

С любовью и заботой

НОВОСТИ

ОСЕННИЕ БОЛЕЗНИ И КАК ИХ ИЗБЕЖАТЬ



В осеннюю пору организм человека наиболее подвержен различным болезням. Резкая смена погоды, низкие температуры, влажность и ветер становятся серьезным испытанием для иммунитета и провоцируют обострение различных хронических заболеваний.

Специалисты клиники "Медсервис" расскажут, какие болезни подстерегают нас осенью и как защитить себя и свой организм от них.

1. Простуда и лор-заболевания

"Иммунитет, ослабленный в осенний период, не всегда справляется с атакой бактерий и вирусов. Итогом становятся разнообразные сезонные инфекции, такие как ОРЗ, фарингит, бронхит, ларингит, ангина и трахеит, - рассказывает врач-терапевт Бухариева Эльвира Раисовна. - Помочь организму можно, укрепляя иммунитет закаливанием, принимая иммуномодуляторы".

2. Цистит

Переохлаждение – частое явление для осени, опасное резким ростом патологической флоры и воспалительными процессами в организме, такими как цистит. Осенняя болезнь, характеризующаяся воспалением слизистой оболочки мочевого пузыря, характерна для женщин и проявляется учащенным болезненным мочеиспусканием. Чтобы избежать этого, следует одеваться по погоде, не сидеть на холодных поверхностях и своевременно излечивать имеющиеся в организме очаги инфекций.

3. Нервные расстройства

Промозгая погода, короткие осенние дни и отсутствие достаточного количества ультрафиолета неизменно приводят нас сна-

чала к хандре, потом уже и к депрессии. Именно поэтому врачи отмечают в осенний период явный рост неврозов, депрессий и психозов. Часто такие состояния сопровождаются бессонницей, повышенной раздражительностью, угнетенностью. Для профилактики рекомендуется прием легких седативных средств, назначенных врачом. Недостаток ультрафиолета можно восполнить дозированным посещением солярия.

4. Осенние болезни сердца

Резкая смена температуры, скачки атмосферного давления вызывают приступы стенокардии, гипертонические кризы, обострения ишемической болезни сердца. Людям, подверженным этим заболеваниям, в межсезонье необходимо совершать ежедневные прогулки на свежем воздухе.

5. Осенняя аллергия

Пыльца, выделяемая растениями, цветущими осенью, плесень и пылевые клещи являются сильными аллергенами и вызывают насморк, раздражение глаз, приступы астмы и иные симптомы аллергии. Для профилактики рекомендуется ежедневно проводить влажную уборку в доме, использовать очистители воздуха, принимать противоаллергенные препараты.

6. Язвенная болезнь

"Причиной обострения осенью язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки является переход на новый режим дня, неправильное питание, авитаминоз, эндокринные нарушения, депрессивное состояние, - говорит заведующая по амбулаторно-поликлинической работе Лутошкина Анна Сергеевна. - Чтобы предупредить обострение, необходимо соблюдать диету, пить минеральную воду без газа".

7. Сезонный гипотиреоз

В осенний период происходит снижение выработки гормонов щитовидной железой. Симптомами гипотиреоза являются хроническая усталость, необоснованная смена настроения, увеличение веса, чувство постоянного озноба, миалгия и боль в суставах. "При появлении проблем с щитовидной железой, - говорит врач-эндокринолог Олескина Инна Самиевна, - необходимо обратиться к эндокринологу, а для профилактики рекомендуется есть больше морепродуктов и употреблять йодированную соль".

Подробная информация и запись на консультации по тел. (3476) 320-900.

Обмен опытом на высоком уровне



В клинике «Медсервис» собрались специалисты в области медицины из разных городов.

На конференции говорили о высоких технологиях в медицине. Открывал встречу директор ООО «Медсервис» Сергей Мовергоз. Он отметил, что конференция стала уже традицией, существующей в стенах клиники. Это позволяет обмениваться опытом и наработками в области высоких технологий не только между клиниками группы компаний «Газпром», но и другими медицинскими учреждениями.

Гостями конференции стали руководители и специалисты лечебных учреждений Москвы, Сургута, Оренбурга, Уфы, Стерлитамака, Салавата.



Доклады прозвучали на тему сосудистой хирургии, урологии, травматологии, гинекологии, отоларингологии и рентгено-хирургических методов. Общие вопросы работы стационара и амбулатории отделений, современные методы диагностики и лечения, возможности и перспективы развития медицины – эти и другие моменты осветили специалисты клиники.

Позже гости ознакомились с отделениями медицинского центра, который более 50 лет существует в здравоохранении Башкирии. Здесь работают 159 врачей, все они – профессионалы высокого класса, насчитывается семь высокотехнологичных операционных, две из которых уникальны для России. Работают отделения по всем профилям, а также восстановительное и реабилитационное лечение и услуги красоты.

Участники конференции отметили высокий уровень оказания медицинской помощи в клинике "Медсервис".

СПИСОК НЕОБХОДИМЫХ АНАЛИЗОВ ДЛЯ ЖЕНЩИН ПЕРЕД БЕРЕМЕННОСТЬЮ

К беременности необходимо готовится еще до зачатия, ведь это поможет избежать многих возможных осложнений.

Если вы хотите забеременеть, в первую очередь обратитесь в больницу и сдайте следующие анализы:

- Консультация гинеколога.** Он проведет полный осмотр. С помощью цитологического мазка и кольпоскопии врач проверит состояние шейки матки. Также он должен проверить, нет ли у вас воспалительных или инфекционных заболеваний. Для этого сдается посев на флору и проводится ПЦР-диагностика инфекций (герпес, ВПЧ, хламидии, уреаплазмоз и т.п.). Если было обнаружено какое-либо заболевание, с зачатием придется подождать до полного выздоровления.

- УЗИ.** В 5-7-й день цикла проверяют общее состояние органов малого таза, в 21-23-й день – состояние желтого тела и трансформацию эндометрия.

- Общие анализы** крови и мочи, биохимический анализ крови.

- Анализ крови на гормоны.** В каждом индивидуальном случае врач определяет, в какой период цикла и на какие гормоны необходимо сдать анализ. Чаще всего назначается при нарушениях менструального цикла.



- Гемостазиограмма и коагулограмма** помогут определить особенности свертываемости крови.
- Необходимо **определить группу и резус-фактор крови** как у женщины, так и у мужчины. Если у мужчины – положительный резус, а у женщины - отрицательный, и титр резус-антител отсутствует, перед зачатием назначают резус-иммунизацию.
- Важной является проверка женского организма на наличие **TORCH-инфекций** (токсоплазмоз, краснуха, цитомегаловирус, герпес).
- Необходимо проверить факторы невынашивания ребенка. Для этого нужно сдать анализ крови на антитела.
- Обязательным является **анализ крови на ВИЧ, сифилис и гепатиты С и В**.
- Последней, но при этом не менее важной, является **консультация у стоматолога**. Ведь инфекции в ротовой полости негативно воздействуют на весь организм. Кроме этого, во время беременности проводить стоматологические процедуры будет гораздо сложнее, ведь беременным нельзя принимать никаких обезболивающих и делать рентген.

Мы перечислили вам основной список анализов и процедур. Но в каждом индивидуальном случае он может быть расширен или уменьшен.

Все подробности на приеме врача-акушера-гинеколога клиники "Медсервис", запись по тел. (3476) 320-900.

ПРИВИВКА ОТ ГРИППА

Болезнь, симптомы которой очень напоминают грипп, описывал еще легендарный целитель Гиппократ. Однако сказать точно, когда именно это заболевание стало спутником человека - очень сложно, так как эпидемии инфлюэнзы (старинное название гриппа) регулярно атакуют население Земного шара. Более того, этот коварный вирус постоянно видоизменяется и мутирует. Именно поэтому в последние несколько лет большую популярность приобрела вакцинация от гриппа, о которой и пойдет речь.

Чем на самом деле опасен грипп?

Грипп – это острозаразное вирусное заболевание, поражающее в первую очередь дыхательные пути. Его симптомы – высокая температура, боли в мышцах и костях, кашель, озноб и т.д. очень напоминают симптомы ОРВИ с тем отличием, что грипп протекает значительно сложнее и мучительнее.

Возбудителем гриппа выступает вирус Orthomyxovirus influenzae, передающийся воздушно-капельным путем. Ученые делят его на три типа: А, В и С. Первый из них считается самым тяжелым и опасным; именно он может привести к летальному исходу и вызвать пандемии и эпидемии в мире. В и С переносятся человеком намного легче, и могут вызвать только небольшие, локальные очаги заболевания в некоторых регионах.

Большинство наших соотечественников относятся к гриппу довольно легко и не-

брежно, стремясь перенести даже самую тяжелую форму болезни на ногах. Это является очень большой ошибкой, так как грипп может вызвать целый ряд всевозможных осложнений, включая гайморит, отит, бронхит и пневмонию, менингит и арахноидит, пиелонефрит, нарушения работы сердца (миокардит, сердечная недостаточность), обострение уже имеющихся заболеваний.

В преддверии осенне-зимнего периода, когда и происходит большинство эпидемий, врачи рекомендуют проводить профилактические меры против гриппа, одной из которых является прививка.

Вакцина от гриппа

Современные вакцины от гриппа – это препараты, которые содержат возбудитель заболевания в ослабленном или инактивированном (убитом) виде. Они не могут спровоцировать заражение или сильные



осложнения, но способствуют выработке стойкого иммунитета в организме.

Иммунный ответ

Антитела к вирусу обычно вырабатываются в течение 14-21 дня после инъекции; то есть, по истечении этого срока вполне можно говорить о том, что человек надежно защищен от гриппа.

Сколько длится иммунитет?

Длительность постпрививочного иммунитета зависит от многих факторов, однако в среднем он сохраняется на протяжении 9-12 месяцев.

Специалисты медицинского центра «Медсервис» проводят вакцинацию против гриппа. Все подробности по тел. (3476) 320-900.

ЛЕЧЕНИЕ ДЕФЕКТОВ РЕЧИ У ДЕТЕЙ

Нередко у детей может наблюдаться задержка речевого развития. В качестве причин могут выступать самые различные факторы. И без консультации логопеда здесь не обойтись.



Левченко Ирина Расуловна, логопед ООО "Медсервис":

"Логопед – это тот специалист, с чьей помощью определяются и

реализуются необходимые методики по устранению дефектов речи у детей. Он оказывает помощь в «постановке» должным образом звуков, в избавлении от неправильности в произношении, а также от заикания (логоневроза). Устранение речевых дефектов производится за счет определенного воздействия, производимого на органы речи. Этот специалист учитциальному дыханию и управлению собственной речью, им также даются разъяснения относительно формирования тех или иных вариантов звуков. Помимо прочего логопед применяет также и определенные упражнения, с помощью которых производится закрепление требуемой информации.

К основным заболеваниям, которые логопед позволяет устраниить, относятся:



- афония, дисфония (нарушения в речевой звучности);
- дислалия (нарушение в произношении отдельно рассматриваемых звуков: шепелявость, картавость);
- логоневроз (речевое нарушение в виде заикания);
- тахилалия, брадилалия (нарушения, проявляющиеся в скорости произношения);
- дислексия (речевое нарушение, проявляющееся в навыках чтения);
- ринолалия (то есть гнусавость);
- различные нарушения речи, возникшие у пациентов на фоне глухоты;
- нарушения, связанные со слухом или с произношением, возникшие на фоне перенесения пациентом операции или какой-либо травмы.

Консультация логопеда рекомендуется, если у ребенка наблюдаются следующие симптомы:

- неправильное произношение малышом тех или иных звуков;
- задержка речи у ребенка либо полное ее отсутствие;
- слишком медленный или быстрый говор малыша, спутанность в произношении звуков, их «проглатывание».

При перенесении малышом хирургического лечения, направленного на устранение врожденных лицевых аномалий либо аномалий ротовоглотки, также потребуется консультация специалиста".

Заикание, картавость, шепелявость – эти дефекты вполне исправимы. Необходимо лишь записать ребенка на консультацию логопеда по тел. (3476) 320-900.

СКОРОСТНОЕ ПОХУДЕНИЕ

Сайкл – это групповая тренировка на стационарных велосипедах, которая имитирует гонки различной интенсивности. Программа стала популярной в фитнес-клубах благодаря своей невероятной эффективности. Если вы хотите привести себя в отличную форму в короткие сроки, то аэробная велотренировка – это то, что вам нужно.

Сайкл представляет собой занятие на специально разработанном облегченном тренажере. Он совсем не похож на традиционный велотренажер, который мы привыкли видеть в спортзале. Сайкл-аэробику называют еще спиннингом или сайклнгом, и своему появлению эта фитнес-программа обязана американскому велосипедисту Джону Голдбергу. Популярность сайта сложно переоценить: эти тренировки очень востребованы как у женщин, так и мужчин. И не зря, действенность программы доказана миллионами ее поклонников.

Сайкл-аэробика, наверное, самая энергичная групповая тренировка из ныне существующих. Под зажигательную музыку и активные подбадривания тренера вы мчитесь по имитированной пересеченной местности, то снижая, то увеличивая темп. Тем самым, тренировка делится на

интервалы, в течение которых ваш пульс будет как взлетать до максимальных значений, так и падать вниз. Сайкл – это высокоинтенсивный интервальный тренинг, который является самым оптимальным способом для избавления от лишнего веса.

Тренировка проходит в двух положениях: сидячем и стоячем. Они попеременно чередуются между собой. В стоячем положении действует большее количество мышц. На сайкле вы имитируете поездку на гоночном велосипеде, поэтому ваша спина будет наклонена к тренажеру. Во время занятий вы будете чувствовать напряжение не только в ногах, но и во всем теле (пресс, плечи, руки). Однако не стоит беспокоиться, ваши бедра не станут перекачанными из-за нагрузок, зато от жира и целлюлита вы гарантированно избавитесь.



У сайклнга имеются противопоказания: нельзя заниматься сайклом при сердечно-сосудистых заболеваниях, варикозе, беременности, проблемах с суставами. Если есть сомнения по поводу пользы и вреда подобных занятий для вас, лучше обсудить это с врачом.

Однако если вы готовы физически, обязательно попробуйте сайкл-аэробику. Она гарантированно поможет вам достигнуть красивого стройного тела.

В отделении восстановительного лечения и реабилитации сайклнг проводится во вторникам и четвергам. Весь октябрь стоимость занятия 150 руб. Подробности по тел. (3476) 39-57-91.



Акция октября

Центр эстетической медицины и косметологии дарит скидку 30% на коррекцию губ препаратом "Juvederm Volbella" при покупке контурной пластики любой зоны лица или биоревитализацию препаратом "Teosyal".

О времени проведения и условиях акций спрашивайте у администратора салона по тел. (3476) 39-52-62, +7-917-801-25-55.



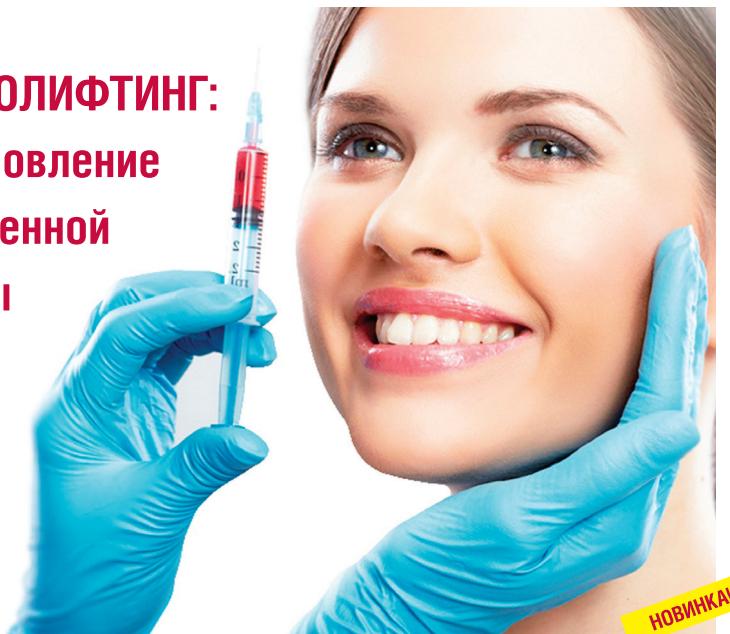
Омоложение в новом формате

Специалисты салона эстетической медицины и косметологии всегда находятся в поисках новейших методик, сохраняющих молодость и красоту.

В непринужденной обстановке состоялся практический семинар для врачей дермато-косметологов салона эстетической медицины и косметологии. Семинар провела Егорова Маргарита (г. Москва) - медицинский директор ЗАО «Мезо-Эксперт», врач модератор, дермато-косметолог, научный консультант отдела медицинской эстетики Мезо-Эксперт.

На семинаре были рассмотрены свойства и особенности применения в косметической практике препаратов для объемного ремоделирования "Teosyal" от швейцарской лаборатории "Teoxane".

ПЛАЗМОЛИФТИНГ: восстановление естественной красоты



НОВИНКА!

Использование ресурсов человеческого организма – насущная проблема современной науки.

Наше тело, как сложный самонастроенный механизм, может справиться со многими недугами, возрастными изменениями, негативным влиянием внешней среды. Помочь раскрыть такие возможности организма взялись медики, которые разработали и внедрили в медицинскую практику процедуру плазмолифтинга – естественного омоложения организма.

Суть метода

Процедура плазмолифтинга основана на использовании свойств тромбоцитов плазмы крови. Тромбоциты, как структурные элементы крови, не только контролируют процесс свертывания крови и образования кровяных сгустков (тромбов), но и являются носителями особых белков, способных стимулировать восстановительные процессы в клетках. За основу плазмолифтинга взят принцип аутоплазмотерапии – лечения человека собственной плазмой крови. Из плазмы крови выделяются полезные компоненты – белки, гормоны, витамины, которые вместе с тромбоцитами способствуют восстановлению и обновлению тканей.

Плазмолифтинг в косметологии

Это спасительная палочка для тех, кто отчаялся восстановить красоту своей внешности дорогостоящими процедурами. В косметологии с помощью плазмолифтинга решают вопросы:

- возрастных изменений (старение кожи, ее обвисание, появление морщин, гиперпигментация);
- ухудшения состояния кожи после попадания на нее солнечных лучей (т. е. фотостарение);
- гнойных заболеваний кожи (например, акне, постакне, рубцы);
- гиперчувствительности кожи;
- восстановления кожи после пилинга;
- дерматологических проблем (экзема, атопический дерматит);
- целлюлита.

Положительные результаты плазмолифтинга заметны уже после одной процедуры: приблизительно через две недели кожа увлажняется, выравнивается, приобретает здоровый оттенок, бархатистость, гладкость.

Преимущества плазмолифтинга:

- безопасен, натурален;
- не вызывает аллергии, отторжения;
- не является мутагеном;
- не токсичен;
- не содержит вредоносных компонентов;
- исключает возможность инфицирования.

В большинстве случаев разглаживаются мимические морщины, заметно улучшается орбитальная область – уходят мешки под глазами, темные круги, неровности.

**Ждем Вас по адресу: г. Салават,
ул. Октябрьская, 37,
тел. (3476) 39-52-62, +7-917-801-25-55.**



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

Отпечатано в ООО "Полиграфдизайн"
г. Уфа, ул. Комсомольская, 122Б. Тираж 999 экз.