

#### 4 Весомая проблема

Рассказывает детский эндокринолог И.И. Александрова

#### 6 Профилактика и предупреждение урологических заболеваний

Рассказывает врач-уролог К.Г. Мкртчян

#### 8 Энергия света

Рассказывает врач-терапевт И.Р. Аблязов

Всем виртуозам начальник

3

Интервью с Г.И. Ковалевским

#### 5 Где искать корень болезней

Рассказывает врач-психотерапевт С.В. Яковлев

#### 7 В Чехию за здоровьем

## Клиника «МЕДИЦИНА»

Все лучшее в медицине!



клиника академика Ройтберга

### Новости клиники «Медицина»

### Большое путешествие маленького Анатолия

Мы написали книгу для ребят – «Большое путешествие маленького Анатолия», которая поможет им в увлекательной форме узнать много нового об организме человека, о том, как быть здоровым, что нужно делать, чтобы не болеть, о работе врачей. А может, и найти свое призвание, как это сделал Анатолий.

#### Что? Как? Почему?

Стремясь познать мир, дети задают так много вопросов, на которые не всегда можно сразу же найти ответы, просто и понятно всё объяснить малышу.

Мама, папа, бабушки, дедушки, мы Вам поможем! Благодаря нашей книге малыш поймет:

- как заботиться о своем организме;
- почему надо посещать врачей;
- какая еда полезна;
- что делают врачи, чтобы вылечить нас;
- почему надо делать прививки;
- и, конечно же, почему так важно слушаться родителей, которые больше всех волнуются и заботятся о здоровье своего ребенка.

Иллюстрации книги «Большое путешествие маленького Анатолия» разработаны художником специально, чтобы заинтересовать детей: они красочные, яркие, необычные, притягивают внимание.

Всё это объяснит ребенку, что не стоит бояться врачей, ведь они – большие помощники для нашего организма.

Читайте! Скачивайте! Делитесь!

Теперь отправиться в увлекательное путешествие вместе с Анатолием ещё проще. Скачивайте или читайте книгу «Большое путешествие маленького Анатолия» онлайн на сайте педиатрического отделения [www.medicinadeti.ru](http://www.medicinadeti.ru)!

Детям будет очень интересно отправиться в познавательное путешествие вместе с веселым и любознательным Анатолием, который знакомится с человеческим организмом, узнает много нового о его устройстве и решает, каким врачом станет в будущем.

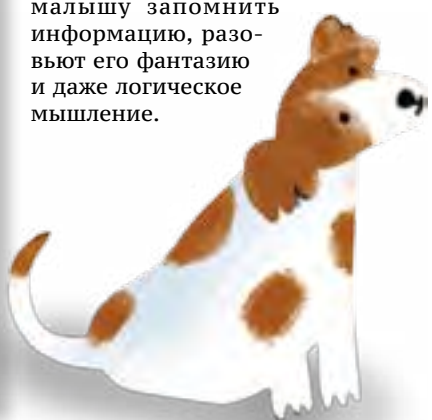
Читайте с удовольствием!

6 апреля 2019 г. в преддверии Всемирного дня здоровья АО «Медицина» (клиника академика Ройтберга) представила своим маленьким пациентам и их родителям детскую книгу «Большое путешествие маленького Анатолия». Помимо знакомства с героем книги Анатолием всех пришедших ждала встреча с детским профессором музыки Виолеттой Модестович и её друзьями – ансамблем солистов оркестра «Виртуозы Москвы», а также с артисткой Цирка дю Солей Алёной Сливкой. Приятная атмосфера, радость, веселье, подарки – вот чем запомнилось наше мероприятие!



Все родители понимают, насколько важно с самого детства заложить в ребенка тягу к знаниям, зародить в нём интерес к познанию окружающего мира. И помочь в этом им может научно-популярная или познавательная литература для детей.

Именно поэтому АО «Медицина» (клиника академика Ройтберга) издала книгу о маленьком Анатолии, который мечтает стать врачом и отправляется в большое путешествие по организму. Вместе с ним Вы и Ваш малыш пройдёте по увлекательному пути, познакомитесь со многими органами, которые расскажут о своей работе и о том, какой специалист отвечает за их здоровье.





Новости клиники «Медицина»

Снимки высокотехнологичных исследований теперь всегда под рукой

Результаты самых востребованных высокотехнологичных исследований ПЭТ/КТ, МРТ, КТ – это очень объемные файлы изображений в высоком разрешении. Стандартными программами для работы с изображениями с ними работать нельзя. Для этого есть профессиональная среда PACS (Picture Archiving and Communication System). Пациенты к ней доступа не имеют и вынуждены получать, хранить и возить с собой материальные носители – пленки, CD, флеш-накопители.

Решение АО «Медицина» обеспечило связь мобильного приложения и личного кабинета пациентов клиники с облачным сервисом PACS, что позволяет оперативно загружать необходимые снимки в высоком разрешении и полноценно работать с ними.

Это революционным образом меняет удобство работы с результатами высокотехнологичных исследований и для пациента, и для врача.

Об этом было объявлено на конференции АРМИТ (Ассоциации развития медицинских информационных технологий), которая собрала свыше 100 ведущих экспертов, разработчиков, поставщиков и производителей оборудования в этой быстро развивающейся отрасли.

Президент АО «Медицина», академик РАН Григорий Ройтберг подчеркнул: «Клиника одной из первых еще в 1999 году начала работать с электронной историей болезни. Сейчас у нас рабо-

тает более 100 интегрированных информационных систем:

- BI – Business intelligence;

- система проверки лекарственных назначений;

- лабораторная информационная система;

- видеодокументирование операций;

- контроль чек-листов JCI;

- система информационной безопасности (АО «Медицина» имеет международный сертификат соответствия требованиям стандарта ISO/IEC 27001:2013 «Информационные технологии. Методы обеспечения безопасности. Системы управления информационной безопасностью. Требования», что подтверждено Британским институтом стандартов (BSI)).

При согласии пациента во время его пребывания в стационаре

в палате может быть установлен видеомониторинг. Эта возможность особенно популярна у родителей маленьких пациентов и детей пожилых родителей, которые не могут постоянно находиться со своими близкими».

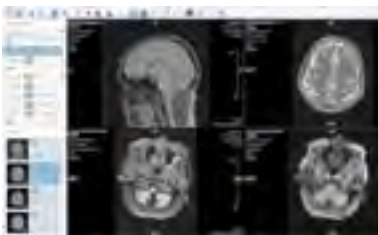
Инновации в медицинских информационных технологиях находятся в центре внимания и государства, и бизнеса. Открывшая конференцию АРМИТ Первый заместитель председателя комитета по охране здоровья ГД РФ, д.м.н., профессор **Наталья Санина** отметила чрезвычайную важность цифровой медицины, которая должна облегчить работу врачей, обеспечить безопасность хранения и передачи медицинских данных, особенный интерес законодатель к опыту АО «Медицина», как локомотиву по внедрению цифровых инноваций.

Наибольший интерес экспертного сообщества привлекли выступления основателя компании-разработчика «Цифровые миры»,



к.э.н. **Павла Ройтберга**, директора проекта Care Mentor AI **Дмитрия Романова**, руководителя отдела продаж Smart Медицина **Дмитрия Аулова**, руководителя службы информационных технологий АО «Медицина» **Максима Петухова**, которые дали конкретные примеры перспективных разработок и векторов развития на ближайшие годы.

Президент АРМИТ, к.т.н. **Михаил Ульянов** отметил, что на отечественном рынке только медицинских информационных систем представлено свыше 500, причем ряд российских разработок по функционалу и возможностям превосходит зарубежные аналоги.



«Сегодня мы ждем от информационных технологий улучшения качества медицинской помощи, возможности сокращения ошибок в работе врача и в целом повышения эффективности работы медицинской организации, а также вовлечения пациента в процесс лечения и мониторинга своего здоровья», – подчеркнул в заключение **Григорий Ройтберг**.

Новости клиники «Медицина»

Комплексный подход в лечении плоскоклеточного рака органов головы и шеи

В АО «Медицина» (клиника академика Ройтберга) прошла научно-практическая конференция «Комплексный подход в лечении плоскоклеточного рака органов головы и шеи», организованная совместно с ГБУЗ Московский клинический научный центр им. А.С. Логанова ДЗМ, МНИОИ им. П.А. Герцена и НМИЦ онкологии им. Н.Н. Блохина. В конференции приняли участие врачи-онкологи, радиотерапевты, химиотерапевты, хирурги, оториноларингологи.

Во вступительном слове к участникам конференции академик РАН, президент АО «Медицина» **Григорий Ройтберг** подчеркнул: «Сегодня многие виды рака излечимы или, по крайней мере, хорошо поддаются контролю. Для достижения хороших результатов мы в клинике практикуем именно комплексный подход. В АО «Медицина» есть все необходимое для ранней диагностики и успешного лечения онкологических заболеваний. *ПЭТ/КТ,*

*ОФЭКТ, химиотерапию граждане РФ могут сделать в нашей клинике бесплатно в рамках ОМС, кроме того для москвичей бесплатно доступны также и радиотерапевтическое, и радиохирургическое лечение по программе высокотехнологичной медицинской помощи, не включенной в базовую Программу государственных гарантий».*

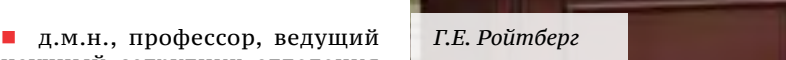
Приветствуя участников конференции, **Игорь Хатьков**, член-

корреспондент РАН, профессор, главный внештатный онколог Департамента здравоохранения г. Москвы, директор ГБУЗ МКНЦ ДЗМ, подчеркнул важность взаимодействия врачей разных специальностей в лечении пациентов с онкологическими заболеваниями, преемственности на разных этапах ведения пациента: первичное лечение, специализированное лечение, последующее длительное диспансерное наблюдение и при необходимости паллиативная помощь.

На конференции с докладами выступили:

- к.м.н., заведующий Центром диагностики и лечения опухолей головы и шеи ГБУЗ МКНЦ ДЗМ **Лилия Яковлева** – «Рак слизистой оболочки полости рта. Тактика лечения»;

- д.м.н., ведущий научный сотрудник Центра диагностики и лечения опухолей головы



Г.Е. Ройтберг

демонстрировала важность мультидисциплинарного подхода в лечении онкологических заболеваний, показала, что решение о выборе и последовательности лечения должен выносить консилиум в составе онколога-хирурга, химиотерапевта, радиотерапевта и, при необходимости, специалистов смежных специальностей».

Подводя итоги конференции, директор медицинской службы АО «Медицина», д.м.н., профессор **Екатерина Тюлькина** сказала: «Сегодняшняя конференция



Интересные люди

Всем виртуозам начальник

... Григорий Ковалевский – личность легендарная. Это и первый контрабасист страны (многие ли контрабасисты удостоиваются звания народного артиста России?), и единственный (наряду, конечно, с Владимиром Спиваковым), кто остался в «Виртуозах Москвы» с первого дня их основания. По сути, он и «Виртуозы» – понятия неразделимые. Однако, Григорий Ильич и вне оркестра смог добиться народного признания: такого отзывчивого друга как он – еще поискать, и неудивительно, что его имя стало синонимом настоящей человеческой дружбы, столь редкой в наши дни.

**Корр.:** Григорий Ильич, Вы, по сути, всю жизнь посвятили «Виртуозам Москвы». В чем феномен этого коллектива?

**Григорий Ильич:** Феномен «Виртуозов» – это тот фундамент, на котором оркестр был создан: ведь нашими концертмейстерами поначалу стали артисты знаменитого квартета им. Бородина (Михаил Копельман, Андрей Абраменков, Дмитрий Шебалин и патриарх квартета, мой педагог, по сути, второй отец Валентин Александрович Берлинский). В то время это были лучшие музыканты Москвы, они знали и понимали, что такое камерная музыка. И, конечно, я не умаляю заслуг основателя оркестра Владимира Спивакова – прекрасного музыканта...

Ну и основной состав был поистине звездный: ребята играли в лучших на тот момент оркестрах. Вначале «Виртуозы» планировались в качестве этакого «фестивального» коллектива, который будет собираться по случаю. Но когда прошли первые концерты и был огромнейший успех, у руководителей других оркестров началась зависть. И как следствие – препятствия, препоны. Спиваков был поставлен перед выбором: либо распускать, либо делать самостоятельный оркестр. И, слава богу, случилось второе: тогда министром культуры был Петр Демичев, он отдал распоряжение об официальном создании «Виртуозов».

И как изначально был огромный успех, так сорок лет всё это и подерживается. Вехи этого грандиозного пути многие знают – от первого звездного состава музыкантов, переезда в Испанию, до возвращения на родину и обновления коллектива... И тем не менее, наши лучшие традиции, заложенные сорок лет назад, и Спиваков как художественный руководитель, и я как директор передаем всё дальше и дальше. Держим высокую планку – как тогда, так и теперь.

**Корр.:** И за всё это время не было ни одного концерта без аншлага?

**Григорий Ильич:** Ни одного. Мало того, когда мы едем на гастроли в российские города, то мы постоянно ставим условие – чтобы дети и педагоги музыкальных школ бесплатно располагались на сцене (потому что они не имеют возможности купить себе билеты). И сколько нам позволяет сцена, столько мы туда людей и сажаем – то 50 человек, то 100, то 200... так и пишем в условии: дети должны сидеть на сцене!

**Корр.:** В Ваших руках такой – скажем так, интимный инструмент – как контрабас практически вышел на уровень сольного инструмента. Как Вы с ним строили взаимоотношения в течение жизни? Как не надоели друг другу?

**Корр.:** Знаю, что у Вас даже есть коллекция из статуэток контрабасистов...

**Григорий Ильич:** Да, за всю жизнь я набрал огромную коллекцию фигурок с контрабасами. Сам покупал или друзья привозили из разных уголков мира. И вот смо-

трио на них – что они просто так в моем кабинете стоят? Лучше подарю-ка я их. Одну часть коллекции подарил Университету в Тель-Авиве (музыкальному отделению), а другую – моей любимой гнесинской школе-десятилетке. Несколько фигурок оставил себе. Дети подрастут – буду им рассказывать...

**Корр.:** Неужели?

**Григорий Ильич:** Конечно. И вот на втором курсе я пошел работать в ресторан контрабасистом. Через два месяца меня пригласили сотрудничать с Марком Бернесом, начались гастроли. А раз гастроли – то вообще не оставалось времени для занятий. И я встал перед дилеммой – что делать? И вот решился в консерватории перейти с виолончели на контрабас. Наверное, моему педагогу было это неприятно, ведь он меня учил, знал еще ребенком, буквально с 10 лет. Но он меня понял, сказал: «Наверное, ты прав, я и впредь буду тебя слушать, буду помогать».

А тогда заведующим кафедрой виолончели и контрабаса был Ростропович. И вот я пришел первый раз ему сдавать зачет, а он и говорит: «Старичок, ты принял гениальное решение, уйдя с виолончели. Ты будешь теперь кушать хлеб с маслом». И он оказался прав. На масло всегда хватает, ну и на икру, может быть, иногда. Благодаря контрабасу я играл с выдающимися музыкантами – с Ойстраком, Крайневым, Башметом, Мацуевым, Крайневым, Петровым, со всеми. Короче говоря, контрабас повернул мою жизнь на 180 градусов. В итоге я стал тем, кем стал. Даже звание «народного» на контрабасе – редкое явление. Много концертирую, даю мастер-классы... Думаю, на виолончели я бы таких успехов не добился бы. Как итог: на контрабас я перешел в 1965 году, и с тех пор с этим инструментом не расстаюсь.

**Корр.:** Знаю, что у Вас даже есть коллекция из статуэток контрабасистов...

**Григорий Ильич:** Да, за всю жизнь я набрал огромную коллекцию фигурок с контрабасами. Сам покупал или друзья привозили из разных уголков мира. И вот смо-

Знаменитый контрабасист Григорий Ковалевский: «Я – дворовый молодой пацан с Петровки, 26»



годарен за все то внимание, которое здесь оказывается и мне, и моим детям. Слава богу, что меня связывает дружба с Григорием Ефимовичем, выдающимся целозу этой школы. Который знает изнутри всех своих коллег: их чаяния, желания, их нутро. И я думаю, что у меня многое получилось на посту директора именно потому, что я сам музыкант. Во-первых, я передаю им свой опыт, который накопился за эти годы. Повторяю, из первого состава остались только Спиваков и я. А во-вторых, выручаю, как могу. В тех же бытовых вещах – у кого-то проблемы с квартирой, у кого-то жена беременна, надо подкормить хорошее место для родов...Помогаю своим ребятам, чем могу, мой телефон включен 24 часа в сутки. Я всех своих очень люблю, и помочь им – для меня дело святое.

**Корр.:** Говорят же, что «хороший человек – это не профессия», но как раз у Вас очень много друзей. Вы всем помогаете, – это такая потребность? Постоянно отдавать?

**Григорий Ильич:** Вы правы, да. Помогать – это уже потребность. И я рад, что у меня много товарищей, друзей, кто обращается ко мне, и к кому я могу сам обратиться. Слава богу, они все существуют. И дай бог им здоровья. Это счастье, когда можно снять трубку и обратиться к кому-то с просьбой и даже не для себя, а для своих коллег-музыкантов.

**И в этом смысле отдельная глава – это АО «Медицина» (клиника академика Ройтберга).** Я так бла-

что это непросто – ближе к 70 годам совершить такой поступок – жениться и завести двоих маленьких ребятшек. Но я его совершил и ни о чем не жалею. У меня двое чудесных детей, которых я обожаю. Это такое умиление, когда рано утром смотришь на них – ждешь, когда они проснутся, и перед тем, как вести их в садик, ты с ними проводишь этот час, и они тянут к тебе ручки – «Папулечка, папулечка», – это огромное счастье. Это помогает жить и преодолевать невзгоды, которые, конечно, есть у каждого человека. Но ты забываешь обо всех этих трудностях, потому что понимаешь, что дети – это самое главное в жизни.

**Корр.:** Есть ли у Вас свои секреты долголетия в профессии? Как возможно столько лет держать форму? Пришлось ли отказываться от каких-то вредных привычек?

**Григорий Ильич:** Курить я бросил лет 28 назад, это вообще первое дело. И за этот поступок я себя уважаю. А секрет долголетия... Молодость души. Я вот родился в коммунальной квартире на Петровке, где нас жило 36 человек. Один туалет, одна ванная. И так в этой коммуналке до 20 лет и существовал. Дворовый мальчишка. Вот всю жизнь и живу по понятиям. Мне не близка напускная солидность. Я отсюда, с Петровки, 26. Как был молодой пацан, так и до сих пор такой же. Прошел ту школу, которая меня закалила. И продолжаю жить так же. С верой в лучшее.

**Григорий Ильич:** Я даже не думал, что у меня в жизни такое случится. Ближе к 70 годам я встретил человека, который меня полюбит, который в меня поверил. Я в ней души не чаю, люблю всем сердцем, это прекрасный врач-стоматолог, она очень многим людям помогает, удивительная женщина. Понятно,

Ян СМИРНИЦКИЙ.





## Наши дети

## Весомая проблема

Детская и подростковая полнота становится мировой эпидемией. По данным ВОЗ, порядка 15 миллионов детей и подростков на планете имеют ожирение. И каждые 30 лет их количество удваивается! Как образ жизни способствует набору веса? На что и когда родителям обратить внимание? На эти вопросы ответит кандидат медицинских наук, детский эндокринолог клиники АО «Медицина» Александрова Ирина Ивановна.



И.И. Александрова

Многие подростки с избытком веса говорят, что они не обращают внимания на свой вес. На самом деле это не так: они стесняются раздеваться на пляже или медосмотрах, отказываются играть в подвижные игры. Дело даже не в том, что быть толстым немодно или некрасиво, что подростка будут дразнить, он не будет пользоваться популярностью у противоположного пола.

Избыточная масса тела – грозит развитием осложнений, которые раньше были характерны для взрослого, а то и предпенсионного возраста.

Со стороны сердца и сосудов подростку грозит высокое давление и ранний атеросклероз. Со стороны печени – жировой гепатоз. А сахарный диабет 2 типа у подростка в отличие от взрослого человека развивается стремительно. Ожирение небезобидно и для полового созревания. Жировая ткань – источник женских половых гормонов. Избыток последних может приводить к задержке полового развития у мальчиков, изменению фигуры (с отложением жира на бедрах и груди), в результате чего строение тела становится похоже на женское.

Есть два возраста, когда особенно важно, чтобы ребенок не набрал лишний вес:

- 4-5 лет – время перестройки жировой ткани. У маленького ребенка ее основную массу составляет так называемый бурый жир, который отличается высокой скоростью метаболических процессов. Поэтому ребенок может много есть. Но он не толстеет, а растет. В возрасте 4-5 лет бурый жир начинает сменяться белым, в котором скорость обменных процессов ниже. Поэтому и может появиться лишний вес, если родители будут по привычке давать ребенку большие порции;

- 11-12 лет – начало полового созревания. В организме происходит гормональная перестройка, идет активный рост, повышается аппетит. По статистике 80% детей, вступивших в пубертат с лишним весом, сохраняют этот вес и во взрослом возрасте. Конечно, избавиться от лишних килограммов можно и позже, но лучше сделать все, чтобы помочь ребенку сбросить вес до 11-12 лет.

«Если ребенок толстый – это наверняка гормональное» – уверены многие. Но ожирение, появившееся вследствие эндокринных или генетических заболеваний, встречается всего в 3-5% случаев и, помимо избыточного отложения жира, сопровождается серьезными нарушениями здоровья (задержкой роста, задержкой полового созревания, нарушением умственного развития).

В действительности у подавляющего большинства (95-97%) ожирение имеет «бытовые» причины, т.е. связано с избыточным поступлением калорий в условиях низкой физической активности и наследственной предрасположенности.

В очень давние времена пища не была в свободном доступе, поэтому выжить мог только тот, у кого в организме откладывался избыток потребляемых жиров. Поэтому у нас в ходе эволюции сформировался комплекс генов, ответственных за «бережливость» и способствующих в настоящее время развитию ожирения. Этим же объясняется распространенное мнение родителей детей с избытком массы о том, что их дети едят немного, но при этом прибавляют в весе. Объем пищи у таких детей действительно может быть невелик, но при подсчете калорий выясняется, что при малом объеме они потребляют большее количество жиров или углеводов. Например, в бутерброде и стакане молока содержится 30 г жира. То есть, если каждый день употреблять всего на 1 бутерброд и на 1 стакан молока больше возрастной нормы калорийности, то за месяц можно прибавить 930 г веса, а за год – 11 кг.

Риск развития ожирения ребенка, у которого полные оба родителя, составляет 82%; если ожирение имеется только у матери – 52%; если только у отца – 39%.

Но риск развития ожирения – это всего лишь риск, а не неизбежность.

Сегодня доказано, что к набору лишнего веса приводят:

- отказ от завтрака (такие дети переедают в обед или ужин);
- поздний плотный ужин;
- редкие, но обильные приемы пищи;
- малоподвижный образ жизни;
- недостаток продолжительности сна (т.к. человек худеет во сне);
- малое употребление полноценных белков, а также свежих фруктов, овощей и зелени.

Вследствие сложности прямого определения количества жировой ткани в организме, наиболее информативным является определение индекса массы тела (ИМТ). Для оценки ИМТ у детей

используются специальные перцентильные таблицы, в которых учитывается не только вес и рост, но также пол и возраст ребенка. Но ИМТ не всегда отражает истинное количество жировой ткани в организме. Для объективной оценки необходимо исследовать весь состав тела, который включает не только жировую ткань, но и мышечную, костную, а также жидкость. Оценка состава тела проводится с помощью специального прибора-анализатора (биоимпедансный анализ).



Он позволяет оценить количество и жировой, и мышечной массы, и общей жидкости. Замечателен он тем, что с его помощью можно контролировать эффективность «борьбы» с лишним весом (с помощью диетотерапии) в снижении именно жировой массы (а не жидкости в организме или мышечной массы).

Все осложнения, которые может спровоцировать ожирение, обратимы даже при не очень большом снижении веса. Поэтому так важно, чтобы ребенок не остался один на один со своей проблемой, а мог бы обратиться к специалистам, которые не только объяснят, что с ним происходит, но и под-



берут тот комплекс мер для снижения веса, которые подходят именно ему.

Главное – подходить к решению проблемы комплексно. Ведь просто уменьшить количество пищи недостаточно. Только совместная работа специалистов позволит достичь результата, восстановить и укрепить здоровье.

Поэтому в АО «Медицина» (клиника академика Ройтберга) с детьми, имеющими проблемы с лишним весом, работает не только эндокринолог, но и диетолог, и психолог. Наши специалисты проведут диагностику (чтобы установить, имеет ли ребенок лишний вес) и необходимое лечение ожирения и его осложнений с уникальной возможностью контроля динамики снижения жировой массы с помощью биоимпедансного анализа.

Записаться на прием к детским специалистам можно через личный кабинет на сайте, по телефону +7 (495) 775-71-38, через мобильное приложение клиники АО «Медицина».



## Актуальная тема

## Где искать корень болезней

Плохое настроение, беспокойство, страх, вспыльчивость, неуверенность в собственных силах... Продолжать можно долго. Эти и подобные чувства знакомы многим. Но, к сожалению, мы не всегда уделяем им должное внимание, списывая на усталость, на необходимость смены обстановки, а то и виним в наших проблемах близких. А ведь современная психотерапия способна помочь справиться с подобными состояниями и даже предотвратить появление многих заболеваний! Как? Об этом рассказывает кандидат медицинских наук, врач-психотерапевт АО «Медицина» (клиника академика Ройтберга) Яковлев Сергей Валерьевич.



С.В. Яковлев

Корр.: Сергей Валерьевич, что пациентам и врачам нужно знать о психосоматических заболеваниях?

Сергей Валерьевич: Психосоматические заболевания – это заболевания, в возникновении и развитии которых главная роль принадлежит психологическим причинам:

- острому и хроническому стрессу;

- внутреннему конфликту + генетической недостаточности органа или системы органов;

- наличию у человека определенных неоптимальных установок и стереотипов реагирования.

Корр.: А можно поподробнее об этих причинах?

Сергей Валерьевич: Сильный или длительный неотреагированный стресс может приводить к развитию внутреннего напряжения, нарушениям в нейроэндокринной системе, что может приводить к развитию спектра психосоматических заболеваний, депрессии, снижению иммунитета.

- На фоне сниженного иммунитета могут возникать инфекционные, а также онкологические заболевания.

Внутренний конфликт – длительно существующая ситуация

необходимости выбора между одинаковыми по интенсивности, но разнонаправленными мотивами, в которой выбор не совершается.

- Обычно проявляются в виде различных невротозов, а при генетически обусловленной недостаточности каких-либо органов – органичными невротозами (дисфункцией какого-либо органа).

Неоптимальные установки личности и стереотипы реагирования – стремление быть хорошим для всех, нелюбовь к себе, склонность к жертвенности, обидчивости и накоплению обид, запрет на проявление агрессии, неадекватная оценка себя и других людей.

Корр.: Получается, что из-за стрессов или на фоне тревоги и депрессии у человека может развиться практически любое заболевание?

Сергей Валерьевич: Да. Не все знают, что к психосоматическим относятся такие распространенные заболевания, как:

- бронхиальная астма;
- язвенный колит;
- язвенная болезнь двенадцатиперстной кишки и желудка;
- гипертоническая болезнь;
- сахарный диабет;
- ревматоидный полиартрит;

- нейродермит, псориаз, экзема;
- тиреотоксикоз;

- нарушение менструального цикла, мастопатия, вторичное бесплодие;

- анорексия, булимия, ожирение;

- импотенция;

- онкология.

Чаще всего с данными заболеваниями обращаются к профильным специалистам. Но без консультации и работы с психотерапевтом при этих заболеваниях не обойтись, так как в основе всех психосоматических расстройств лежит стресс, неадаптивная реакция человека на этот стресс и множество других психологических причин. Если не проработать психологические причины заболевания, то одни симптомы будут уходить, а новые болезни появляться.

Корр.: Чем может помочь психотерапевт?

Сергей Валерьевич: Если кратко, то помочь психотерапевта заключается в следующем:

- диагностика возможных причин, ухудшающих качество жизни пациента;

- выявление степени риска всего спектра невротических расстройств с использованием медикаментозной коррекции, методов традиционной китайской медицины (цигун, ушу, тайчицюань) и психотерапии (рациональная психотерапия, арттерапия, символдрама, телесно-ориентированная терапия,

- эффективные методы немедикаментозного лечения;

- профилактика расстройств еще до их возникновения (обучение методикам саморегуляции, рекомендации по совладанию со стрессом, образу жизни и др.).

Корр.: Бытует мнение, что психотерапия сводится только к гипнозу, аутогенной тренировке и «разговору по душам». А какими методами работаете Вы?

Сергей Валерьевич: Да. Большинство считает именно так. Я использую гипноз, но психотерапия XXI века – это полимодальная (или интегративная) психотерапия, которая лечит не только словом.

В АО «Медицина» (клиника академика Ройтберга) кроме беседы с пациентами я применяю:

- психодиагностику личностных особенностей, которая позволяет выявить глубинно-



психологические причины проблем пациента, выявить риск психосоматической патологии (в том числе онкологии);

- психотерапию затяжных депрессивных, тревожных и психосоматических расстройств методами интегративной телесно-ориентированной терапии;

Корр.: На что бы Вы хотели обратить внимание наших читателей?

Сергей Валерьевич: В современных условиях количество стрессов, которым подвергается человек, постоянно растет. Для эффективного лечения пациента необходим целостный подход к человеку, который включает не только исцеление тела, но и исцеление души. Важной задачей психотерапии становится не только лечение, но и обучение пациентов навыкам саморегуляции для профилактики заболеваний, сохранения здоровья и улучшения качества жизни. И, конечно, со стороны пациентов необходимо активное участие в процессе исцеления в сотрудничестве с лечащим врачом.



Еще великий русский терапевт, профессор терапии и патологии Московского университета Матвей Яковлевич Мудров (1776-1831 гг.) говорил о том, что нужно лечить не болезнь, а человека, во всей полноте его личностных черт и состояний. И одним из самых сильнейдействующих лекарств Матвей Яковлевич считал Слово. И это задолго до возникновения психотерапии.

Профессор Антон Григорьевич Захарын сделал важный вклад в теорию взаимосвязи между внутренним и внешним в человеке, когда он описал «отраженные» боли от внутренних органов на кожу.

Разработанные в конце XIX века Зигмундом Фрейдом психоаналитическая теория и его метод лечения распространились по всему миру и дали начало аналитическому направлению в психотерапии.

Исследования Ганса Селье (1936 г.) показали влияние эмоций при стрессе на физиологические процессы организма.

Известный врач и психолог Александр Лурия (1902-1977 гг.) писал: «Плечет мозг, а слезы – в сердце, печень, желудок». «Нет только психических и только соматических болезней, а есть лишь живой процесс в живом организме; его жизненность и состоит в том, что он объединяет в себе и психическую, и соматическую сторону болезни». Этим подчеркивалось, что «по существу вся медицина является психосоматической», исходя из того, что психологические, психосоциальные факторы в большей или меньшей степени включены в этиопатогенез любого заболевания, влияя на ход течения и исход болезни.

Взгляды и теории вышеописанных исследователей способствовали возникновению психосоматической медицины, как направления, рассматривающего человеческий организм в единстве душевных и телесных факторов.

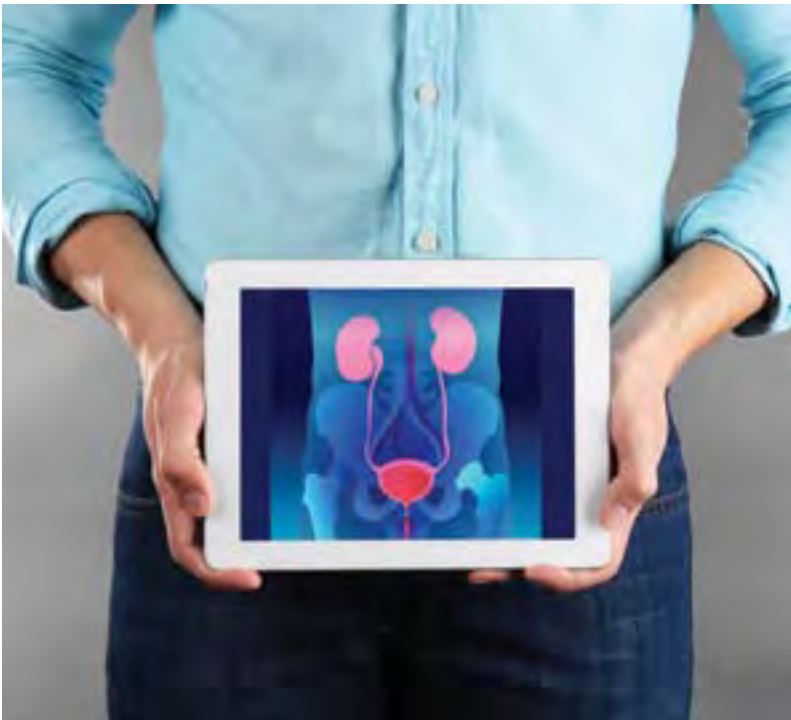


## Ваше здоровье

Заболевания мочеполовой системы не принято обсуждать открыто. Но те, кто сталкивался с урологическими проблемами, в полной мере ощутили, как сильно они влияют на физическое и эмоциональное состояние и как важно знать о признаках этих заболеваний, чтобы вовремя обратиться к врачу.



Мкртчян Карен Гагикович, уролог, к.м.н., член European Association of Urology и Российского Общества Онкоурологов



### Кто и когда становится пациентом уролога

В 70% случаев к урологу обращаются мужчины. Это связано с тем, что врач-уролог обследует у мужчин и мочевыводящую, и половую системы, а у женщин – только мочевыводящую.

Обычно пациенты обращаются к врачу с заболеваниями, которые имеют заметные симптомы:

- воспалительные заболевания урологических органов (уретрит, цистит, пиелонефрит и др.) – возникают и у мужчин, и у женщин в любом возрасте;

- мочекаменная болезнь – также никак не связана с гендерной принадлежностью и с возрастом пациента: бывает и у детей, и у взрослых, и у пожилых;

- вся онкоурология, которая сейчас очень распространена и не имеет привязки к возрасту; отдельно можно выделить онкологию предстательной железы, которая может возникнуть у мужчин после 45-50 лет;

- гиперплазия предстательной железы – сугубо мужская проблема: после 50 лет каждый четвертый мужчина испытывает проблемы с мочеиспусканием, после 65 лет – каждый второй.

При любых симптомах, которых раньше не было, нужно обращаться к врачу: жжение или болевые ощущения, нарушения акта мочеиспускания, появление примеси крови в моче или её необычный вид. Обязательно надо выяснить причину их появления.

**Болезни мочеполовой системы отнюдь не безобидны.** Они могут привести к развитию хронических очагов инфекции, импотенции, бесплодию, необходимости пересадки донорской почки и даже к летальному исходу.

**Помните!** Чем раньше диагностировано заболевание, тем больше вероятность вылечить его быстро и без последствий.

## Своевременная помощь: профилактика и предупреждение урологических заболеваний

Врач-уролог, который провел первичную консультацию, ведет пациента на всех этапах лечения: выполняет операции, курирует пациента в послеоперационном периоде и после выписки из стационара. При этом работа ведется в тесном контакте с врачами других специальностей.

На этапе первичного обследования при наличии сопутствующей патологии пациентов консультируют терапевты, гинекологи, эндокринологи. **Естественно, и при амбулаторном лечении, и при лечении в стационаре, если есть показания, привлекаются все необходимые в каждом конкретном случае узкопрофильные специалисты:** хирурги, нефрологи, неврологи и другие. Например, в случае опущения мочевого пузыря у женщин, которое может сопровождаться и опущением матки, уролог проводит симультанную операцию совместно с гинекологом, чтобы за один раз решить обе проблемы. При выявлении онкологических проблем к лечебному процессу (при необходимости) подключаем специалистов лучевой терапии и химиотерапии.

### Почему не нужно бояться операции

*Быстрое обследование позволяет проводить оперативное лечение уже в день госпитализации. Мы всегда отдаем предпочтение малоинвазивным методикам лечения на современном и высокотехнологичном оборудовании, после которых происходит быстрое восстановление организма.*

Эндохирургические методы лечения являются приоритетным направлением в нашей работе, особенно при лечении тучных людей, пациентов с сопутствующими патологиями и пациентов после открытых операций. В среднем после эндохирургических операций через 2-5 дня пациент выписывается из стационара. Единственное ограничение обычно касается тяжелых физических нагрузок: на 1-2 недели их нужно свести к минимуму, чтобы не возникло кровотечения. После этого пациент возвращается к привычному образу жизни.

### Как проводится диагностика

**Наша цель – поставить диагноз в течение дня.** Для этого в АО «Медицина» (клиника академика Ройтберга) есть самые современные методы диагностики урологических заболеваний: компьютерная томография, МРТ, ультразвуковая диагностика, эндоскопические методы.

Нет необходимости ложиться в стационар на 3-4 дня, ждать очереди на обследование и готовности результатов, как в городских и муниципальных больницах. Результаты клинических анализов пациент получает в течение суток, результаты диагностических обследований – через 3-4 часа. На основе данных результатов врач формирует тактику лечения.

### Что происходит после постановки диагноза

Спектр урологических манипуляций очень обширен. При возможности проблема решается амбулаторно. В нашей клинике имеется возможность проведения аппаратной физиотерапии, инстилляции мочевого пузыря, при которой лекарство вводится непосредственно внутрь пораженного органа.

**У нас был яркий случай,** когда диспансеризация спасла пациентке почку. В анализах мочи были выявлены клетки крови, совсем немного – 2-3 эритроцита. Это небольшое отклонение от нормы. Провели обследование, назначили компьютерную томографию мочеполовой системы, на которой обнаружилась маленькая – всего 1 см – злокачественная опухоль почки. В стационаре пациентке лапароскопически без тепловой ишемии удалили опухоль из почки с сохранением самого органа. Никакого дополнительного лечения не потребовалось, КТ рецидивов не выявило.

Есть и обратные примеры, когда пациенты вовремя не обращаются к врачу, и опухоль развивается, переходит в более поздние стадии. Тогда необходимо удалять весь орган, проводить серьезную операцию, которая не может гарантировать избавление от онкологического заболевания.



Доля малоинвазивных операций – 95%. Исключение составляют случаи, когда из-за расположения органов показана операция именно открытым способом.

### Зачем нужно профилактическое обследование

**Очень важно наблюдать за собой и посещать врача минимум 1 раз в год, чтобы не упустить проблемы, которые не имеют выраженных симптомов:** онкоурология на ранней стадии, гидронефроз почек, кисты почек, доброкачественная гиперплазия предстательной железы и др. Можно прицельно идти к конкретным специалистам или проходить диспансеризацию.

Только опытный врач-уролог может назначить именно тот чек-ап (комплекс диагностических

мероприятий), который нужен в соответствии с полом, возрастом, с учетом ранее перенесенных, сопутствующих и хронических заболеваний. При необходимости обследования расширяется, дополняется, чтобы результаты были точными и были выявлены все патологии мочеполовой системы.

Выявление заболевания на ранних стадиях позволяет своевременно начать лечение, обойтись минимальным хирургическим вмешательством, сохранить качество жизни.

**Будьте внимательны к своему здоровью!**

Записаться на прием к врачу-урологу можно через личный кабинет на сайте, по телефону +7 (495) 775-71-38, через мобильное приложение клиники АО «Медицина».



## Это интересно

Многие знают, что в Чехии есть курорт с термальной и минеральной водой – Карловы Вары. Очень многие там бывали и не один раз. Воды этого курорта волшебным образом помогают при различных заболеваниях органов пищеварения, желчного пузыря и поджелудочной железы. Но это не единственный курорт Чехии. Дорогие читатели, из этой статьи вы узнаете о не уступающем по красоте Карловым Варам городе-курорте Марианские Лазни.



Небольшой городок уютно расположился в долине природного заповедника «Славковский лес», среди невысоких холмов, в регионе Западная Богемия, на высоте 630 метров над уровнем моря и в 5 км от границы с Германией. Добраться до курорта очень удобно: всего 48 км от аэропорта в Карловых Варах.

Для этой местности характерен мягкий стабильный климат круглый год. Здесь не бывает слишком холодно или слишком жарко, поэтому пациентам с заболеваниями сердца и дыхательных путей, а также людям преклонного возраста тут очень комфортно.

Курорт стал известен благодаря множеству холодных кислых минеральных целебных источников (от +7 до +10°C), выходящих на поверхность в этой местности. Всего их более 100, но при лечении активно используются только 8. **Все источники различаются по химическому составу, однако для всех характерно изобилие свободного углекислого газа и низкая температура воды.**

Пить целебную воду можно совершенно бесплатно, но чтобы это принесло пользу, делать это нужно правильно и только после консультации с врачом-куртологом.

Хотя сами источники были известны местным жителям еще в XVI веке, но изучать их целебное действие на организм человека начали гораздо позднее и

статус курорта город получил только в 1886 году. С этого времени начинается его бурное развитие. Все здесь радует глаз! Усилиями архитектора Иржи Фишера в XIX веке был создан исторический центр города с удивительно красивыми зданиями в стиле неоклассицизма, который сочетает в себе изящность и легкость, ажурной коллонадой с минеральными источниками, беседками, павильонами. И все это в окружении великолепного парка, созданного Вацлавом Скальным, с вековыми деревьями, фонтанами и цветниками.

Марианские Лазне известны своими роскошными лечебницами, в которых и сегодня нередко поправляют здоровье мировые знаменитости. Крупных санаториев здесь около 20. Несмотря на то, что почти все они расположены в исторических зданиях, внутри это современные, очень комфортные, прекрасно оборудованные комплексы с высоким уровнем медицинского обслуживания, где есть возможность отследить реакцию организма на процедуры и оперативно откорректировать схему лечения.

Терапия проводится на основе минеральных вод из местных источников, которые используются как для питья, так и для ванн и ингаляций, в дополнение к ним врачи применяют местные грязи и природный лечебный газ, который имеет собственное название – Мариин.



## В Чехию за здоровьем

До Первой мировой войны курорт носил имя Мариенбад (в честь источника Святой Девы Марии) и был одним из самых фешенебельных курортов не только Австро-Венгрии, но и всей Европы. Его посещали монархи Николай II и Эдуард VII, европейская элита, композиторы Шопен и Вагнер, писатели Гете, Гоголь и Тургенев, а Иван Гончаров здесь написал роман «Обломов».



**В Марианских Лазнях лечение направлено на общее оздоровление организма, но все же на курорте есть свои особенности.**

Местные воды помогают в лечении почек и мочевыводящих путей, кроме того они имеют уникальную особенность растворять и выводить из организма абсолютно все разновидности «камней».

Здесь проводят лечение некоторых видов женского бесплодия. Но особенно успешно проходит лечение мужских заболеваний – таких как простатит и снижение половой функции. Популярную в санаториях Марианских Лазней процедуру «сухая ванна» (или конверт) с углекислым газом мужчины называют «природной Виагрой».

Радикулит и другие проблемы опорно-двигательной системы на курорте успешно лечат **газовыми уколами**. Эту эффективную процедуру делают только на курортах Чехии.

Санатории принимают пациентов на восстановление после онкологических операций в состоянии клинической ремиссии. При себе необходимо иметь заключение от онколога о том, что лучевая и химиотерапия завершены, а метастазы отсутствуют.

Оптимальная длительность лечения на курорте составляет 18-20 дней и желательно, отправляясь на курорт, захватить с собой выписку из истории болезни. Эффект от лечения будет более ощутимым.

В дополнение к лечению, СПА отели Марианских Лазней предлагают косметологические процедуры и программы «AntiAge», которые состояются индивидуально для каждого гостя, что помогает запускать процессы очищения и омоложения всего организма.

В Марианских Лазнях публика, в основном, говорит на немецком языке, поскольку курорт необычайно популярен у гостей из

Германии. Несмотря на это, туристам из других стран здесь будут рады и нет необходимости заказывать переводчика, чтобы обсудить с доктором свои проблемы, т.к. персонал в санаториях владеет несколькими иностранными языками, в том числе и русским.

**Популярность города объясняется еще и туристической привлекательностью.**

Так как в воскресенье лечебные процедуры не проводятся, можно побаловать себя различными экскурсиями и развлечениями. Например, посетить кинотеатр, художественную галерею, концертный зал, музей Шопена. А при желании – съездить в Прагу, посмотреть соседний курорт Карловы Вары или расположенные поблизости замки. Отдыхая в Марианских Лазнях у вас есть хорошая возможность купить экскурсии в соседние страны: Германию, Австрию и даже Швейцарию, но это уже тем, кто приехал сюда на три недели и более длительный срок.

Для пребывания на любом лечебном курорте (Марианские Лазне не исключение) наряду с показателями имеются и противопоказания, необходимо проконсультироваться с вашим лечащим врачом, специалистом АО «Медицина» (клиники академика Ройтберга).

**Для правильного выбора санатория и организации поездки, заходите в кабинет 115 на первом этаже нашей клиники или звоните по телефону +7 (499) 250-93-87.**







## Ваше здоровье

## Энергия света

*Внутривенное лазерное облучение крови – это уникальный метод фотобиологического воздействия на форменные элементы крови, в результате которого активизируются все системы организма для устранения имеющихся нарушений. При внутривенном лазерном облучении крови в организм ничто не вносится, а просто восстанавливаются и запускаются те процессы, которые необходимы организму для восстановления той или иной функции.*



**Аблязов  
Иршат Равилевич,**  
врач-терапевт, член Российского  
научного медицинского общества  
терапевтов

В результате лазерного облучения крови:

- восстанавливается иммунная система;
- улучшается реология крови;

- нормализуются обменные процессы, как липидные, так и углеводные, а также обмен мочевой кислоты;

- у людей со сниженным иммунитетом восстанавливается иммунитет, увеличивается сопротивляемость организма к различным заболеваниям.

Важно понять, что в организм не привносится что-то чужеродное для обеспечения специфического воздействия на какое-либо частное звено патогенеза заболевания, а лишь мягко корректируются системы саморегулирования и поддержания гомеостаза, нарушенные в силу различных факторов. Этим обусловлена не только универсальность внутривенного облучения крови, но и его высокая эффективность и безопасность, поскольку осуществляется лишь регулирование – прямое или косвенное – происходит нормальная физиологическая реакция организма. Чаще всего, мы говорим об усилении этих реакций, с чем связано использование такого термина, как стимуляция. Но иногда важно достичь и ослабления избыточного действия регулиру-

ющих систем. Другими словами, внутривенное лазерное облучение крови может вызывать разнонаправленные реакции в зависимости от применения различных доз, от состояния организма.

Глубокое понимание данного процесса, а также знание механизмов действия низкоинтенсивных лазерных излучений позволяют абсолютно безопасно и максимально эффективно использовать этот метод. Доказано, что после внутривенного лазерного облучения крови происходят изменения на трех основных уровнях:

- форменные элементы крови;
- свойства крови в целом, то есть состав плазмы, реологические свойства крови;
- системный отклик на уровне различных органов и систем.

В качестве аппаратного обеспечения в клинике АО «Медицина» для внутривенного облучения крови используется аппарат «Матрикс-ВЛОК» в диапазоне излучения лазера 0,635 микрон. Это область красного цвета, которая является максимально эффективной для внутривенного облучения крови. *Уникальной особенностью аппарата «Матрикс-ВЛОК» является то, что у него имеется излучатель с ультрафиолетовым спектром.* При проведении процедуры внутривенного облучения крови используются стерильные одноразовые светодиоды КИВЛ 01, которые подключаются к специальному разъему излучателя. Предусмотрены плавная регулировка излучателя и цифровой контроль мощности излучения. Аппарат имеет автоматический таймер и цифровую индикацию продолжительности процедуры.

Сферы применения внутривенного лазерного облучения крови – акушерство, гинекология, дерматология, заболевания периферических сосудов, пищеварительной системы, заболевания опорно-двигательного аппарата, кардиология, неврология, эндокринология.

**В кардиологии** внутривенное лазерное облучение крови применяется при артериальной гипертензии, инфаркте миокарда в анамнезе, при инфекционно-аллергическом миокардите. Также внутривенное лазерное облучение крови применяется и в онкологии. Лазерная терапия не обладает ни канцерогенными, ни мутагенными эффектами.

**В акушерстве и гинекологии** данный метод применяется при гнойно-септических осложнениях, женском бесплодии, позднем токсикозе у беременных, для профилактики послеоперационных осложнений, сальпингоофорита, фетоплацентарной недостаточности, эндометриоза.

**В дерматологии** внутривенное лазерное облучение крови применяется при аллергических васкулитах, atopических дерматитах, при простом и рецидивирующем герпесе, при псориазе, при роже, экземе, заболевании периферических сосудов (атеросклеротическая артериопатия сосудов нижних конечностей, ангиопатия, тромбоз, флебит, хроническая ишемия нижних конечностей, хронические облитерирующие заболевания артерий нижних конечностей).

**При заболеваниях пищеварительной системы** – при диспепсических изменениях слизистой оболочки желудка, вирусном гепатите В, механической желтухе, острой кишечной непроходимости, остром холецистите, отравлении, панкреатите, печеночной недостаточности, холангите, хронических диффузных заболеваниях печени, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Внутривенное лазерное облучение крови также применяется **при лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата:** деформирующего острого артроза и ревматоидного артрита.

Лечебные эффекты внутривенного лазерного облучения крови:

- обезболивающий;
- антивирусный;



- антибактериальный;
- детоксикационный – снижает концентрацию токсических веществ в организме;
- антиаллергический;
- иммуностимулирующий.

Отдельно важно отметить поствоспалительный и гормоностимулирующий эффекты.

Благодаря внутривенному лазерному облучению крови устраняются спазмы сосудов и гладкой мускулатуры; снижается концентрация холестерина, глюкозы и мочевой кислоты; улучшается кислородный обмен в тканях организма; улучшаются функции дыхания и оказываются бронхорасширяющий эффект; заживляются язвенные и раневые дефекты тканей без грубых рубцов; снимается проявление atopического дерматита; снимается абстинентный синдром при алкоголизме и наркомании.

В нашей клинике данная процедура выполняется в специальном кабинете. Время экспозиции инфракрасного излучателя от 20 до 25 минут. Время экспозиции ультрафиолетового излучателя – от 3 до 5 минут, то есть внутривенное облучение крови проводится в амбулаторных условиях. Специальная подготовка для пациентов не требуется.

Несмотря на эффективность и универсальность данного метода лечения, следует указать на противопоказания для назначения этого метода лечения. Во-первых, фотодерматоз, при

котором пациентам противопоказано воздействие прямых солнечных лучей. Низкий уровень гемоглобина, повышенная кровоточивость – это основные, часто встречающиеся противопоказания. Остальные противопоказания – крайнее реанимационное состояние: кардиогенный шок, инфаркт миокарда в остром периоде, инфаркт головного мозга в остром периоде.

Поэтому пациентам, которым необходимо проведение внутривенного лазерного облучения крови, необходимо проконсультироваться с врачом-специалистом по внутривенному облучению крови.

Записаться на консультацию к врачу-терапевту можно через личный кабинет на сайте, по телефону +7 (495) 775-71-38, через мобильное приложение клиники АО «Медицина».



## Газета распространяется бесплатно

Учредитель – АО «Медицина» [www.medicina.ru](http://www.medicina.ru)  
Шеф-редактор Г.Е. Ройтберг  
Главный редактор В.Е. Орлов  
Выпускающий редактор Д.В. Рябиничева  
Над номером работали:  
Фотографы: Т.М. Тимохина, К. Ласис  
Дизайн и верстка: Е.Н. Воздвиженская  
Газета зарегистрирована в МПТР России  
Регистрационный номер:  
ПИ № 77-12543 от 22.05.2002  
Адрес редакции:  
125047, Москва, 2-й Тверской-Ямской пер., д. 10  
Тел. (499) 250-84-96  
Адрес типографии: ООО «Поликарт»  
Москва, ул. Клары Цеткин, д.28  
Тел.: +7 (495) 450-42-72, +7 (499) 159-94-56

Тираж 1500 экз.  
Подписано в печать 14.05.2019 г.

**Общие телефоны**  
Справочно-информационная служба.....(495) 995-00-33  
Отдел по оформлению договоров.....(495) 995-00-88  
Отдел продаж.....(499) 250-82-48

### Телефоны круглосуточных служб клиники:

Скорая медицинская помощь — (495) 229-00-03 (многоканальный)  
Дежурный врач стационара — 8-916-518-40-51  
Магнитно-резонансная томография, рентген, УЗИ — (495) 995-00-33  
Справочно-информационная служба — (495) 995-00-33 (многоканальный)

**Лечение**  
Отделение семейной медицины (1-й этаж).....(495) 995-11-33  
Стационар, кардиохирургия ..... (495) 995-00-33  
Стоматология ..... (495) 995-00-33

**Дополнительный сервис**  
Ресторан и кафе «ДОКТОР».....(499) 250-03-99  
Аптека.....(499) 251-93-11  
Оптика..... (499) 251-56-11

### Уважаемые читатели!

Редакция газеты «Клиника «Медицина» очень признательна за внимание к нашему изданию. Мы стараемся, чтобы статьи, публикуемые в газете, были вам интересны. Надеемся, что информация, которую вы узнаете из них, полезна.

Редакция приглашает вас, уважаемые читатели, принять участие в выборе тем для следующих выпусков газеты. Письма с предложениями, вопросами, пожеланиями направляйте по электронному адресу [gazeta@medicina.ru](mailto:gazeta@medicina.ru).

С уважением, Дарья Рябиничева,  
выпускающий редактор

ЕСТЬ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.