

РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ COVID-19

Почти год мы все живем в новых условиях – пандемии новой коронавирусной инфекции. На борьбу с COVID-19 брошены все силы, но болезнь пока не отступает. Люди, переболевшие коронавирусом, не выходят из больниц абсолютно здоровыми. Как подчеркивают в Минздраве России, восстановление требуется начинать как можно раньше. Медицинский центр «Медсервис» предлагает комплекс реабилитационных услуг для всех, кто перенес коронавирусную инфекцию.

Перед реабилитацией следует обратиться к терапевту, который порекомендует поддерживающее медикаментозное лечение, поможет подобрать программу реабилитации и проконтролирует все этапы восстановительного процесса.

Миру еще предстоит изучить последствия перенесенной новой коронавирусной инфекции - как она отразится на здоровье людей через год, пять, десять лет. Уже сейчас известно, что у людей, страдающих хроническими заболеваниями легких, сердца, почек и крови, заболевание протекает тяжелее и зачастую осложняется декомпенсацией функций органов, развитием миокардитов (воспаление сердечной мышцы), аритмий, инсультов и инфарктов.

Уже доказано, что вирус обладает выраженной нейротропностью и нейротоксичностью с развитием аносмии - внезапной потери обоняния, головной боли, нарушений сна, а также когнитивных нарушений в виде снижения памяти и умственной работоспособности.

- Данное заболевание приводит к нарушениям функции всей кислородтранспортной системы: от поражения органов дыхания до системы органов, утилизирующих результаты аэробного и анаэробного окисления, - поясняет заведующая терапевтическим отделением поликлиники

ООО «Медсервис» Эльвира Бухариева, - но не стоит поддаваться панике, этот постепенный процесс требует длительного срока для восстановления всех нарушенных функций и их компенсации.

Реабилитация после коронавируса необходима каждому переболевшему вне зависимости от степени тяжести заболевания. Пациенты, которые перенесли среднетяжелую и тяжелую формы коронавирусной пневмонии, нуждаются в обязательной комплексной реабилитации.

Процесс строго индивидуальный. Если пациент переболел COVID-19 в легкой или средней степени тяжести, то восстановление займет около месяца. После тяжелой формы заболевания (особенно с осложнениями) пациентам придется восстанавливаться в течение шести месяцев и дольше.

Главная цель специалистов ООО «Медсервис» в реабилитации – возвращение пациента к нормальной жизни и профессиональной деятельности.

- Для разработки реабилитационной программы восстановления пациентов в нашей поликлинике проводится тестирование для выявления дефицита дыхательной, сердечнососудистой и нервной системах, - рассказывает Ирина Руцкова, заведующая отделением восстановительного лечения и реабилитации.

Отталкиваясь от результатов теста, пациентам назначается реабилитационное лечение. В него входит широкий спектр услуг: массаж грудной клетки для выведения мокроты, оксигенация, озонотерапия, физиотерапия, иглорефлексотерапия. Также на базе ОВЛиР предусмотрены курсы на 12-14 дней. В реабилитационные программы курсов включены все необходимые мероприятия: дыхательная гимнастика, ЛФК, ингаляции, рефлексотерапия для восстановления психоэмоционального



состояния и сна и многое другое.

Все эти реабилитационные мероприятия способствуют возвращению пациента к обычной жизни и в производственный процесс, - говорит Ирина Руцкова.

Когда нужно начинать реабилитацию? Специалисты ООО «Медсервис» советуют начинать реабилитацию как можно раньше. На сегодняшний день в арсенале физиотерапевтического отделения поликлиники имеется большое количество разнообразного оборудования для ранней реабилитации – аппаратная физиотерапия.

В ООО «Медсервис» вы сможете пройти несколько разных видов терапии, оказывающих противовоспалительный, стимулирующий эффект для организма, - рассказывает Ольга Соколовская, заведующая физиотерапевтическим отделением.

Классические программы реабилитации после тяжелых острых респираторных инфекций, в том числе и после коронавирусной пневмонии, базируются на трех китах: дозированная физическая нагрузка под контролем специалиста, аппаратная физиотерапия и методы респираторной реабилитации, когда воздействие происходит непосредственно на слизистую оболочку дыхательной системы.



СОСУДИСТЫЙ ХИРУРГ

Варикозные вены – это не только косметический дефект. Это причина осложнений и снижения качества жизни. Дальнейшее прогрессирование проблемы без лечения неизбежно.

Поэтому варикозные вены следует «выключать» из кровообращения - это нормализует венозный отток и снимает нагрузку со здоровых вен.

Основным методом диагностики варикозного расширения вен является ультразвуковое дуплексное сканирование (УЗДС) вен нижних конечностей. Метод УЗДС дает полноценную картину о состоянии ваших вен, их проходимости, состоянии клапанного аппарата, дает возможность полностью определиться, какой метод лечения подходит именно Вам. Проводимые исследования вен в клинике «Медсервис» выполняются оперирующими сосудистыми хирургами, флебологами. Это позволяет определить тактику лечения непосредственно во время исследования.

Эндовенозная лазерная облитерация (коагуляция) (ЭВЛК) проводится с применением местной анестезии под ультразвуковым контролем. Процедура выполняется амбулаторно. Суть методики заключается в том, что под контролем УЗИ пунктируется необходимая варикозная вена и в нее вводится тонкое оптическое волокно (лазерный световод).

Во время проведения лечения пациент не чувствует сильной боли. Единственное, что пациент может почувствовать, это инъекции анестезии и распирание от вводимого раствора, о котором его предупреждает доктор и которое практически сразу проходит. Затем с помощью лазерной энергии некомпетентная вена разрушается изнутри, и кровь на-

чинает бежать обратно к сердцу по здоровым сосудам. Это абсолютно безболезненно, т.к. внутри вен нет нервных окончаний.



ЭВЛК является очень надежным методом лечения крупных варикозных вен с отдаленным показателем успеха 97-100%. Достаточно часто процедура ЭВЛК дополняется выполнением минифлебэктомией (микрофлебэктомией) или склеротерапией. Места инъекций закрываются специальными гипоаллергенными наклейками, валиками и подкладками, поверх которых надевается компрессионный чулок 2 класса компрессии. Процедура длится в среднем от 40 до 60 минут (зависит от дополнительных манипуляций), после чего пациент встает и самостоятельно покидает нашу клинику.

Все, что было характерно для открытых операций, в прошлом. Теперь лечение ориентированно на безоперационность и минимальный дискомфорт для пациента. Отсутствует общий наркоз, разрезы. Не требуется госпитализация в стационар и длительная реабилитация.

Ни один другой подход в современной флебологии не дает таких поразительных результатов - устранения венозного заболевания радикально, на длительный срок, эстетично и без следов.

Данный метод позволяет достигать как прекрасный лечебный, так и **косметический результат. Следов на коже не остается, разрезы отсутствуют.**



Торцевой световод



Радиальный световод

НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ С НОВЫМ АППАРАТОМ!

В медицинском центре ООО «Медсервис» появился современный иммунохимический анализатор Cobas e 411. Анализатор выполняет тесты по технологии электрохемилюминесценции: «золотой стандарт». Преимущества используемой технологии: высокая аналитическая чувствительность, широкий диапазон измерения.

Иммунохимический анализ (ИФА) – это комплексная методика, которая определяет популяцию клеток, концентрацию сывороточных иммуноглобулинов, циркулирующие иммунные комплексы. В этот анализ входит проверка качества иммуноглобулинов и репродуктивных гормонов.



Гормональная и иммуноферментная диагностика дает возможность понять общее состояние человеческого организма, качество его защитной и репродуктивной функции. При помощи этого анализа специалист может поставить окончательный диагноз даже в самых сложных случаях.

Система анализатора полностью автоматизированная. Готовые к использованию жидкие реагенты со штрих-кодом, одноразовые накопители и реакционные пробирки исключают риск контаминации. Автоматическое программирование гарантирует надежность и точность результатов. Встроенная система мониторинга контроля качества обеспечивает получение достоверных результатов.

Возможность выполнения Экспресс-анализа без прерывания текущего процесса дает возможность получить результат уже на следующий день.

Подробная информация и запись на исследования или прием по телефону 8 800 250 32 90

ЗНАКОМСТВО С ДОКТОРОМ



**Врач-стоматолог-ортопед
Авдиенко Анастасия Владимировна.**

- Девушка, пригласите пожалуйста доктора!

- Я и есть доктор, слушаю Вас, что Вас беспокоит?

- Ох, извините меня, так молодо выглядите!

- Эту фразу я слышу чаще всего от своих пациентов. И уже привыкла к недоумению и понимаю чем это вызвано. Врач стоматолог - ортопед, предположительно статная дама с большим опытом, а тут молодая, хрупкая девушка!

Время идёт, всё меняется, в том

числе и представление о врачах и остоматологическом приёме в принципе. Давайте знакомиться.

Меня зовут **Авдиенко Анастасия Владимировна**, врач стоматолог-ортопед. В 2013 году закончила Башкирский Государственный Медицинский Университет в городе Уфе, стоматологический факультет.

После пяти лет обучения, целенаправленно поступила в ординатуру по специальности стоматология – ортопедическая, где проучилась ещё два года.

Во время обучения в университете, проходила практику в ООО «Медсервис» под руководством заведующей стоматологического отделения Ракитиной Ольги Николаевны, и именно тогда я решила, что обязательно вернусь работать сюда. Время вносит свои коррективы, у-



вердившись в своей профессии, получив определенный опыт работы, я продолжила свое обучение в области стоматологии, освоила новые технологии и в настоящее время смело могу предложить Вам следующие виды работ: -функциональное протезирование металлокерамическими коронками;

-эстетическое протезирование безметалловой керамики, в том числе виниры;

- протезирование зубов на имплантатах;

- протезирование съёмными протезами.

Папа мне всегда говорил: «учись Настя, учись!», и он был прав (смеюсь). Мечтала ли я стать врачом? Да, мечтала. Помню, как сидела с зубной болью в 8 классе около стоматологического кабинета, ожидая своей очереди, дрожа от страха. Возможно именно в тот момент я поняла, что хочу быть врачом стоматологом и лечить зубки без страха для пациента, находить нужные слова, успокаивать и максимально комфортно проводить процедуру лечения. Именно этим я и занимаюсь в настоящее время.

**Подробная информация и запись
к врачу стоматологу-ортопеду
по телефону 8 800 250 32 90.**

РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ COVID-19

В физиотерапевтическом отделении есть индивидуальный план реабилитационной программы, в которую входит комплекс процедур: лечебная гимнастика, дыхательная гимнастика, физиотерапия, включающая ингаляции, магнитотерапия, лазеротерапия, электрофорез и фонофорез лекарственных средств,

- добавляет Ольга Соколовская. Но если у пациента болезнь протекала в сложных формах, лучше всего восстанавливаться в условиях стационара или местных санаториях на территории Башкортостана, так



как при переезде в другую климатическую зону может произойти срыв адаптации и обострение хронических заболеваний. Климатотерапия в условиях гор помогает после перенесенной пневмонии, осложненной фиброзом легких, а также с сопутствующими заболеваниями сердечно-сосудистой системы.

Комментарий: Эльвира Бухарева, заведующая терапевтическим отделением ООО «Медсервис»:

Во время реабилитационного периода, я рекомендовала бы нефтехимикам придерживаться диетотерапии. Принимайте пищу чаще, но маленькими порциями, чтобы не нагружать желудочно-кишечный тракт. Больше фруктов и витаминизированных продуктов.

Из медикаментозной терапии обязательны поливитамины с содержанием витаминов группы В, С, D. Обратите свое внимание на антиоксидантную терапию, такие пре-

параты как Мексидол, Милдронат и, опять же, витамин С. Предварительно, конечно же, обратитесь к врачу для консультации по препаратам. Не занимайтесь самолечением. Больше двигайтесь – вводите в свою жизнь умеренные физические нагрузки, наши легкие должны дышать. Если легкие были не сильно поражены после перенесенной болезни, то разрешены пешие прогулки, плавание, ходьба. Если случай тяжелый, то стоит начать реабилитацию с дыхательной гимнастики, постепенно вводя в свою жизнь легкие физические нагрузки. Нам это необходимо для прокачки диафрагмы, легких, грудной клетки. Не страшно, если вы не умеете делать дыхательную гимнастику. Всегда можно обратиться в нашу поликлинику на занятия ЛФК – есть групповые и индивидуальные тренировки со специалистами.

Берегите себя и своих близких!

ПОЗДРАВЛЯЕМ НАШИХ ЗАЩИТНИКОВ!

Дорогие наши мужчины, поздравляем вас с праздником мужества, благородства и чести – с Днём защитника Отечества!

Желаю вам счастья, жизни наполненной миром, крепкого здоровья, благополучия, успехов и любви близких. Пусть на вашем пути не будет преград, а вы всегда смело шагайте к своим целям. Пусть все ваши мечты сбываются!!!

**Заведующий по АПР
Лутошкина А.С.**

Наш чудесный коллектив
Дружный и сплоченный.
Мы работаем на бис!
Очень увлеченно!

Мы поздравить всех хотим,
Пожелать успехов.
И COVID мы победим,
Он нам не помеха!
УРА!!!УРА!!!УРА!!!

**Заведующий
стоматологическим отделением
Ракина О.Н.**

Желаю, чтобы двадцать третий день февраля помог открыть в себе что-то креативное, неизведанное, новое. Пусть впереди у вас будет прекрасное будущее с интересными перспективами, заманчивыми предложениями и достойными вознаграждениями!

**Начальник ЦПМУ
Мазитова И.И.**

Уважаемые мужчины, поздравляю вас с Днем защитника Отечества! Желаю вам мирной жизни, без войн, потерь и трагедий. Пусть ваши силы растут, умения и навыки множатся, достижения превосходят все ожидания. Пусть окружающие радуют, семья дает силы и вдохновение, работа приносит желанные плоды. Мужества вам, силы духа и много удачи!

**Заведующий
диагностическим отделением
Пустарнакова С.А.**

Без лишних слов
и праздничных объятий,
Раз не велит бездушный
Здравнадзор,
Желаю исполнения всех желаний,
Отважных самых, вирусу
наперекор!

**Заведующий
функциональной диагностики
Эрте Л.В.**

-Пусть будет лёгкой ваша ноша,
-Не гнет жена, не пилит теща,
- В карманы денежки идут,
- А дома любят вас и ждут.

**Заведующий физиотерапевтическим
отделением
Соколовская О.М.**

Хочу поздравить всех наших самых сильных, умных, красивых, энергичных, целеустремленных мужчин с их праздником - Всемирным днем мужчин! Желаю вам мужской силы и женского внимания, высоких целей и отменных успехов!

**Главный специалист по ДРиЛ
Пестряева Ю.С.**

С Днем защитника Отечества! Здоровья, благополучия, гармонии во всем, мирного неба над головой. Пусть сила духа и мужество помогут достигнуть новых высот в жизни!

**Заведующий розничной аптекой
Кузьмина Н. В.**

Вы-наша опора, вы-честь и хвала,

Вы наши орлы,
вы два сильных крыла,
Защита, семья, вдохновение,
смелость, забота, любовь,
процветание, ценность!

Вы те, кому жизни
доверить не страшно,
А это, поверьте-достойно и важно!

Мы любим Вас очень,
всегда уважаем.

Защитники наши,
мы Вас поздравляем!

**Заведующий-провизор больничной
аптекой Каримова Е.В.**

БЛАГОДАРНОСТЬ ВРАЧАМ!



**Заведующий отделением, врач-сердечно-сосудистый хирург/флеболог.
Побережный В.А.**

От всей души хочу выразить благодарность заведующему отделением сосудистой хирургии Побережному Владимиру Ярославовичу, заведующему отделением РХМДиЛ Иванову Андрею Геннадьевичу за успешно проведенную операцию, за чуткость и внимание, за их золотые руки. Вы - врачи от Бога



**Заведующий отделением
врач по рентгенэндоваскулярной
диагностике и лечению.
Иванов А.Г.**

Сама я из Уфы, но вы никогда не отказываете в помощи и делаете невозможное возможным, в очередной раз спасая мою жизнь. Не хватит слов чтобы выразить мою признательность! Отдельную благодарность выражаю медицинскому персоналу отделения за доброжелательное отношение и чуткость по отношению к пациентам.

**Желаю Вам крепкого здоровья,
счастья и дальнейших
профессиональных успехов.**

Иванова И.И.



Учредитель ООО «Медсервис»,
г. Салават, ул. Октябрьская, 35.
E-mail: contact@salavatmed.ru.



Отпечатано в ООО "Полиграфдизайн"
г. Уфа, Ульяновых 65/17
Тираж 999 экз.