

НОВЫЕ ДРУЗЬЯ



В феврале в клинике «Медсервис» с рабочим визитом побывала делегация, представляющая ОАО «Башнефть».

В рабочую группу вошли Костин А.А. - начальник отдела социального обеспечения Департамента по управлению делами, Ворновская Е.Ю. - менеджер по охране здоровья, департамента охраны труда, промышленной безопасности и экологии ОАО АНК «Башнефть»; Морозов В.А. - ведущий инженер по охране здоровья, Департамент охраны труда, промышленной безопасности и экологии ОАО АНК «Башнефть»; Каримова Л.К. - заведующий отделом гигиены и физиологии труда, доктор медицинских наук ФГУН «Уфимский научно-исследовательский институт медицины труда и экологии человека»; Мулдашева Н.А. - руководитель ФМБА России Межрегиональное управление № 20 федерального медико-биологического агентства.

В ходе встречи гости ознакомились с работой клиники и смогли оценить организацию медицинского обслуживания для сотрудников ОАО «Газпром нефтехим Салават». Затем, на совместном совещании с директором ООО «Медсервис» Мовергозом С.В., обсудили возможности дальнейшего сотрудничества, в том числе предоставления медицинских услуг для сотрудников ОАО «Башнефть». К тому же будет оказана всесторонняя научно-практическая, аналитическая консультативная помощь ФГУН «Уфимский научно-исследовательского института медицины труда и экологии человека» во время проведения лечебно-диагностических, медицинских профилактических мероприятий в ООО «Медсервис» для нефтехимиков ОАО «Газпром нефтехим Салават», ОАО «Башнефть».

Хирургия без наркоза и разрезов



С начала 2014 года в ООО "Медсервис" уже проведено 13 операций (из них 10 в плановом порядке и 3 - с острым коронарным синдромом) на сердце по расширению сосудов или коронарное стентирование.

Стентирование сосудов сердца считается самым щадящим хирургическим методом лечения при ишемической болезни сердца. Проводится под местной анестезией и заключается в установке в узком просвете сосуда сетчатого металлического каркаса (стента) посредством ангиопластики. Вся операция может занимать около 1 часа. После операции пациент находится недолгое время в стационаре и не нуждается в каких-либо специальных ограничениях.

Большой семинар для врачей-хирургов



Выездной цикл лекций в режиме представления был организован Институтом последипломного образования Башкирского государственного медицинского университета. Профессора, доктора медицинских наук кафедры хирургии провели обучение врачей клиники по курсу эндоскопии.

Обучение врачей хирургического профиля проходило на базе ООО «Медсервис». Процесс для работников клиники был организован без отрыва от основной деятельности и на приеме пациентов не сказался. Преподаватели БГМУ читали лекции и презентовали новые программы плановой, экстренной, сосудистой и эндоваскулярной хирургии. После официальной части шел обмен мнениями по актуальным вопросам. Мы говорили на злободневные темы, волнующие и интересующие практикующих врачей, - отметил на последней лекции профессор, доктор медицинских наук Сергей Федоров. - В то же время хочу отметить, что общение было полезным и взаимовыгодным для обеих сторон. В свою очередь, мы были приятно удивлены высоким уровнем подготовки наших салаватских коллег.

По окончании семинара все врачи-хирурги получили соответствующие удостоверения и сертификаты.

Ближе к людям



Все самое интересное о людях и событиях компании «Газпром нефтехим Салават», а также медицинского центра «Медсервис», вы можете увидеть на 5 канале в программе «Вокруг компании». Новый формат, новые герои, самые свежие новости. Будь в курсе! «Вокруг компании» - смотрите каждый понедельник и вторник в 10.00, 12.00 и 19.00 на 5 канале.

Здоровье сильной половины человечества



Пулин Иван Львович, заведующий урологическим отделением:

Рак простаты – это серьезное заболевание мужской половой сферы, которое характеризуется развитием злокачественной опухоли из тканей предстательной железы. Основными факторами риска развития рака простаты являются: возраст старше 65 лет, наличие рака предстательной железы у близких родственников, прием тестостерона (мужского полового гормона) и др. Рак предстательной железы длительное время протекает бессимптомно и проявляется лишь на поздних стадиях заболевания.

Основными признаками рака простаты являются:

- Частые позывы к мочеиспусканию, особенно ночью.
- Трудности в начале и в конце мочеиспускания.
- Слабая или прерывистая струя мочи.
- Недержание мочи.
- Боль или чувство жжения во время мочеиспускания или семяизвержения.
- Наличие крови в моче или сперме.
- Длительное отсутствие мочеиспускания.
- Непрерывные боли в глубине малого таза, в крестце, спине и в ребрах.

В ООО "Медсервис" проводится полная диагностика рака простаты, которая включает несколько основных методов: пальцевое исследование прямой кишки, определение уровня простат-специфического антигена в крови (ПСА), УЗИ и биопсию (исследование участка опухоли под микроскопом).

Хирургическое лечение рака простаты включает несколько типов операций, каждая из которых проводится при различных стадиях рака. Так, полное удаление предстательной железы (радикальная простатэктомия) рекомендовано на ранних стадиях рака простаты, когда опухоль ограничена и не выходит за пределы простаты. Своевременное проведение данной операции приводит к полному излечению от рака. В ООО "Медсервис" такая операция проводится лапароскопическим методом, т.е. без полостных разрезов, что существенно сокращает время восстановления пациента.

6 ПОВОДОВ ПОСЕТИТЬ ГИНЕКОЛОГА



Зарипов Тимур Шамилович, заведующий гинекологическим отделением

Повод 1-й. Выбрать способ предохранения от беременности

Методов контрацепции существует слишком много. И подобрать оптимальный можно, только прислушиваясь к рекомендациям профессионалов. От этого зависит и здоровье, и прочность взаимоотношений с любимым человеком.

Повод 2-й. Продлить женскую молодость

Скажете — глупости, время все равно возьмет свое. Конечно, но вам ведь не все равно когда. Неужели не хочется лишней десяток лет пожить в свое полное женское удовольствие? Вовремя получить нужные рекомендации и начать заместительную гормональную терапию, не дожидаясь, пока возрастные изменения буквально «рассыпят» вас на части. Если женщина будет следовать рекомендациям гинеколога, она не доведет себя до выраженного остеопороза, дисфункции щитовидной железы и тяжелых сердечно-сосудистых заболеваний.

Повод 3-й. Не потерять форму

Наверное, многие женщины замечали, что после 40-45 лет худеет с трудом. В этом опять же повинны гормоны, уровень которых может определить только врач. Он же при необходимости назначит и гормональную коррекцию. В сочетании со здоровой диетой это поможет вам еще многие годы оставаться стройной.

Повод 4-й. Избежать ненужных операций

Порой небольшая миома, особо не беспокоит, а гинеколог настаивает на операции. Почему? Да просто боится: вдруг упустит момент, когда миома станет представлять угрозу для жизни. Пациентка в очередной раз не явится на прием, новообразование начнет резко расти, не дай бог, присоединится онкологическая

патология. Вот и лишают порой «на всякий случай» женщин матки, а заодно, случается, и яичники прихватывают. И все из-за нашей беспечности. Если пациентка дисциплинирована, регулярно наблюдается у врача и соблюдает все его рекомендации, хороший гинеколог никогда не назначит ненужную операцию.

Маленьких девочек пугают зубным врачом. Большие же сами ежатся от перспективы посещения гинеколога. И тем не менее, существуют поводы, когда нужно быть послушным ребенком, пересилить себя и навестить то самое "удобное" кресло. О, как жестоко ошибаетесь вы, всезнающие дамы и совсем еще юные девушки! Вы даже не знаете, сколько у вас поводов хотя бы раз в году посещать самого интимного в мире врача. Ведь если бы знали, обращались к гинекологу не только при подозрении на беременность.

патология. Вот и лишают порой «на всякий случай» женщин матки, а заодно, случается, и яичники прихватывают. И все из-за нашей беспечности. Если пациентка дисциплинирована, регулярно наблюдается у врача и соблюдает все его рекомендации, хороший гинеколог никогда не назначит ненужную операцию.

Повод 5-й. Предупредить онкологические заболевания

Эта истина очевидна — чем раньше узнаешь о предрасположенности к недугу, тем легче будет вылечиться. Даже трудно поддающийся диагностике рак яичников можно предупредить, если женщина с семейной предрасположенностью к этому заболеванию возьмет за правило регулярно посещать гинеколога. Врач направит на генетическое исследование, чтобы определить, есть ли в хромосоме поломка ДНК, назначит профилактические средства, соориентирует ее на иные жизненные планы. Например, посоветует скорее родить ребенка, а затем через 5—7 лет согласиться на превентивное удаление яичников.

Повод 6-й. Стать на анализ мазки и пройти УЗИ

Иногда в процессе такого обследования узнаешь о себе много интересного, и это не страшно, если происходит вовремя. Вы уверены, что с маткой и яичниками все в порядке? И вы полностью доверяете своему партнеру? Вовремя обнаружить половые инфекции-невидимки (хламидиоз, герпес, папиллома-вирус) и даже банальный дисбактериоз влагалища — значит существенно повысить свои шансы дожить до глубокой старости с состоянием женских половых органов, близким к идеальному.

МАММОГРАФИЯ ПРОТИВ РАКА ГРУДИ

Общепринятым стандартом обследования пациенток с заболеваниями молочных желез являются: клинический осмотр, рентгеновская маммография в сочетании со специальными методиками, ультразвуковое исследование молочных желез в возрастной группе до 35 лет.

Снижение показателей смертности от рака молочной железы возможно при выявлении и лечении рака на ранней стадии. Одной из форм профилактики этого заболевания являются целевые профилактические обследования с использованием конкретного диагностического метода.



Цветова Надежда Владимировна,
заведующая рентгенологическим отделением

Такие обследования получили название скрининговых. Маммографический скрининг проводят женщинам старше 35 лет. При отсутствии патологии повторные маммографии необходимо выполнять раз в два года до 50 лет, а после 50 лет проводить маммографию ежегодно.

Когда делать маммографию молочных желез?

Время проведения маммографии желательно подобрать заранее, но при срочной необходимости обследование проводят не обращая внимание на день цикла.

То, на какой день цикла проводится маммография, зависит от индивидуальных особенностей организма, но, как правило, это первые несколько дней после окончания менструации – 6-12 день от ее начала.

Что показывает маммография?

С помощью маммографии можно обнаружить как злокачественные, так и доброкачественные образования. Например, маммография определяет кальцинаты – скопление солей кальция в тканях. Иногда это является признаком начальной стадии рака, если они собраны в небольшие, но множественные образования (это означает гиперактивность клеток). Если же кальцинаты большие по размеру, то это не повод к предположению о возможных злокачественных процессах. При ощупывании кальцинаты не выявляются, поэтому маммографию можно считать единственным оптимальным способом их обнаружения.

Также с помощью этой диагностики исследуются кисты: их размер, примерная структура. Отличить кисту от опухоли маммография не может.

Третья группа доброкачественных образований, которые «видит» маммография, – фиброаденомы.

Как делается маммография?

Это безболезненный способ обследования железы, однако, если грудь болит, то из-за давления может быть дискомфорт. Аппарат состоит из двух пластин – рабочей области, которые размещены горизонтально. Женщина кладет грудь на первую нижнюю пластину, а специалист опускает на нее вторую верхнюю пластину и слегка придавливает молочную железу. Так делается несколько снимков с разных сторон молочной железы.

Специальной подготовки к маммографии не требуется, но перед проведением обследования специалиста нужно предупредить о беременности, кормлении грудью или наличии имплантатов, если это актуально.

В день проведения (накануне) не используйте средства для тела (в том числе и духи) в области груди, не надевайте ювелирные изделия и поинтересуйтесь, нужно ли перед началом процедуры принять анальгетик, если грудь болит.

Результаты маммографии обычно готовы в день обследования.

В Салавате накоплен существенный опыт рентгенологической диагностики различных заболеваний молочной железы. В ООО «Медсервис» маммографические обследования проводятся на цифровом аппарате "LORAD SELENA", производство HOLOGIC (США, 2008 г.), оснащенный рабочей станцией "SecurViewDX" с двумя смотровыми мониторами, позволяющими одновременно анализировать полученные стандартные двухпроекционные изображения молочных желез в выбранном масштабе. SecurViewDX предоставляет изображения и инструментальные средства повышения качества изображения, чтобы помочь радиологу в работе с изображением.

Главное здоровье



Всем известно как важно регулярно проходить медицинские обследования, но, к

сожалению, при современном ритме жизни крайне сложно выделить на это время. Подняться утром, добраться до лаборатории, затем еще раз посетить врача, дабы узнать результаты анализов... Чаще всего, представляя себе всю эту череду действий, мы откладываем на потом, но потом может быть поздно. Чем раньше выявлено заболевание, либо распознана предрасположенность к его возникновению, тем проще избежать развития серьезных последствий.

На базе ООО «Медсервис» были разработаны программы комплексного медицинского обслуживания (check-up) для быстрого и полного обследования мужчин, женщин и детей.

Цель данных программ заключается в ранней диагностике заболеваний и предрасположенностей к ним, предупреждении их развития на ранних стадиях и своевременном лечении, а в ряде случаев заблаговременное выявление факторов риска. Это позволяет своевременно принять меры по предупреждению или лечению заболевания на самом раннем этапе его развития.

Программы построены таким образом, чтобы успеть провести максимальное количество исследований за минимальное количество времени. Длительность проведения программы зависит от варианта и составляет от 1 до 3 дней. Программы онкопоиска рассчитаны на 2-3 дня. Остальные (здоровье мужчины и женщин до и после 40) - на 2 дня. Детские программы - на 1-2 дня.

Для быстрой диагностики заболеваний узкой направленности (гинекологии, кардиологии, сосудистой хирургии и т.д.) разработаны еженедельные программы диагностики одного дня "Женское здоровье", "Здоровье сердца", "Легкая походка" и т.д.

Современное оборудование, высокотехнологичная лаборатория, опытные врачи, комплексный подход, высокий сервис и конфиденциальность - основные преимущества данных программ.

ВЕСЕННИЙ УХОД ЗА КОЖЕЙ: СОВЕТЫ КОСМЕТОЛОГА



Соколовская Ольга Михайловна,
врач-косметолог

Зима – трудный период для кожи, однако весной соблюдение несложных принципов ухода за лицом и корректировка образа жизни помогут восстановить привлекательность и здоровье. Каковы особенности ухода за кожей в весенний период, расскажет врач-косметолог Соколовская Ольга Михайловна.

Сильный ветер, резкие перепады температур и пересушенный воздух в помещениях оказывают отрицательное влияние на кожу, поэтому после зимы она выглядит тусклой и обезвоженной. Весна – самое время для того, чтобы восполнить недостаток влаги, витаминов и микроэлементов, но не нужно забывать и об «обратной стороне медали» – солнечных лучах, которые могут вызвать появление нежелательной пигментации, аллергических реакций, а также активное старение. Как вернуть коже сияющий вид и предотвратить негативные весенние последствия?

Совет № 1: правильное питание

Залог красоты и молодости кожи в питании. Весной это особенно актуально: в этот период есть много способов восстановить ослабленный холодами организм. Диета, включающая в себя большое количество овощей и фруктов, содержащих необходимые витамины и микроэлементы, поможет не только привести здоровье в порядок, но и значительно улучшить состояние кожи. Однако, к витаминам тоже

стоит относиться с осторожностью: их чрезмерное употребление может спровоцировать аллергическую реакцию. Не следует злоупотреблять и солью, копченым, сладким и жареным, а вот жидкости – воды и чая – в ежедневном рационе должно быть не менее 2 л.

Совет № 2: защита от солнца

Весной кожа очень чувствительна к ультрафиолетовым лучам, которые таят в себе немалую опасность: в больших количествах они приводят к ожогам, обезвоживанию, старению кожи, а также могут стать причиной появления рака. Чтобы предотвратить эти неприятные последствия, необходимо пользоваться кремами с солнцезащитным фактором каждый раз перед тем, как выйти на улицу.



При выборе косметики следует обращать внимание на SPF-фактор (Sun Protection Factor). Обладательницам кожи, не склонной к пигментации, подойдут кремы с низкой и средней степенью защиты – от SPF 15 до 30. Тем же, чья кожа склонна к появлению веснушек, не обойтись без средства с высоким фактором защиты – от 50 и более.

Совет № 3: очищение

Это важнейший этап ухода за кожей в любое время года. Весной лучше всего использовать молочко, гели, легкие тоники и лосьоны. Независимо от того, как часто вы пользуетесь декоративной косметикой, очищать кожу следует два раза в день – утром и вечером, а умываться полезнее не водопроводной водой, а дополнительно очищенной, кипяченой, талой водой

или травяными отварами. Быстро придать коже тонус и свежий вид поможет утреннее умывание кубиками льда.

Совет № 4: увлажнение и питание

Уставшая от долгой зимы кожа лица часто шелушится, обветривается или, наоборот, выглядит неестественно блестящей, лоснящейся. Все это происходит потому, что под действием холодного ветра и мороза она теряет естественную влагу, а весенние солнечные лучи еще сильнее подсушивают ее. Поэтому весной кожу необходимо часто увлажнять и подпитывать. Пользоваться увлажняющими средствами можно в любое время, даже перед самым выходом на улицу (что зимой делать строго-настрога воспрещается), а питательными – лучше всего вечером.

Совет № 5: косметические процедуры

Весна – время, когда стоит уделить особое внимание интенсивному уходу – маскам, сывороткам, концентратам. Косметические маски – самый доступный способ вернуть коже красоту в домашних условиях. Их можно купить в магазине или приготовить самостоятельно из тех продуктов, которые всегда есть в холодильнике. А вот на сыворотках и концентратах лучше не экономить и выбирать средства, содержащие различные экстракты растений, витамины, микроэлементы, эфирные масла, коллаген, эластин и другие биологически активные вещества. Если регулярно и комплексно делать все эти процедуры, то вскоре можно заметить, что состояние кожи и цвет лица заметно улучшатся.

