется сопутствующая артериальная гипертензия, в рационе ограничивается соль, при повышенном холестерине ограничиваются продукты, богатые животными жирами. К каждому пациенту индивидуальный подход. Также у нас есть компьютерная программа для оценки фактического питания и формирования индивидуального рациона с учетом состояния его здоровья и индивидуальных особенностей. Все необходимое обследование для вступления в программу пациент может пройти у нас в клинике.

- Сколько килограммов может сбросить пациент по программе и за какой срок?

- В ходе программы пациенты скидывают вес до поставленной цели, у каждого цель своя, как правило, это достижение нормальной массы тела. Что касается скорости снижения веса, многочисленные исследования показывают, что без ущерба для здоровья человек теряет по 0,5-1,0 кг жировой ткани в неделю. Поэтому не следует гнаться за быстрыми результатами – быстрым снижением массы тела с

помощью строгого ограничения пищи, новомодными диетами, использованием рекламируемых средств «для похудения», которые действуют в основном за счет выведения жидкости из организма за счет мочегонного или слабительного эффекта и не приводят к стабильному результату. Быстро скинутый вес точно так же быстро набирается – организм не успевает приспособиться к изменяющемуся режиму жизни и питания. Так как наша программа рассчитана на достижение долгосрочных результатов, мы снижаем вес постепенно, правильно, за счет жировой ткани, сохраняя мышечную ткань. При неправильном снижении веса за счет мышечной ткани, как правило, вес быстро восстанавливается с избытком и потерянные мышцы замещаются жиром. Поэтому, если вы снижаете массу тела на 2 кг в месяц и поддерживаете результаты, – это хороший результат. Если вам удастся снизить вес на 4 кг в месяц, то это очень хороший результат!

**Идею – в жизнь!**

- Елена Халимовна, многие знают вас как высококвалифицированного врача-эндокринолога. Вы где-то проходили обучение на врача-диетолога? Где учились этому направлению?

- Работая эндокринологом, я ежедневно вижу пациентов с избыточной массой тела и ожирением. На протяжении нескольких лет я вынашивала идею об обучении по диетологии для оказания квалифицированной помощи пациентам. И, наконец, в конце 2015 года я прошла профессиональную переподготовку на кафедре диетологии при НИИ питания РАМН в Москве. За период обучения посещала конгрессы, конференции, семинары «Роль питания в профилактике старения», «Нутритивные подходы к оптимизации иммунитета», «Нутритивное обеспечение иммунной системы» и другие образовательные курсы по питанию.

- Многих заинтересует вопрос доступности программ по коррекции веса. Какова их стоимость?

- Наши программы по снижению веса доступны каждому. Стоимость базовой программы продолжительностью три месяца, куда входят еженедельные консультации диетолога и биоимпедансметрия, составляет 30000 руб. Расширенная программа «Классика» с полным обследованием и курсом массажа, также рассчитанная на три месяца, обойдется пациенту в 47000 руб., программа «Премиум» с личным фитнес-тренером и ежедневной доставкой питания в течение трех месяцев обойдется в 192000 руб.

- Много ли уже желающих пройти программу по снижению веса? Каковы первые результаты?

- Программа по снижению веса уже работает, первые пациенты начали сбрасывать вес! Общий вес

скинутых килограммов за месяц составляет 20 кг!

- Спасибо за подробное знакомство с новой программой. Ваши пожелания тем, кто хочет похудеть, хорошо выглядят и главное – быть здоровым...

- Нравится нам это или нет, но в современном мире успех в личной жизни, работе, учебе, общественное признание во многом зависят от нашего здоровья, высокой

работоспособности и привлекательной внешности. Правильное питание и физическая активность – это один из ключей к успеху.

Надеюсь, что наша программа поможет пациентам понять свои ошибки и не только снизить вес, но и научиться здоровому питанию, улучшить показатели своего здоровья и продлить годы полноценной жизни!

Беседовала  
Арина ЕГОРОВА



№	Наименование услуги	Стоимость, руб.	Описание услуги
1	Первичный прием диетолога-эндокринолога, к.м.н.	3500	В консультацию входят сбор анамнеза, осмотр, оценка образа жизни и пищевого статуса, анализ лабораторных и инструментальных методов исследований. Антропометрия и биоимпедансметрия (исследование комплексного состава тела, масса жировой ткани, активная клеточная масса, скелетно-мышечная масса, количество общей и внеклеточной воды организма). Определяются цели и методы лечения. Основы правильного питания и формирования образа жизни. Необходимо принести результаты лабораторных и инструментальных исследований. Пищевой дневник от 3 до 7 дней. Основная цель первичной консультации полученных первичных данных о состоянии вашего здоровья и выбор индивидуально подобранной программы снижения веса специально для вас
2	Повторный прием диетолога-эндокринолога, к.м.н.	2000	В повторную консультацию входят анализ и коррекция рациона питания, физической активности
4	Биоимпедансметрия	1500	Профессиональная программа для оценки состава тела. Позволяет оценить массу жировой ткани, активную клеточную массу, скелетно-мышечную массу, количество воды в организме
5	Программа снижения веса «Базовая»	30000	В программу входят первичная и последующие консультации диетолога (13 консультаций). Еженедельные консультации помогут сформировать правильное пищевое поведение и здоровые привычки и победить лишний вес. Два раза в месяц проводится биоимпедансметрия. Программа рассчитана на 3 месяца.
6	Программа снижения веса «Классика»	47000	В программу входят первичная и последующие консультации диетолога (13 консультаций). Два раза в месяц проводится биоимпедансметрия. Лабораторные и инструментальные исследования (ОАК, ОАМ, холестерин, ЛПНП, ЛПВП, триглицериды, общий белок, АЛТ, АСТ, билирубин, креатинин, мочевины, СРБ, глюкоза, мочевая кислота, кальций, гликированный гемоглобин, коагулограмма, ТТГ, Т4св, АТкТПО, ЛГ, ФСГ, эстрадиол, тестостерон, ЭКГ, УЗИ брюшной полости, почеч, щитовидной железы). 10 сеансов массажа для улучшения контуров тела, с антицеллюлитным эффектом. Программа рассчитана на 3 месяца
7	Программа снижения веса «Максимум-body»	75000	В программу входят первичная и последующие консультации диетолога (13 консультаций). Два раза в месяц проводится биоимпедансметрия. Лабораторные и инструментальные исследования (ОАК, ОАМ, холестерин, ЛПНП, ЛПВП, триглицериды, общий белок, АЛТ, АСТ, билирубин, креатинин, мочевины, СРБ, глюкоза, мочевая кислота, кальций, гликированный гемоглобин, коагулограмма, ТТГ, Т4св, АТкТПО, ЛГ, ФСГ, эстрадиол, тестостерон, ЭКГ, УЗИ брюшной полости, почеч, щитовидной железы). 10 сеансов массажа для улучшения контуров тела, с антицеллюлитным эффектом. 20 занятий с личным тренером в тренажерном зале. Программа рассчитана на 3 месяца
8	Программа снижения веса «Максимум-food»	165000	В программу входят первичная и последующие консультации диетолога (13 консультаций). Два раза в месяц проводится биоимпедансметрия. Лабораторные и инструментальные исследования (ОАК, ОАМ, холестерин, ЛПНП, ЛПВП, триглицериды, общий белок, АЛТ, АСТ, билирубин, креатинин, мочевины, СРБ, глюкоза, мочевая кислота, кальций, гликированный гемоглобин, коагулограмма, ТТГ, Т4св, АТкТПО, ЛГ, ФСГ, эстрадиол, тестостерон, ЭКГ, УЗИ брюшной полости, почеч, щитовидной железы). 10 сеансов массажа для улучшения контуров тела, с антицеллюлитным эффектом. Ежедневная доставка питания (завтрак, обед, ужин) по индивидуальному меню в течение трех месяцев
9	Программа снижения веса «Премиум»	192000	В программу входят первичная и последующие консультации диетолога (13 консультаций). Два раза в месяц проводится биоимпедансметрия. Лабораторные и инструментальные исследования (ОАК, ОАМ, холестерин, ЛПНП, ЛПВП, триглицериды, общий белок, АЛТ, АСТ, билирубин, креатинин, мочевины, СРБ, глюкоза, мочевая кислота, кальций, гликированный гемоглобин, коагулограмма, ТТГ, Т4св, АТкТПО, ЛГ, ФСГ, эстрадиол, тестостерон, ЭКГ, УЗИ брюшной полости, почеч, щитовидной железы). 10 сеансов массажа для улучшения контуров тела, с антицеллюлитным эффектом. 20 занятий с личным тренером в тренажерном зале. Ежедневная доставка питания (завтрак, обед, ужин) по индивидуальному меню в течение трех месяцев. Программа рассчитана на 3 месяца

**Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста.**

Лицензия Министерства здравоохранения РС(Я) №АО-14-01-001809 от 2 декабря 2015 г.

# Чем опасно самолечение

Врачи не устают повторять: «Самолечение может быть опасным!» Тем не менее, мы всегда имеем возможность бесконтрольно покупать различные лекарственные средства, не осознавая при этом опасность такого самолечения.



Надеясь на быстрое выздоровление, мы прибегаем к самолечению по советам подруг, коллег или просто увидев рекламу. Конечно, самолечением способствовать и достаточно свободный отпуск препаратов в аптеках. Однако деньги при самолечении часто идут на ветер, а наша самостоятельность может привести к серьезным осложнениям или проблемам со здоровьем. Обо всем этом мы поговорили с А.Н. Харлампьевым, врачом-терапевтом Victory Clinic.

## Не лечение, а самообман

- Леонид Николаевич, не секрет, что многие из нас не любят обращаться к врачам. Обычно идем к врачу или вызываем на дом, когда очень высокая температура или совсем уж тяжело. А когда легкое недомогание, заболела голова или появился насморк, бежим в аптеку и консультируемся с провизором или же ищем препараты в Интернете. Какую главную опасность несет самолечение, чем оно, прежде всего, чревато для здоровья?

- Как врач сразу хочется предостеречь: самолечением заниматься нельзя! Но бывают случаи, когда у человека легкое недомогание, и такие обезболивающие, как ацетилсалициловая кислота или парацетамол, помогут устранить симптомы и быстро восстановиться без отрыва от работы, занятий и снижения качества жизни. Но это не во всех случаях! Дело в том, что под симптомами головных болей и слабостью могут скрываться артериальная гипертензия, анемия, ОРВИ, грипп и множество других заболеваний. Тогда принятые таблетки ацетилсалициловой кислоты могут замаскировать симптомы и довести человека до осложнений. Нередко пациенты обращаются с гипертоническим кризом, когда давление уже зашкаливает и никакие «аспирины-цитрамонь» не помогают ни от головных болей, ни от других симптомов.

## Случай из практики

- Можете привести пример из практики работы в Victory Clinic?

- Да, недавно я обслуживал вызов на дом: женщина вызвала врача из-за сильной слабости и быстрой утомляемости. Первые симптомы болезни у пациентки появились еще в августе, но она не обратила внимания на них. При болях в животе

и небольшой слабости принимала обезболивающие, пила кофе и продолжала ходить на работу. После новогодних праздников слабость у женщины усилилась настолько, что она уставала, когда даже шла с постели до туалета. Постепенно появились подкожные кровоизлияния, которых становилось все больше и больше, - обезболивающие могли усиливать нарушение свертываемости. При посещении на дому я сразу обратил внимание на бледность кожных покровов, сыпь, кровоизлияния разной величины и общее истощение сил пациентки. Получив результаты анализов крови, я был шокирован.

- Чем?

- На деле оказалось, что у пациентки заболевание крови, которое привело к массивным подкожным кровоизлияниям и развитию тяжелого малокровия. Кровь у нее плохо сворачивалась из-за снижения количества тромбоцитов. Я вынужден был госпитализировать пациентку по «скорой помощи», ибо промедление могло стоить ей жизни. Сейчас пациентка поправляется и готовится к выписке. Обратилась бы она в августе, скорее всего, не довела бы себя до столь тяжелого состояния.

## Почему люди не хотят идти на прием

- Вероника Скворцова назвала цифры: «33% граждан России занимаются самолечением». Как вы считаете, почему люди так не хотят обращаться к врачам, по каким причинам?

- Во-первых, чтобы попасть к врачу в поликлинику, нужно выстоять очередь в регистратуре, далее нужно сдать анализы, для чего тоже нужно выстоять очередь. Затем еще раз выстоять очередь уже в кабинет к врачу. То есть потерять массу времени и сил для того, чтобы попасть на прием к врачу. Весь день может уйти только на то, чтобы встретиться с врачом. При этом еще неизвестно, назначит ли врач лечение сразу или направит на уточняющие анализы и обследование, для прохождения которого опять нужно будет стоять в очереди, тратить время и нервы. На все это нужно иметь много терпения, времени и здоровья. А ведь приходят к врачу, как правило, уже обессиленные и не имеющие здоровья пациенты. Ему, пациенту, потому и легче сходить в аптеку, спросить совета у провизора, получить желаемое лекарство и начать лечение самостоятельно. То есть сэкономить кучу времени, сил и нервов. Во-вторых, в СМИ очень много негативной и подчас недостоверной информации о работе врачей, ошибках, что часть общества стала воспринимать врачей как вредителей. В-третьих, идет поток рекламы медикаментов, которые вообще не должны рекламироваться и их должен назначать только врач. То есть часть функций врачей взяли на себя телевидение, Интернет, СМИ.

Самолечение существует, как только человечество узнало о лечебных факторах и научилось использовать их. И коррекция здоровья, таким образом, не всегда опасна, признают врачи. Однако в наше время самолечение с применением лекарственных средств приобрело чрезвычайный размах. И это трево-

жит не только медиков.

## Можно, но нежелательно

- Действительно, широко разрекламированные препараты очень сильно повлияли на то, что люди занимаются самолечением. Как опытный врач-терапевт скажите, можно ли какие-то известные препараты принимать без консультации специалиста?

- Можно, если осторожно. Например, ацетилсалициловую кислоту в США принимают чуть ли не две трети населения, и продается этот препарат в аптеках без рецептов и без назначения врача. Однако неосторожное применение ацетилсалициловой кислоты может спровоцировать обострение язвенной болезни желудка, подкожных кровоизлияний и кровотечений. Поэтому бесконтрольный прием любого препарата чреват последствиями для здоровья. При необходимости регулярного приема лекарств нужно в обязательном порядке посоветоваться с врачом.

- Какие опасные последствия могут быть, если принимать антибиотики без предписаний врача?

- Сразу нужно сказать, что при многих заболеваниях прием антибактериальных препаратов или антибиотиков крайне необходим, чтобы не запустить заболевание и не вызвать дальнейшего осложнения. Но назначать антибиотики должен только врач! Если человек самостоятельно принимает антибактериальные препараты, то при неправильном назначении и принимаемых дозах у него может нарушиться микробиоценоз, быть подавлен иммунитет, и он закладывает «бомбу замедленного действия» в виде ожидаемых различных заболеваний. Да, после применения антибиотиков человек как будто выздоравливает, но через месяц или меньше можно заболеть повторно. Еще через месяц болезнь снова возвращается и так далее. То есть в течение всего года ОРВИ, бронхиты, ангины могут повторяться бесконечно. Это приводит к повторному применению антибиотиков, а значит, к снижению иммунитета, и этот круг повторяется. И здесь уместно вспомнить о грибковой инфекции после применения антибиотиков, о развитии аллергии, лекарственных гастритов, токсических гепатитов, нарушениях кроветворения, колитов. Постепенно инфекция привыкает к антибиотикам, и может развиваться инфекция, устойчивая к антибиотикам. Уже сейчас в мире регистрируются случаи заболевания инфекциями, которые устойчивы ко всем антибиотикам. Недалек день, когда сверхустойчивая инфекция начнет распространяться по миру в арифметической прогрессии. Так что назначать курс приема антибиотиков должен только врач.

- По последним данным, в Якутске уже зарегистрировано 25 случаев свиного гриппа. На что нужно обратить особое внимание и сразу обратиться к врачу, при каких первых симптомах?

- При повышении температуры до 39-40 градусов обязательно нужно обратиться к врачу. В данное время это скорее проявление симптома гриппа. Стоит сразу обратиться к врачу при сильных головных болях, болях в животе, многократной рвоте, повышенной слабости, утомляемости, жаре, ознобе.

## О последствиях и не только...

- Некоторые считают, что рецепты из народной медицины - травы, БАДы и т.д. - вполне безопасны, но эффективны, и тоже занимаются самолечением, принимая их самостоятельно. Ваше мнение об этом, так ли уж безобидна народная медицина?

- Производство БАД особо не контролируется государством. То есть в их составе может быть как то, что указано на этикетке, так и БАД может оказаться просто пустышкой. По меньшей мере, БАД могут быть безопасны. Также БАД могут продаваться с 10-кратной - 100-кратной накруткой в цене, особенно те, что распространяются дистрибьюторами.

Ведущие врачи России уверены, что серьезным нарушением принципов лечения является возможность бесконтрольного приобретения и самоназначения пациентами биологически активных лекарственных средств - таких, как современные антибиотики, гормональные, сердечно-сосудистые и другие средства. Несомненно, указанные лекарства нужно назначать только после консультации и отпускать только по рецепту. К тому же далеко не все, что сейчас рекламируют, стоит того, чтобы покупать. На самом деле часто фармацевтические фирмы выбрасывают огромные суммы на рекламу того препарата, который просто надо продать... Это - бизнес и не более. Не менее опасно «играть» с иммуномодуляторами - веществами, которые восстанавливают или стимулируют функции защитной системы организма человека.

- Часто ли врачам приходится «исправлять» последствия самолечения?

- Не так часто, но, к сожалению, порой приходится исправлять.

## О расценках и программах Victory Clinic

- Один из фактов того, что люди занимаются самолечением, - очереди в поликлиниках, а визиты в частные клиники считаются достаточно дорогими. Какова стоимость обращения к терапевту в Victory Clinic? И что конкретно входит в эту стоимость: консультация, осмотр, назначение препаратов, анализы? Работают ли у терапевтов в вашей клинике комплексные программы?

- Прием врача-терапевта в Victory Clinic, согласно прейскуранту расценок, составляет 900 рублей. В эту стоимость входят осмотр врача, оформление документов и назначение лечения. Пациента обязательно выслушает опытный, высококвалифицированный врач-терапевт, внимательно осмотрит, поставит предположительный диагноз. Если имеются анализы, ЭКГ, то оценит их актуальность, назначит дополнительное обследование и лечение. Также врач пригласит на повторный прием. Вызов врача на дом стоит примерно 1990 рублей.

Надо отметить, что в Victory Clinic уже много лет разрабатываются и действуют для пациентов различные программы, например, в области педиатрии - по годовому прикреплению детей - программа «9 месяцев». Что касается комплексных программ годового обслуживания для взрослых, то они

начали реализовываться в Victory Clinic с 2016 года. Стоимость годовых программ составляет 41000 - 44000 рублей. В программы входят оценка работы сердечно-сосудистой системы (ЭКГ, ЭхоКГ), анализ жирового обмена, холестерина, липопротеидов, триглицеридов). Также оценка репродуктивной системы мужчины и женщины (анализ фемтофлор, ПСА, УЗИ, ТРУЗИ, УЗИ молочных желез, УЗИ малого таза). Оценка функции пищеварительной системы (биохимические анализы крови, печеночные пробы и УЗИ органов брюшной полости). Анализ мочевыведительной системы (анализы мочи, биохимические анализы и УЗИ почек). Анализ эндокринной системы (анализы на гормоны щитовидной железы, глюкозы, УЗИ щитовидной железы). Клинический минимум: RW, кал на яйца глист, ВИЧ, маркеры гепатитов В и С. Также в эту программу входят рентгенография органов грудной клетки и консультация пяти специалистов, назначенных лечащим врачом. Кроме всего этого, также экстренный вызов врача на дом и услуги медсестры на дому. И завершает комплекс услуг по программе возможность проведения сеансов массажа. Все эти услуги - обследование, лечение и медицинское обслуживание - можно получить по программе в течение года.

- Как вы относитесь к такому выражению, которое становится чуть ли не крылатым среди пациентов, - «причины самолечения не в доступности медпрепаратов, а в недоступности хороших, высококвалифицированных врачей»?

- В данное время любой врач доступен пациенту, даже профессор. Если нужна услуга врача, можно получить ее платно в любой частной клинике или больнице. Если нет финансовых возможностей, то по полису ОМС можно также получить услугу врача в муниципальной поликлинике. Если совсем нет времени и желания идти к врачу, можно обратиться хотя бы для первоначальной консультации по Интернету, я тоже консультирую на форуме. В экстренных случаях нужно вызвать «скорую помощь», ведь там работают очень квалифицированные врачи. То есть при желании всегда и везде можно получить консультацию врача. Я бы перефразировал: причины самолечения не в доступности медпрепаратов, а в отсутствии желания клиента встретиться с врачом.

- Леонид Николаевич, спасибо за полезный разговор. Напоследок ваши пожелания читателям газеты «МедоVIC+» по поводу самолечения?

- Хочется пожелать всем читателям здоровья и не болеть. Но если есть сомнения по поводу своего самочувствия и здоровья, не занимайтесь самолечением. Я приглашаю на прием в Victory Clinic, и мы, врачи, обязательно постараемся помочь всем.

Не занимайтесь самолечением! Обращайтесь к опытным, высококвалифицированным врачам-терапевтам Victory Clinic.

Наш адрес:  
г. Якутск,  
пр. Ленина, 3/1.  
Телефоны: 421-000,  
425-000.  
Вызов на дом: 15-19,  
с мобильного:  
20-15-19.

Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста.

# Программы Victory Clinic: с заботой о самых близких!



**Медицина не стоит на месте. Сегодня у пациентов есть право выбора не только клиники, но и методов лечения, диагностики, обследования. Пациенты стремятся получить как качественное лечение, так и максимальное удобство медицинского обслуживания.**

В связи с этим сегодня все частные клиники стремятся не только поднять уровень и качество лечения, но и заботятся об удобстве своих клиентов. Приоритетным направлением Victory Clinic является оказание комплексной медицинской помощи в комфортных условиях. Сегодня пациенты Victory Clinic по своему желанию могут выбрать наиболее удобную для них форму обслуживания: консультацию врача в клинике, визит доктора на дом или комплекс профилактических, диагностических и лечебных услуг, объединенных в специализированные программы.

Я сама попыталась посчитать, сколько всего программ предлагает сегодня эта ведущая частная клиника. Но не смогла, потому что Victory Clinic предлагает огромное количество самых разнообразных программ по всем направлениям. О подробностях работы самых популярных комплексных программ, об их особенностях и преимуществах нам рассказала А.А. Павлова, заместитель главного врача Victory Clinic.

## Программы работают по всем направлениям

**- Алина Алексеевна, сколько всего программ работает сегодня в Victory Clinic и какие из них наиболее популярны среди пациентов?**

- Наша клиника все 10 лет работы всегда придерживается главного — предоставления качественного лечения и удобства обслуживания пациентов. Самые первые программы, которые начали работать еще много лет назад, были разработаны для детей и будущих мам. Это программы по годо-

вому прикреплению детей и программа «9 месяцев». Что касается комплексных программ годового обслуживания для взрослых, то они начали реализовываться в Victory Clinic с 2016 года. Вообще, у нас разработаны и успешно работают большое количество программ, сейчас даже сложно назвать их общую цифру. Программы работают буквально по всем направлениям — терапия, гинекология, педиатрия, косметология, урология, годовые программы, экспресс-программы, например, Check-Up, и многие другие.

## Программа Check-Up: быстро и надежно

**- Давайте остановимся на экспресс-программе Check-Up. В чем преимущества этой программы для клиентов?**

- Для начала хочется отметить, что в медицинских клиниках Европы и на Западе все пациенты знакомы с понятием check-up, которое с английского языка переводится как «проверка, осмотр». Check-Up используют для обозначения профилактического обследования здоровья. Данная программа активно используется в Европе с 20-х годов прошлого века и сейчас считается обязательной ежегодной процедурой в странах с развитой страховой медициной. Помните, еще в советское время работники каждый год проходили диспансеризацию — сдавали анализы и получали консультации терапевта, кардиолога, офтальмолога и других специалистов. По сути программы Check-Up — один из наиболее эффективных методов сохранения здоровья и профилактики. Врачи правы в том, что даже если у человека нет жалоб,

проверять свое здоровье необходимо! Профилактика позволит своевременно принимать меры по предупреждению заболеваний на раннем этапе их развития. Как мы знаем, чтобы обследоваться в государственной поликлинике, нужно потратить много времени в очередях для получения талона и консультации специалиста. Программа Check-Up рассчитана на прохождение экспресс-обследования от 2 до 5 дней.

**- Какова цель экспресс-диагностики?**

- Пока ничего не болит, мы даже не задумываемся о состоянии своего организма. И насколько мы здоровы, можно узнать всего за два дня. Цель такого мероприятия — выявление первых признаков заболеваний, определение факторов риска для дальнейшего предотвращения их развития. Эта программа для тех, кто считает себя практически здоровым, но хочет оценить состояние своего организма и выявить отдаленные риски заболеваний, и для тех, кто чувствует себя не очень хорошо, но не может конкретно определить причину и характер недомогания.

**- Что включает такая программа, как «Комплексная экспресс-диагностика организма»?**

- Программа включает такие услуги, как комплекс лабораторных исследований, комплекс УЗИ-исследований, ЭКГ (электрокардиограмму), осмотр врача-терапевта с выдачей заключения о состоянии здоровья, консультация гинеколога для женщин и уролога для мужчин, консультация узкого специалиста по показаниям. Уникальность данной программы в том, что всего за 2-3 дня человек получает бесценное и квалифицированное заключение о состоянии своего здоровья. Экспресс-программы направлены на проверку важных базовых показателей здоровья и раннюю диагностику возможных заболеваний. В отличие от обычной диспансеризации или годовой программы обслуживания, программам Check-Up включают только диагностические мероприятия.

## Наиболее актуальные программы

**- Какие конкретно есть программы Check-Up и для кого они предназначены?**

- Есть программы «Экспресс-диагностика», причем отдельно для мужчин и женщин, «Здоровое сердце» — для людей, страдающих от повышенного артериального давления, головной боли или боли в области сердца. Программа «Диабет под контролем» разработана для людей с сахарным диабетом первого и второго типов, «Гастроэнтерология» направлена на выявление заболеваний желудочно-кишечного тракта. Очень востребована «Аллергодиагностика», помогающая

определить аллергические заболевания. Также одной из актуальных можно назвать программу «Онкопоиск». Статистика показывает, что за последние десять лет количество онкологических больных в Якутии увеличилось на 17%.

**- Как работает данная программа?**

- Мы можем предложить несколько видов онкопоиска для мужчин и женщин, есть также «Маммологический» и «Неврологический онкопоиск». К сожалению, пока нет явных проблем со здоровьем, мы даже не задумываемся о состоянии своего организма. Согласно статистическим данным, в 60% случаев рак выявляется слишком поздно — на четвертой стадии. Программа Check-Up позволяет выявить многие заболевания, в том числе онкологические, на ранних стадиях. Еще пять-семь лет назад, чтобы пройти комплексное обследование организма, нужно было обращаться в клиники Южной Кореи. Сейчас качественное обследование всего организма можно пройти, не выезжая за пределы республики.

**- То, что сердечно-сосудистые заболевания стоят на первом месте среди причин смертности населения не только в России, но и в нашей республике, факт известный. Но, к сожалению, большинство людей обращаются за помощью к кардиологу слишком поздно. Расскажите о программе «Здоровое сердце» более подробно и стоимости этой программы.**

- Сразу хочу отметить, что руководством клиники принято решение: в условиях кризиса сохранить цены на все программы на уровне 2015 года. Что касается программы «Здоровое сердце», то она предназначена для мужчин и женщин, страдающих повышенным артериальным давлением, испытывающих головные боли или боли в сердце. Мы создали программу, которая особенно показана людям, работающим в сферах, связанных со стрессом или в сложных психоэмоциональных условиях, для пациентов пожилого возраста. Программа направлена на профилактику, выявление и лечение сердечно-сосудистых заболеваний и ишемической болезни сердца. В состав программы входят: электрокардиография, эхокардиография (УЗИ

сердца), УЗИ щитовидной железы, органов брюшной полости, почек, надпочечников, также проведение комплекса лечебно-диагностических процедур, анализ крови, мочи. Помимо этого, в программу входят заключительная беседа с врачом-кардиологом с выдачей заключения о состоянии здоровья и консультация узкого специалиста по показаниям. Стоимость программы «Здоровое сердце» 13800 руб. Хотелось бы сказать, что в последние годы люди стали более ответственно относиться к своему здоровью. Для многих хорошим подарком может стать подарочный сертификат на услуги нашей клиники, в том числе на программы и экспресс-программы. Заботливые дети могут подарить сертификат, к примеру, программы «Здоровое сердце», своим родителям, бабушкам. Уверена, что это не только приятный, но и необходимый подарок для наших родителей.

## Для малышей и будущих мам

**- Среди якутян стали весьма популярными такие программы вашей клиники, как «9 месяцев» и «VIP-детство». Расскажите о них.**

- Действительно, очень востребованы такие наши программы, как «9 месяцев» и «VIP-детство». По программе «VIP-детство» каждого ребенка наблюдают доверенный врач-педиатр и все необходимые специалисты — от невролога, ортопеда, хирурга до окулиста и врачей узкого профиля. Программа «9 месяцев» направлена на полноценное индивидуальное и комфортное ведение беременности и подготовку пациентки к родам без осложнений, волочиты, нервов и с возможностью консультироваться со своим личным врачом и днем, и ночью. Это очень важно для будущих мам.

**- Что конкретно входит в программу «9 месяцев»?**

- В программу «9 месяцев» входят составление индивидуального плана наблюдения, проведение всех необходимых медицинских исследований для беременных: забор анализов, плановые осмотры врача-акушера-гинеколога, консультации узких специалистов. Помимо этого, практические и теоретические занятия в нашей «Школе материн-

ства» и заполнение обменной карты для родильного отделения. Занятия в школе материнства проводит наш ведущий акушер-гинеколог Любовь Гаврильевна Харитоновна. Бывают ситуации, когда муж и жена долгое время мечтают о ребенке, но никак не могут обзавестись малышом. Именно для таких пациентов нашими врачами разработана программа комплексного обследования для выявления причин, которые могут препятствовать зачатию ребенка. Также для супружеских пар, планирующих стать родителями, у нас есть программа планирования беременности «Бэби бум». Подготовиться к зачатию ребенка и беременности — самый разумный и ответственный подход к предстоящему родительству. Такое отношение позволит исключить возможные риски и опасности и увеличит шансы зачать и выносить здорового малыша.

**- Расскажите о программе для детей «VIP-детство». Какие виды услуг входят в нее?**

- Сразу отмечу, что «VIP-детство» — это программа для наблюдения и лечения детей на дому. За каждым ребенком закрепляется личный врач-педиатр. За детьми также наблюдают другие специалисты, в том числе узкого профиля. При необходимости проводятся любые диагностические и лечебные мероприятия. Программа рассчитана на новорожденных и детей до 15 лет, всего на учете у нас стоят более 6000 детей. Если говорить о программе «9 месяцев», то мы вели и продолжаем вести беременность у более чем 3500 мам. Еще более 1000 пациентов прошли обследование Check-Up. Программой «Малыш» воспользовались и продолжают пользоваться почти 3000 наших клиентов, а программой «Росток» — почти 2000 родителей.

## Программы годового обслуживания

**- Алина Алексеевна, что представляет программа годового обслуживания взрослого населения?**

- Эта программа включает следующий комплекс медицинских услуг: амбулаторно-поликлиническая помощь пациентам в условиях клиники, консультации

## На заметку!

**Вы имеете право на получение налогового вычета, если:**

- являетесь плательщиком налога на доходы физических лиц (НДФЛ) по ставке 13%;
- если были оплачены медицинские услуги или приобретены лекарства, которые включены в специальные перечни;
- медицинская помощь была оказана в медицинских учреждениях Российской Федерации. Это государственные и частные больницы, госпитали, клиники, а также врачи, которые имеют лицензию и занимаются частной практикой. Главное требование — наличие лицензии на медицинскую деятельность;
- вычет на лечение позволяет компенсировать расходы на оплату медицинской помощи как самого налогоплательщика, так и его ближайших родственников. Например, супруги (супруга), родителей и несовершеннолетних детей;
- вычет не положен, если лечение или страховку оплатила фирма или предприятие, на котором работает плательщик налога.

терапевта и врачей-специалистов при острых или при обострении хронических заболеваний. Но и это еще не все. Также для клиентов программы включены такие услуги, как экстренные консультации врача-терапевта на дому, диагностические лабораторные и инструментальные исследования, оказание медицинскими сестрами профилактических, лечебно-диагностических медицинских услуг. Также в программу входят 10 сеансов медицинского массажа, вакцинация от гриппа, выдача медицинской документации, телефонная связь с лечащим врачом-терапевтом и личный администратор.

**Во сколько обойдется программа «Годовое обслуживание взрослого населения»?**

Для мужчин стоимость программы составляет 41000 руб., для женщин — 44000 руб.

**О компенсации и налоговом вычете**

Я слышала, что можно компенсировать стоимость программы через своего работодателя или возместить при оформлении социального вычета через налоговую инспекцию. Так ли это?

Да, любой клиент может попробовать такой вариант: взять в нашей бухгалтерии счет-выписку на свое годовое обслуживание

и предъявить своему работодателю. А работодатель может полностью или частично оплатить работнику, при этом расходы работодателя будут отнесены к расходной части предприятия. Если работодатель заинтересован в своем работнике, то может вместо прибавки к зарплате приобрести у нас программу годового обслуживания для своего сотрудника. Надо отметить, что при этом работодатель имеет право не оплачивать НДФЛ, ЕСН с этих расходов, потому что это не выплата работнику, а расходная часть предприятия. И другой вариант - пациент может получить налоговый вычет, если он сам приобрел такую программу.

**Слышали, что в Victory Clinic предусмотрены скидки и бонусы...**

Да, пациентам, проходящим по программам, в нашей клинике предоставляется 20% скидка на лечение стоматолога и 5% скидка на услуги, не входящие в программу. Скидки предоставляются на период действия программы. Также происходит начисление бонусов, подробнее о которых можно узнать

у наших администраторов, ведь на разные программы действуют различные бонусы и система скидок.

**Алина Алексеевна, спасибо за полезный разговор. Ваши пожелания читателям газеты?**

Сейчас, в кризисное время, большинство людей стараются экономить на многом. Но как раз сейчас многие стали осознавать, что самое главное для любого человека — это здоровье - свое и своих близких людей. На здоровье никогда нельзя экономить! Поэтому, если вы заботитесь о здоровье своих родителей, детей, мужа или жены, то сертификат на приобретение программы по любому направлению будет лучшим и правильным подарком для ваших близких людей.

**Многопрофильный медицинский центр Victory Clinic Мы рады видеть вас по адресу: г.Якутск, ул.Ленина, д.3/1. Записаться на исследование по программам можно по тел.: 421-00, 425-000. Лицензия ЛО-14-01-001488 от 13 ноября 2014 г.**

**Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста.**

г.Якутск пр-кт Ленина, д.3/1, CALL-центр: 421-000, 425-000 www.victory-clinic.ru

**«9 месяцев»**  
Программа ведения беременности и подготовки к родам

**Victory Clinic предлагает будущим мамам уникальную программу комплексного наблюдения на протяжении 9 месяцев и подготовки к родам.**

**Преимущества программы:**

- Биохимический скрининг. Анализ крови на выявление хромосомных мутаций у плода совместно с генетической консультацией в НЦМ
- Неограниченное количество посещений вашего гинеколога
- Скидка на лечение у стоматолога 20%
- ИФА крови на краснуху
- Лучшие специалисты УЗИ диагностики
- Анализ крови на ген тромбофилии
- Все обследование проходит в одном месте
- Личный администратор

Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста

г.Якутск пр.Ленина, д.3/1 Call-центр: 421-000, 425-000 www.victory-clinic.ru

**Программа годового обслуживания взрослого населения ♂\***

- Сердечно-сосудистая система:**
  - + Регистрация электрокардиограммы;
  - + Расшифровка, описание и интерпретация электрокардиографических данных;
  - + Эхокардиография;
  - + Холестерин-ЛПВН;
  - + Холестерин-ЛПНП;
  - + Холестерин общий;
  - + УЗИ сердца
  - + Триглицериды;
- Репродуктивная система:**
  - + Фемофлор;
  - + ПСА (простатоспецифический антиген)общий
  - + УЗИ ТРУЗИ
- Пищеварительная система:**
  - + ААТ (аланинаминотрансфераза)
  - + АСТ (аспартатаминотрансфераза)
  - + Билирубин общий;
  - + билирубин прямой;
  - + Билирубин не прямой;
  - + Щелочная фосфатаза;
  - + Узи органов гепатопанкреатобилирной системы(печень, желчный пузырь, желчные протоки, поджелудочная железа, селезенка)
- Мочевыделительная система:**
  - + Общий анализ мочи;
  - + Креатинин;
  - + Мочевина;
  - + УЗИ почек
- Вакцинация от гриппа**
- Экстренный вызов врача/медсестры на дом**

- Эндокринная система:**
  - + Гормоны щитовидной железы;
  - + Анализ крови на глюкозу;
  - + УЗИ щитовидной железы
- Клинический минимум:**
  - + Яйцеглист;
  - + RW-микро;
  - + ВИЧ;
  - + Гепатит В и С
- Комплексное обследование органов и систем:**
  - + Клинический анализ крови;
  - + СОЭ
- Система органов дыхания:**
  - + Рентгенография органов грудной клетки
- 5 специалистов по показаниям лечащего врача**
- Массаж**

Стоимость для мужчин: ~~45~~34 рублей 41000 рублей

\*Подробности у администраторов

Лицензия №ЛО-14-01-001809 от 02 декабря 2015 года

Имеются противопоказания, необходимо проконсультироваться со специалистом

г.Якутск пр.Ленина, д.3/1 Call-центр: 421-000, 425-000 www.victory-clinic.ru

**Программа годового обслуживания взрослого населения ♀\***

- Сердечно-сосудистая система:**
  - + Регистрация электрокардиограммы;
  - + Расшифровка, описание и интерпретация электрокардиографических данных;
  - + Эхокардиография;
  - + Холестерин-ЛПВН;
  - + Холестерин-ЛПНП;
  - + Холестерин общий;
  - + Триглицериды;
- Репродуктивная система:**
  - + Фемофлор;
  - + Микроскопическое исследование отделяемого цервикального канала, соскоб из цервикального канала;
  - + УЗИ малого таза (малого таза комплекса)
  - + УЗИ молочных желез
- Пищеварительная система:**
  - + ААТ (аланинаминотрансфераза)
  - + АСТ (аспартатаминотрансфераза)
  - + Билирубин общий;
  - + Билирубин прямой;
  - + Билирубин не прямой;
  - + Щелочная фосфатаза;
  - + Узи органов гепатопанкреатобилирной системы(печень, желчный пузырь, желчные протоки, поджелудочная железа, селезенка)
- Система органов дыхания:**
  - + Рентгенография органов грудной клетки
- Экстренный вызов врача/медсестры на дом**

- Комплексное обследование органов и систем:**
  - + Клинический анализ крови;
  - + СОЭ
- Клинический минимум:**
  - + Яйцеглист;
  - + RW-микро;
  - + ВИЧ;
  - + Гепатит В и С
- Мочевыделительная система:**
  - + Общий анализ мочи;
  - + Креатинин;
  - + Мочевина;
  - + УЗИ почек
- Эндокринная система:**
  - + Гормоны щитовидной железы;
  - + Анализ крови на глюкозу;
  - + УЗИ щитовидной железы
- 5 специалистов по показаниям лечащего врача**
- Массаж**
- Вакцинация от гриппа**

Стоимость для женщин: ~~48~~40 рублей 44000 рублей

\*Подробности у администраторов

Лицензия №ЛО-14-01-001809 от 02 декабря 2015 года

Имеются противопоказания, необходимо проконсультироваться со специалистом

# Каких критериев вы придерживаетесь при выборе частной клиники?

С каждым годом частные медицинские клиники становятся все популярнее не только в России, но и в Якутске. Мы решили опросить жителей столицы и задали им один вопрос: «Какие критерии у вас при выборе частной клиники?»



**Анна Полятинская-Платонова, журналист:**

Самый главный критерий при выборе клиники — это ее врачи. Я врачам не только доверяю, но и искренне люблю их и уважаю. Труд врача не оценим! И мне всегда везло попадать в руки лучших из них, соответственно, получать очень качественную медицинскую помощь. Пользуясь случаем, хотелось бы поблагодарить этих истинных профессионалов своего дела.



**Марианна Бочкарева, учитель:**

Лично я на своем жизненном опыте и на опыте знакомых пришла к следующему выводу: наше здоровье зависит от нас самих. Сама по себе болезнь нечасто. Стараюсь обращаться только к проверенным врачам по

рекомендации своих знакомых. В платных клиниках знания у врачей такие же, как и в государственных, но как раз оснащенность лучше. В поликлиниках не делают многих анализов, которые иногда необходимы для диагностики. Поэтому при выборе платной клиники отдаю предпочтение тем, кто имеет хорошие отзывы моих знакомых, коллег. В общем, клинике с хорошей репутацией.

**Н.А. Ефимова, экономист:**

По-разному, но чаще по репутации самой клиники и квалификации врачей, их профессионализму. Также немаловажную роль играет место расположения клиники и ценовая политика. В клинике должно быть уютно, чисто и комфортно. Медперсонал должен относиться к пациентам с большим вниманием, заботой, а врачи должны вызывать доверие как профессионалы. В общем, все должно быть на высшем уровне, тогда мы будем обращаться только в эти клиники. Не так ли?

**Гаврил Адамов, поэт:**

Честно сказать, давно не ходил по врачам, стараюсь следить за здоровьем. Если бы не влияние СМИ, которые повсюду расска-



зывают о коррупции, халатности и так далее и разрушают стереотипы медицины, я бы доверяла всем клиникам и врачам на все сто процентов!

**Василина Егорова,**

**пред-приниматель:**

Критерии всегда разные при выборе частной клиники. Иногда выбираю ту, что поближе к дому. Случается, что слышала хорошие отзывы о каком-то враче, поэтому записываюсь именно к нему. У нас много хороших врачей, просто мы сами о них мало знаем. Но если врач принял тебя очень хорошо, выслушал, вылечил и помог, то в следующий раз ты не только сама помчишься к нему, а будешь «рекламировать» его своим друзьям, подругам и знакомым. Также очень много зависит от администраторов — тех, кто принимает звонки по телефону. Ведь если ты интересуешься по телефону об услугах и расценках, а тебе ответили холодно, то в такую клинику и идти не захочется...

Опрос провела Арина ЕГОРОВА

## Вопросы и ответы

# Victory Clinic: о врачах, лечении, стоимости услуг



**Уважаемые читатели! Мы продолжаем рубрику «Вопросы и ответы». На ваши вопросы отвечает опытный врач-терапевт Victory Clinic, известный блогер Леонид Харалампьев (Харалаан).**

Вы можете задать вопрос Леониду Николаевичу на сайте клиники victory-clinic.ru в разделе «Вопросы специалисту» или отправив свой вопрос на электронную почту: victory\_clinic@mail.ru

**Вопрос: «Хочу проконсультироваться у вас по поводу своей матери. Ей 47 лет, уровень сахара - 20 и давление - 185 уже месяц держится. Таблетки и инсулин не помогают. Что делать? Как снизить эти показатели? Где хороший эндокринолог, который может помочь? Как к озонотерапии отнестись? Хочу перевезти маму из деревни в город, на лечение. Иннокентий».**

Вашей маме необходимо снизить артериальное давление и снизить уровень глюкозы. Да, привезите ее в город и покажите врачу-эндокринологу. Глюкоза снижается инсулином, но не исключено, что ваша мама употребляет продукты, содержащие большое количество углеводов. От этого уровень глюкозы в крови опять повышается. Нужна диета и коррекция уровня глюкозы, тогда обязательно ее показатель снизится. И давление тоже можно снизить, в общем, нужно понаблюдать. Возможно, ваша мама употребляет после углеводов много жидкости (сахар всегда «тянет» за собой воду), что способствует повышению давления. Просто нужно понаблюдать и откорректировать лечение, ограничить употребление жидкости. Можете обратиться в Victory Clinic, в нашей клинике работают как опытные врачи-терапевты, так и эндокринологи.

**Вопрос: «Сколько стоит первичный осмотр проктолога (консультация)? И как записаться? Маша».**

Консультация врача-проктолога стоит 880 рублей. Если хотите получить консультацию профессора, то стоимость составит 1010 рублей. Записаться можно, позвонив по телефонам 425-000 или 421-000. Пожалуйста, звоните и приходите. Наш врач будет ждать вас.

**Вопрос: «Хочу обратиться по поводу сколиоза. Сколько стоит прием ортопеда? Кюннэй».**

Стоимость консультации травматолога-ортопеда в нашей клинике 850 рублей.

**Вопрос: «Является ли проведение лазерной коррекции зрения противопоказанием для европеизации глаз? Амга».**

Если лазерная коррекция зрения проведена вчера или пару дней назад, то это будет противопоказанием для евроблефаропластики (европеизации). Если вы прооперированы полгода или год назад, то противопоказанием для проведения евроблефаропластики не будет.

**Вопрос: «Как проходит в Victory Clinic запись к специалистам? За сколько дней нужно записаться, мы планируем приехать из района. Марина».**

Да, мы принимаем по предварительной записи. Запись проводится на ту дату, которая вас устроит. Рассчитайте, когда вы приедете в Якутск. Дайте себе еще один день на отдых и на следующий день можете обратиться в нашу клинику. Если вы приезжаете в Якутск 15 февраля, то можете 10 февраля позвонить и записаться на 16 или 17 февраля, на 10 утра. Наш администратор предложит вам несколько вариантов, а вам нужно выбрать подходящий. Если хотите сразу, в день приезда в Якутск, попасть к специалисту, то нужно позвонить нам заранее и записаться на дату приезда в Якутск. Для вас главное — позвонить и узнать, когда будет прием нужного специалиста.

**Вопрос: «Скажите, пожалуйста, сколько стоит обследование ребенка 3-х лет у невролога и с прохождением МРТ и ЭЭГ? Предварительный диагноз - ВЧД, гиперактивность, синдром рассеянного внимания, задержка психоречевого развития. И сколько это займет времени? Марина».**

Стоимость ЭЭГ 1080 руб. Консультация детского невролога - 900 руб. Возможно, вам потребуется консультация детского окулиста, осмотр сосудов глазного дна. МРТ детям 3-х лет не проводится, так как маленькие дети не могут полчаса лежать неподвижно, чтобы им без помех смогли сделать стабильные снимки.

**Вопрос: «Хочу удалить родинки на лице. Возможно ли это в вашей клинике? Виктория».**

Да, родинки в Victory Clinic можно удалить. Позвоните по тел. 425-000 или 421-000 и запишитесь на удобное для вас время. Стоимость процедуры удаления около 600 руб. за родинку размером менее 5 мм. Ро-

динка размером 1 см и более - около 2000 руб. Желательно предварительно сдать дерматоскопию в КВД и убедиться, что в родинках нет злокачественных клеток.

**Вопрос: «Оказывается ли в вашей клинике услуга вызова медсестры на дом, чтобы поставить уколы ребенку по назначению невролога? Если да, какова стоимость одной процедуры? Эльмира».**

Да, такие услуги есть в нашей клинике. Стоимость в/м 110 руб., в/в - 165 руб. Вызов в центре Якутска - 330 руб., за дальность + 220 руб.

**Вопрос: «Сколько стоит анализ на гормоны щитовидной железы? Катя».**

Стоимость анализа крови на гормоны щитовидной железы (ТТГ, свободный Т4, антитела к ТПО) - 465 руб. (каждый). Стоимость всех трех анализов 1395 руб.

**Вопрос: «Что входит в программу полного обследования детей в возрасте одного месяца? Входят ли в эту программу все анализы, УЗИ, осмотр всех специалистов? Елена».**

В Программу "Мой первый месяц" входят консультации — педиатра (3), невролога (1), хирурга (1), окулиста (1), ортопеда (1). Кроме этого, также общий анализ крови — 1, общий анализ мочи — 1, исследование кала на дизбактериоз — 1, УЗИ НСГ — 1, УЗИ тазобедренного сустава — 1. Стоимость всей программы 20000 руб. Есть в нашей клинике и другие, более развернутые программы. Но там наблюдение ребенка в течение года и, соответственно, стоимость программы дороже.

**Вопрос: «Подскажите, пожалуйста, сколько стоит в Victory Clinic подтяжка груди? Хотелось бы сделать после грудного вскармливания. Юлия».**

Стоимость мастопексии (подтяжки груди) от 33000 до 88000 руб. Вам необходимо проконсультироваться с пластическим хирургом для решения какой из подтяжек потребуются именно для вас.

**Вопрос: «Сколько стоит консультация врача-гинеколога? И по какому номеру можно записаться? Евгения».**

Консультация врача-гинеколога стоит 1045 руб. Записаться на консультацию можно по тел. 425-000 или 421-000.

**Вопрос: «Принимает ли у вас трихолог? Если да, то сколько стоит прием? Светлана».**

Функции врача-трихолога в Victory Clinic исполняет врач-дерматолог. Стоимость консультации 860 руб.

**Вопрос: «Скажите, пожалуйста, у вас делается лазерная липосакция лица и под каким наркозом? Можно ли совместить ее с блефаропластикой верхних и нижних век и сколько это приблизительно стоит? Евгения».**

Лазерная липосакция в нашей клинике не проводится, но липосакцию проводят традиционным способом. То есть под местным обезболиванием вводится специальный раствор, затем через маленькие разрезы вводится канюля и производится липосакция. Насчет совмещения с блефаропластикой — да, возможно. Стоимость липосакции 25000 руб., блефаропластики — 39000 руб. Но эта стоимость приблизительная, она зависит от объема липосакции.

**Вопрос: «Подскажите, сколько стоит баканализ по направлению «гинекология»? Виктория».**

Фемофлорскрин - 1540 руб., фемофлор-16 - 2240 руб., ПЦР-анализы - каждая инфекция по 290 руб., а всего их 12 видов.

**Вопрос: «Скажите, пожалуйста, сколько стоит МРТ головного мозга? Лидия».**

МРТ головного мозга (стандарт) стоит 3800 руб., МРТ головного мозга (расширенный пакет VIP) - 8100 руб., МР-ангиография артерий головного мозга (бесконтрастная) - 4800 руб., МР-ангиография вен головного мозга (бесконтрастная) - 4800 руб., МРТ головного мозга с бесконтрастной ангиографией артерий (или вен) головного мозга - 5300 руб., МРТ головного мозга с бесконтрастной ангиографией артерий и вен головного мозга - 8600 руб.

Будьте здоровы!

Подготовила Арина ЕГОРОВА.



Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста.

# Худеем... вкусно!

## Домашние куриные сосиски



В наше время вряд ли найдется человек, не пробовавший сосисок, и, без сомнения, они понравились многим, а на прилавках магазинов представлено великое множество их видов на любой вкус и цвет. Но все знают, что в данный продукт часто входят не самые полезные ингредиенты. Так почему бы не побаловать себя и своих близких любимым блюдом из полезных продуктов?

### Ингредиенты:

Куриная грудка - 1 шт.;  
яйцо куриное - 1 шт.;  
морковь (средняя) - 1 шт.;  
лук - 1 шт.;  
чеснок - 1 головка;  
соль, перец по вкусу.  
Калорийность состава 282 ккал.  
Белков 15 г. Жиров 24 г. Углеводов 1 г.

### Приготовление:

Куриную грудку моем, очищаем от кожи, убираем кости. Из очищенного филе готовим фарш, в него добавляем яйцо. К фаршу добавляем протертую на мелкой терке морковь,

мелко порубленный лук и чеснок.

Затем солим, добавляем перец и специи по вкусу. Можно взять смесь приправ для курицы. Полученную смесь разбавляем молоком (или водой) и хорошенько перемешиваем. Следующий этап - приготовление сосисок. Для этого необходимо расстелить пищевую пленку и аккуратно выкладывать на нее фарш. Чем больше фарша вы положите, тем толще получится сосиска. Сворачиваем пленку с фаршем в трубочку несколько раз. Отрезаем пленку и сворачиваем краешки как конфетный фантик, можно связать в узелок или перевязать ниткой. Опускаем готовые сосиски в кипящую воду и варим 20 минут. Готовые сосиски остужаем, снимаем пленку. Готово! По желанию можно обжарить сосиски до золотистой корочки, а можно заморозить для дальнейшего хранения.

## Салат из свежей капусты с морковью



Вкусный, полезный, быстрый салат на вашем столе порадует всех!

Такой салат из капусты с морковью готовится легко и быстро - за 10-15 минут.

### Ингредиенты на 2 порции:

Капуста белокачанная - 150 г;  
морковь - 100 г;  
болгарский перец - 100 г;  
лук репчатый - 1 шт.;

растительное масло - 5 ст. л.;  
яблочный уксус, соль, сахар, перец красный молотый - по вкусу.

Калорийность состава 175 ккал.  
Белков 1 г. Жиров 17 г. Углеводов 6 г.

### Приготовление:

Салат из капусты с морковью, несомненно, придется по вкусу поклонникам здоровой еды, а также ценителям простой и вкусной русской кухни, откуда родом этот кулинарный рецепт. Итак, капусту нужно нашинковать, но не мять! Сладкий перец, морковь и лук нарезаем тонкой соломкой (или как вариант - брусочками). Смешиваем все ингредиенты. Заправляем получившуюся смесь солью, сахаром (не больше одной столовой ложки), добавляем растительное масло, а также немного уксуса и, хорошенько перемешав, оставляем настаиваться примерно с полчаса. Преимущество этого салата в том, что его можно подать к столу не только в день приготовления, но и в следующие дни, если переложить салат в банку, но, конечно, нужно, чтобы он не прокис. Свежий репчатый лук кому-то может показаться тут лишним, но как ни странно в салате он почти не чувствуется и только придает ему некоторый пикантный оттенок вкуса. Яблочный уксус при желании можно заменить соком от половинки лимона.

## Печенье овсяное

Даже когда следишь за фигурой, так хочется сладкого... Выход есть всегда! Любая девушка или женщина, пожалуй, хотя бы раз в жизни сидела на диете. Естественно,



что в это время хочется иногда полакомиться чем-нибудь сладким. Овсяное печенье - лучший выход для тех, кто стремится похудеть.

### Ингредиенты на 8 порций:

Овсяные хлопья - 500 г;  
подсолнечное масло - 0,5 стакана;  
вода - 0,5 стакана;  
финики - 150 г;  
грецкие орехи - 0,5 стакана;  
Лимонный сок - 1 стол. л.;  
сода пищевая - 1/4 ч. л.  
Калорийность состава 355 ккал. Белков 8 г. Жиров 20 г. Углеводов 49 г.

### Приготовление:

Для начала измельчаем предварительно промытые и высушенные грецкие орехи и выбранные сухофрукты (курагу, чернослив, изюм) в блендере. Теперь перемешиваем их с половиной килограмма овсяных хлопьев. После этого заливаем смесь чуть теплой водой, добавляем подсолнечное масло и всю массу тщательно перемешиваем. Затем пищевую соду гасим в соке лимона и добавляем в нашу массу и еще раз ее хорошенько перемешиваем. Лепим из полученного теста печенье, укладываем в форму для выпечки и ставим форму в разогретую до 180 градусов духовку примерно на 20 минут.

Приятного аппетита!

WWW.VICTORY-CLINIC.RU

VICTORY CLINIC+

Лицензия №ЛО-00-14-001489 от 13 ноября 2014 года

РЕКЛАМА

Check UP

Комплексное обследование CHECK-UP

Проверьте себя!

г.Якутск, пр-кт Ленина, д.3/1  
Call-центр: 421-000, 425-000

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С СПЕЦИАЛИСТОМ.

## С Днем защитника Отечества!

Уважаемые мужчины - коллеги, врачи, медики и наши читатели!

От имени коллектива Victory Clinic примите сердечные поздравления по случаю замечательного праздника - Дня защитника Отечества!

Этот праздник олицетворяет для многих поколений россиян силу и мощь Российской державы, любовь и преданность своей Отчизне, способность заботиться и защищать свою семью!

Самое ценное, что есть в нашей жизни, - это мир, спокойствие и стабильность, а потому не случайно День защитника Отечества имеет богатую и славную историю. Как бы ни назывался этот праздник, он всегда был символом мужества, самоотверженности, достоинства и чести.

Искренне желаю всем вам, уважаемые мужчины, семейного благополучия, успехов

во всех делах и начинаниях, осуществления планов и выполнения поставленных задач. И пусть каждый день несет вам только радость и много интересных встреч и событий!



С праздником, Днем защитника Отечества, всех мужчин - врачей, медиков и читателей газеты «МЕДОVIC+»!

С наилучшими поздравлениями,  
Елена БОДУНОВА,  
главный врач,  
и прекрасные сотрудницы Victory Clinic

Области исследования:

- Головной и спинной мозг
- Позвоночник
- Органы брюшной полости и малого таза
- Мышцы, связки и суставы
- Онкопоиск

Мы рады видеть вас по адресу:  
ул.Лермонтова, д.25/2А  
Тел.: 32-80-80  
Call-центр: 421-000, 425-000

Это может быть самый нужный снимок в вашей жизни

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Лицензия: ЛО-14-001356 от 17 апреля 2014 г.