

# Будь здоров, Зеленоград!

№ 6 (59)

27 июня 2018

Ежемесячная газета для широкого круга читателей ■ Издаётся с 2013 года

С ПРАЗДНИКОМ!



## Поздравляем с Днем медицинского работника!



Уважаемые коллеги!

Поздравляю вас с Днем медицинского работника! От всей души желаю крепкого здоровья и личного благополучия! Пусть исполняются ваши мечты и успешно реализуются планы! Каждый день пусть будет шагом в сторону профессионального роста и развития.

Выражаю глубокую признательность каждому сотруднику нашей больницы за ежедневный самоотверженный труд, за профессионализм и верность своему призванию. Несомненно, вы заслуживаете самых добрых и теплых слов благодарности. Спасибо вам! Пусть жизнь ваша будет полна позитивных событий и замечательных открытий, а в ваших домах всегда будут любовь и взаимопонимание!

Главный врач ГКБ им. М.П. Кончаловского  
Олег ГРИДНЕВ



Дорогие друзья!

Поздравляю всех с нашим профессиональным праздником! Пятьдесят лет Центральная клиническая больница восстановительного лечения работает в составе Федерального медико-биологического агентства России. Наша задача — сохранение здоровья людей, которые живут и работают в экстремальных условиях для процветания Родины.

От всего сердца поздравляю коллег с международным Днём медицинского работника и желаю успехов на нашей - самой гуманной службе - охраны человеческого здоровья! Пусть любовь и взаимопонимание освещают нашу повседневную жизнь и работу. Здоровья, счастья!

Главный врач ФГБУЗ ЦКБВЛ ФМБА  
России Валерий МИТЬКОВСКИЙ



Уважаемые коллеги!

От всего сердца поздравляю наш коллектив и всех медицинских работников с профессиональным праздником! Выражаю глубокую признательность и уважение каждому, кто причастен к нашей замечательной профессии. Спасибо за самоотверженный труд! За ваши опыт, знания, профессионализм, мудрость, внимание к людям.

Искренне желаю вам, вашим родным и близким крепкого здоровья, душевного тепла, позитивных эмоций, благополучия, радости, ярких событий в жизни, любви и взаимопонимания в семьях! Пусть ваш труд приносит вам радость и вдохновение! Пусть жизнь дарит всем нам больше поводов для счастливой улыбки! Будьте счастливы!

Генеральный директор медицинского  
центра «338» Эльвира МАЛЮГИНА



Дорогие коллеги!

От всей души поздравляю вас с Днем медицинского работника! То, что вы делаете для людей, невозможно переоценить! Ежедневно вы несете им добро, заботу и свет! Выражаю вам огромную благодарность за развитие нашей клиники "НОРМА-XXI". Сегодня это одно из самых востребованных лечебно-диагностических медицинских учреждений Зеленограда с новыми отделениями, передовыми методиками и современным оборудованием. Это стало возможным благодаря вашему ежедневному добросовестному труду.

Желаю всем медицинским работникам процветания, успехов на пути к новым свершениям, долгих и счастливых лет жизни, крепкого здоровья и душевного тепла!

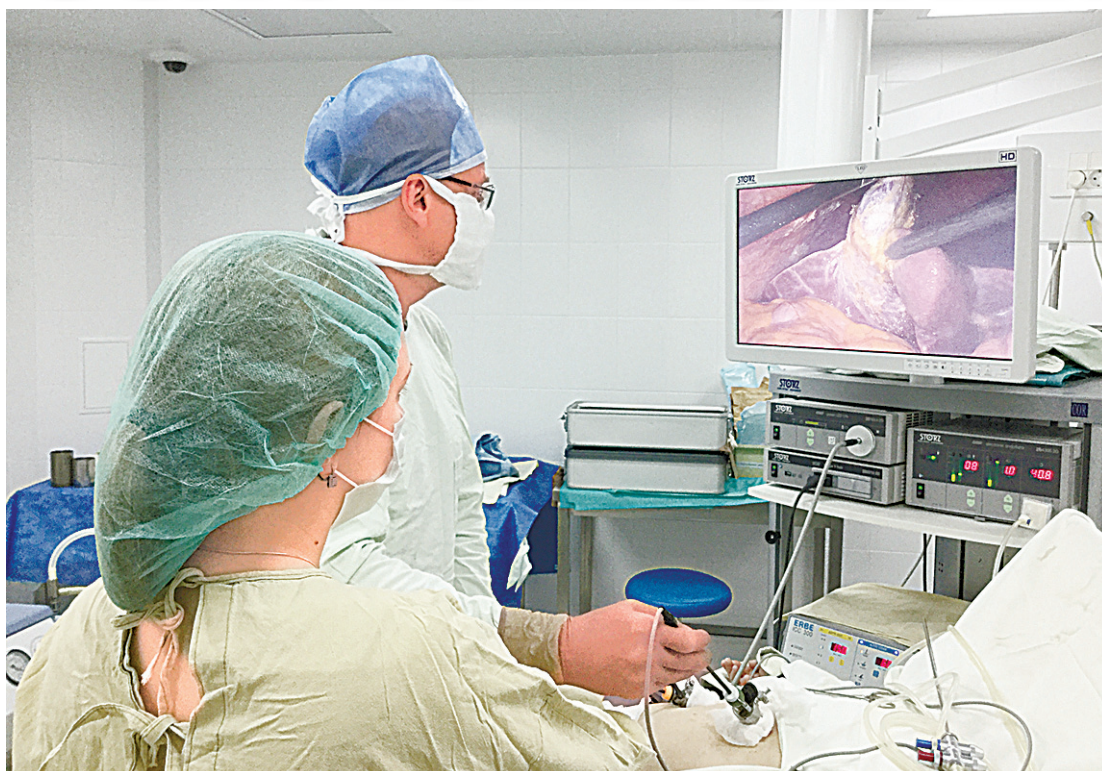
Генеральный директор группы компаний  
«НОРМА-XXI» Михаил ВОЛОСКОВ

СОБЫТИЕ

В этом году в зеленоградской больнице отмечают 50-летие хирургической службы. Сегодня это важнейшее подразделение клиники соответствует современным стандартам. Новейшее оборудование, квалифицированный персонал, уникальные операции, тысячи спасенных пациентов. А начиналось все в далеком 1968 году.

Продолжение на стр.2

## ЗОЛОТОЙ ЮБИЛЕЙ



ВНИМАНИЕ, АКЦИЯ!

аптека

МЕДИАЛ ЭКОНОМИЯ

Объявляет акцию!  
**ПРЕДЪЯВИТЕ ЭТОТ  
КУПОН НА КАССЕ  
И получите  
СКИДКУ 10%\***

На весь ассортимент\*\*

ДАТЫ ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ:

- 12 июля  
Зеленоград, корп. 612,  
Зеленоград, корп. 1215
- 13 июля  
Зеленоград, корп. 403А,  
Зеленоград, корп. 514
- 19 июля  
Зеленоград, корп. 523,  
Зеленоград,  
Панфиловский пр., 6А
- 20 июля  
Зеленоград, ул.Юности, д. 2,  
Зеленоград, корп. 1604

\*Скидка предоставляется однократно при покупке от 1000 рублей.

Скидка не предоставляется ниже себестоимости товара.

\*\*Скидка не распространяется на акционный товар.

Скидки не суммируются. Подарок по чекам со скидкой не предоставляется.



## С ПРАЗДНИКОМ!



## Уважаемые коллеги!

Поздравляю вас с профессиональным праздником! Сохранять и возвращать здоровье людям – это важная задача и огромная ответственность. Это нелегкий труд, который был и будет нужен во все времена. Желаю вам, чтобы работа всегда приносила удовольствие и уважение пациентов, а личная жизнь – радость и душевный покой. Пусть удачи и успехи сопровождают вас всю вашу жизнь! Крепкого здоровья вам и вашим пациентам!

Руководитель филиала  
«Зеленоградский»  
МНПЦДК ДЗМ Ильяс ЯКУПОВ

## ОТ ВСЕЙ ДУШИ!

СПАСИБО НАШИМ  
ДОКТОРАМ!

Выражаю благодарность врачу-терапевту поликлинического отделения ГКБ им. М.П. Кончаловского Е.В. Ованесовой за высокий уровень компетентности и внимательное отношение к пациентам. Сердечно благодарю фельдшера ГКБ им. М.П. Кончаловского Д.С. Подборонова за добросовестный нелегкий труд, умение общаться с большими людьми, за доброжелательное, чуткое отношение. Он всегда приветлив и готов ответить на вопросы пациентов.

Н.Я. Гарджун

Выражаю благодарность заведующему урологическим отделением ГКБ им. М.П. Кончаловского С.В. Цыганову за отличную организацию оказания медицинской помощи пациентам, безупречную работу персонала отделения, которому свойственны принципиальность, уважение, внимание, забота, профессионализм. Особенно хочется поблагодарить лечащего врача А.Н. Соболева. Я очень доволен результатом лечения. В отделении хорошая рабочая атмосфера, все сотрудники выполняют свои обязанности сознательно и профессионально, проявляя такие качества, как взаимопомощь, трудолюбие, внимание к пациентам, дружеское отношение друг к другу. Р.С. Увидел такое же отношение и в других отделениях и кабинетах, ЭКГ, УЗИ, КТ, операционной. Огромное вам СПАСИБО! Молодцы! У нас отличная больница!

Г.В. Шевченко

Благодарю специалистов отделения кардиореанимации ГКБ им. М.П. Кончаловского за оказанную мне помощь! Особо хочу выделить заведующего отделением врача-кардиолога В.А. Кузнецова. Это очень чуткий, отзывчивый, небезразличный человек, настоящий профессионал своего дела, который всегда готов прийти на помощь. Также благодарна всем врачам, медсестрам, медбратьям и всему медицинскому персоналу реанимации. Это настоящие борцы за жизнь человека. Сердечное спасибо вам за нелегкий труд!

А.М. Архипова

От всей души выражаю глубокую и искреннюю благодарность заведующей отделением гинекологии ГКБ им. М.П. Кончаловского А.Н. Быковщенок и лечащему врачу-гинекологу А.В. Архиповой. Это врачи по призванию. Анну Николаевну благодарю за доброе, человеческое отношение. После первой же консультации понимаешь, что она грамотный специалист, профессионал, переживающий за пациентов. В отделении работают чуткие, отзывчивые врачи. Здесь всегда чистота и порядок, за что низкий поклон медсестрам и санитаркам.

Е.Р. Наговицкая

## СОБЫТИЕ

### Первую операцию в зеленоградской больнице провели 11 марта 1968 года 8-летнему пациенту Жене Н. по поводу гангренозного перфоративного аппендицита. Выполнял ее главный хирург К.А. Файнберг, ассистировали А.В. Баташов и Л.Н. Голубев, операционная сестра Т.В. Ануфриева, анестезиолог И.Д. Прокопьева.

Начало на стр.1

В 1968 году ввели в эксплуатацию главный корпус больницы, в отдельном крыле которого начали работу отделения хирургии, урологии и гинекологии, гнойной хирургии, ЛОР и операционный блок. Возглавил хирургическую службу кандидат медицинских наук замечательный хирург К.А. Файнберг. В последующие годы этим важнейшим подразделением больницы руководили С.И. Яковлев, В.Н. Егиев, В.Н. Французов, В.В. Диденко, М.В. Лысенко. В настоящее время возглавляет хирургическое отделение кандидат медицинских наук, заслуженный врач РФ А.Н. Быков.



Профессор Николай  
Николаевич Каншин

Вспомним первых хирургов больницы! Это заведующий 1-й хирургией В.И. Алябьев, А.В. Баташов, В.Ю. Самсонов, А.С. Подковыров, Г.А. Степанов; заведующий 2-й хирургией В.П. Григорьевский, Л.М. Эдзер, В.П. Рожков; заведующая травматологическим отделением А.И. Касатова, А.В. Каратаев; заведующий урологическим отделением Т.В. Сурков, Г.Г. Грачева, В.Г. Грачев, М.И. Коротков; заведующие отделениями оперативной и экстренной гинекологии А.М. Наумов и А.В. Егорова, оперирующие акушеры-гинекологи И.И. Ульянов, Э.Е. Григорьевская, Н.А. Мясальцева, Н.В. Бучинчик, Т.С. Назарова. Отделение гнойной хирургии возглавлял Л.Н. Голубев. Ему помогли Л.М. Шупеля, М.Г. Виненков, Л.П. Уваров, Г.П. Лукоянова, В.И. Максимиенко.

Немалую роль в развитии хирургической службы сыграли талантливые и опытные операционные медицинские сестры: М.К. Видзиркет, Л.К. Видзиркет, С.А. Каратаева, Е.А. Бурзина, Т.В. Учамбрина, Л.С. Царева, Т.В. Ануфриева. А также первые старшие медицинские сестры хирургических отделений, многие из которых работали в больнице со дня ее основания. В 1-й хирургии – С.Н. Богатыренко, И.И. Прудникова; во 2-й хирургии – Е.В. Рыданова, Н.А. Полунина; в 3-й хирургии – Н.С. Попова, Н.И. Демина; в травматологии – Л.А. Току-

нова, Н.В. Робенкова; в урологии – С.Н. Руднева, О.Д. Крючкова; в гинекологии – В.М. Бурова.

Первыми медицинскими сестрами были Т.П. Пахомова, З.Г. Артемова, Н.С. Карпова, В.И. Алешина, Е.В. Закаблуква, Т.А. Тришкина и другие. Пришли работать замечательные перевязочные сестры Н.Н. Истомина, Т.А. Щербакова, Н.И. Волкова, Г.М. Фролова, и другие.

Коллективу, состоящему из врачей различных хирургических и научных школ, пришлось строго выполнять определенные положения и принципы, создающие оптимальные условия для работы. Большую роль при этом

полняющим операции у детей при неспецифическом язвенном колите. Эти операции впервые были выполнены именно в зеленоградской больнице.

Полвека – срок немалый. Все это время зеленоградская больница неизменно движется по пути развития и совершенствования. Идет активное оснащение современным оборудованием. Расширен спектр хирургической помощи. Доля лапароскопических вмешательств за последние 3 года выросла с 27 до 48%. Сегодня внедрены и поставлены на поток малоинвазивные операции: контактная литотрипсия при мочекаменной болезни, лапароскопи-

ных методов диагностики и лечения. С тех пор стремительно развивается внутрисосудистая хирургия как одно из приоритетных направлений миниинвазивных вмешательств. Ежемесячно более 150 пациентов получают здесь высокотехнологичную хирургическую помощь. Выполняются операции по имплантации кардиостимуляторов. Помимо лечения больных с острым коронарным синдромом с использованием данной методики удается эффективно оказывать помощь большой группе пациентов с облитерирующими заболеваниями нижних конечностей.

На базе ГКБ им. М.П. Кончаловского работают кафедры хирургии,



играл авторитет главного хирурга больницы К.А. Файнберга. Профессиональное совершенствование занимало одно из главных мест в повседневной деятельности. Существенную поддержку в повышении квалификации специалистов оказывали больнице главные столичные хирурги. Кроме того, на базе больницы на протяжении трех лет работал Институт организации здравоохранения.

ческая герниопластика, лапароскопическая фундопликация при грыже пищеводного отверстия диафрагмы, лечебная артроскопия, гаймороскопия, операции на сонных артериях при их стенозе, торакоскопические операции при буллезной трансформации легких и эмпиеме плевры.

В 2016 году на базе больницы начал работу Региональный сосудистый центр, ядром которого стало отделение рентгенэндоваскуляр-

акушерства и гинекологии Первого Московского государственного медицинского университета им. И.М. Сеченова. Это сотрудничество дает дополнительные возможности оказания пациентам консультативной помощи экспертного уровня, внедрения передовых технологий и методов лечения, непрерывного повышения квалификации специалистов.

Наиболее актуальными и перспективными направлениями дальнейшего развития хирургической службы в ГКБ им. М.П. Кончаловского являются лапароскопическая проктология, высокотехнологичные вмешательства на позвоночнике и головном мозге. С введением в строй второго ангиографа планируется начало гибридных операций, когда эндоваскулярные вмешательства сочетаются с различными видами открытых для одновременного устранения причин и осложнений имеющейся патологии. Главные задачи на будущее: увеличение доли лапароскопических вмешательств до 70%, расширение спектра высокотехнологичной хирургической помощи и повышение ее доступности для жителей Зеленограда и его окрестностей.



Кардинально изменилась научная и практическая деятельность хирургической службы ГБ №3 в 1981 году с приходом научной группы НИИ скорой помощи им. Н.В. Склифосовского под руководством хирурга и ученого Н.Н. Каншина. Широко стали применяться новые сшивающие хирургические аппараты при операциях на желудочно-кишечном тракте. Профессор Каншин разработал метод многослойной пластики при паховых грыжах. Он является основателем аспирационно-промывных (в том числе и программированных) методов в ведении ран и гнойных полостей, различных методов профилактики гнойных осложнений в хирургии. Николай Николаевич был первым в стране хирургом, вы-







# ФГБУЗ ЦЕНТРАЛЬНАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА ВОССТАНОВИТЕЛЬНОГО ЛЕЧЕНИЯ ФМБА РОССИИ

## ВСЕРОССИЙСКИЙ ФОРУМ



Главными вопросами, касающимися сбережения здоровья граждан, стали: правильное питание; борьба с курением, алкогольной и наркотической зависимостью; сохранение психологического здоровья; профилактика заболеваний и санаторно-курортная реабилитация.

Министр здравоохранения РФ Вероника Игоревна Скворцова на открытии форума передала его участникам приветствие от

вать в лечебно-реабилитационном процессе инновационные технологии: роботизированную механотерапию на тренажерах с усиленной обратной биологической связью; последние достижения нейрофизиологии и кардиофизиологии, малоинвазивной хирургии и нейрохирургии; разработки отечественной авиационно-космической медицины, особенно эффективные в сочетании с методами кинезотерапии, физиотерапии, гипербарической оксигенации.



ФГБУ ФНКЦ ФХМ ФМБА России докладом «Генетическое обследование и персонализированный подход в здоровьесбережении, превентивной и восстановительной медицине» в соавторстве: Э.В. Генерозов, Н.Ю. Пономарева, В.Г. Митьковский, Е.Н. Ямпольская, А.В. Кочетков, В.М. Говорун.

После торжественного открытия форума состоялся обход наиболее важных экспозиций правительственной делегацией во главе с министром здравоохранения Российской Федерации Вероникой Игоревной Скворцовой, которую у экспозиции ФМБА России встретил заместитель генерального директора ГНЦ ФМБЦ им. А.И. Бурназяна ФМБА России Юрий Дмитриевич Удалов.



## «ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ –

## ОСНОВА ПРОЦВЕТЕНИЯ РОССИИ»

30 мая – 1 июня 2018 года в Москве, в Выставочном комплексе «Гостиный двор», прошел XII Всероссийский форум «Здоровье нации – основа процветания России». Главная тема форума – формирование здорового образа жизни – собрала в Гостином дворе представителей Минздрава, Минпромторга, Минтруда, Роспотребнадзора, Росздравнадзора, Минобрнауки, Минспорта, а также ФМБА России и других ведомств, ведущих ученых и врачей страны.



Президента России В.В. Путина, назвала главной задачей на ближайшие 5 – 6 лет увеличение до 60% доли россиян, которые ведут здоровый образ жизни (сейчас, по соцопросам, – около 40%).

Президент Лиги здоровья нации (организатор форума) Лео Бокерия зачитал обращение премьер-министра Дмитрия Медведева: «Сегодня мы поставили себе амбициозную задачу – повышение ожидаемой продолжительности жизни до 80 лет к 2030 году. А значит, нам предстоит выстроить передовую систему здравоохранения, разработать и внедрить новейшие методы диагностики и лечения заболеваний. А главное – сделать так, чтобы люди сами научились ответственно относиться к своему здоровью».

Форум состоял из выставочной и дискуссионной частей. В выставке участвовали министерства (федеральные и региональные), лечебные учреждения, предприниматели – всего более 200 организаций из 25 регионов.



Стенд Федерального медико-биологического агентства подготовили ГНЦ ФМБЦ им. А.И. Бурназяна ФМБА России, ФНКЦ ФМБА России, КБ 85 ФМБА России, ФНКЦ ФХМ ФМБА России, КБ №122 им. Л.Г. Соколова, ЦКБВЛ ФМБА России.

Посетителям стенда ФГБУЗ ЦКБВЛ ФМБА России были представлены современные методы комплексной медицинской реабилитации, реализуемые в индивидуально подобранных программах. Были продемонстрированы широкие возможности клиники, которые позволяют использо-

Для выявления индивидуальных особенностей организма, необходимого для определения стратегии восстановительного лечения и подбора актуальной фармакотерапии, используются возможности лабораторной генетической диагностики. Персонализированный подход в комплексных программах регулярного индивидуального обследования Медицинский Check-Up или HealthCheck позволяет дать пациенту прогноз и рекомендации по формированию образа жизни для сохранения здоровья и активного долголетия.

Кроме того, в рамках конгресса участие ФГБУЗ ЦКБВЛ ФМБА России представлено публикацией и совмест-



Он представил работу системы ФМБА России, которая уже 70 лет стоит на страже здоровья нации, используя для этого весь свой потенциал – слав науки, практики и образования.

Вероника Игоревна поблагодарила ФМБА России и лично руководителя Владимира Викторовича Уйба за большой вклад в организацию форума, реализацию программ Лиги здоровья нации и каждодневный труд, направленный на сохранение и укрепление здоровья россиян.

По окончании форума оргкомитет вручил сертификат участника для ФГБУЗ ЦКБВЛ ФМБА России.



**СОСУДИСТЫЙ ЦЕНТР**



**Уважаемые коллеги!**  
От всей души поздравляю вас с профессиональным праздником! Медицинский работник – не только профессия. Это жизненная позиция: готовность прийти на помощь, способность к состраданию, искреннее желание нести людям добро. И я очень рад, что в нашем коллективе работают специалисты, которые обладают всеми этими качествами. Желаю всем моим коллегам профессиональных успехов, крепкого здоровья, материального и семейного благополучия!

**Врач-хирург высшей категории по сердечно-сосудистым заболеваниям флеболог Александр МАТВИЕНКО**

**ПРИЧИНА ТРОМБООБРАЗОВАНИЯ**

В варикозно измененных венах кровотоков значительно замедлен. Образовавшиеся тромбы могут привести к воспалению венозной стенки (тромбофлебиту). Кроме того, тромбы «растут» и распространяются на глубокие вены, приводя к

их тромбозу. Но самое опасное осложнение может возникнуть, когда тромб отрывается и попадает в легочные артерии. Возникает тромбоэмболия легочных артерий – тяжелейшее, зачастую фатальное осложнение.

Кроме того, заболевания вен нижних конечностей резко снижают качество жизни пациентов, так как сопровождаются такими проявлениями венозной недостаточности как отеки, тяжесть в ногах, судороги, нарушения чувствительности, изменения кожи.

долго и безуспешно лечили, заживают в течение нескольких недель, если пациент наконец-то попал к флебологу. Не на последнем месте стоит устранение «сосудистых звездочек». У многих пациентов имеются симптомы венозной недостаточности, но при обследовании

ка заболеваний других, конкурирующих заболеваний. Проанализировав симптомы, данные ультразвукового сканирования и других методов обследования, даже если не выявлена сосудистая (артериальная или венозная) патология, вас направят к профильному специалисту.

# ЛЕЧЕНИЕ ВАРИКОЗА БЕЗ РАЗРЕЗОВ И БОЛИ

## ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ЛЕЧЕНИИ ВЕНОЗНОЙ ПАТОЛОГИИ

**Варикозная болезнь – это не просто косметический дефект, как это принято считать. Это прогрессирующее заболевание, которое таит в себе опасность развития трофических язв нижних конечностей и тромботических осложнений. Внедрение в рутинную флебологическую практику высоких технологий позволяет устранять заболевания ног не только безболезненно и безопасно, но и невероятно короткие сроки.**



При лечении варикоза в Сосудистом центре в летний период скидка **20%!**

**НА ПРИЕМ К ФЛЕБОЛОГУ**

К специалисту обращаются не только для лечения варикозного расширения вен нижних конечностей и осложнений (например, тромбофлебита), но и для лечения заболеваний глубоких вен, в том числе тромбозов и их последствий. Отдельным блоком стоит лечение трофических язв. Язвы, которые

они не обнаруживаются. И здесь на помощь приходит флеболог. После анализа причин, приведших к появлению симптомов, пациенту даются рекомендации, выполнение которых устраняет симптомы венозной недостаточности и повышает качество его жизни. Важным направлением деятельности флеболога является дифференциальная диагности-

**В АМБУЛАТОРНЫХ УСЛОВИЯХ**

Основой лечения варикоза во всем мире является эндовенозная лазерная и радиочастотная облитерация в сочетании со склеротерапией и малоинвазивными хирургическими вмешательствами через микроскопические проколы. В современных условиях использование инновационных технологий позволяет диагностировать и лечить заболевания венозной системы амбулаторно, атравматично, безболезненно, без потери трудоспособности, без отрыва от повседневной жизни. Те лечебные задачи, на которые раньше уходили месяцы восстановления пациента, в настоящее время благодаря высоким технологиям даже не требуют госпитализации.

▶ Предварительная запись на прием в Сосудистый медицинский центр – по телефонам: **8(499)738-59-55, 8(499)738-03-77.**

Адрес центра: корпус 1639.

Сайт: [www.varicozu.net](http://www.varicozu.net)

**НЕВРОЛОГИЧЕСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР**



**Дорогие коллеги!**  
Сердечно поздравляю вас с профессиональным праздником! Работа врачей – это огромная ответственность, пусть ваше служение приносит вам радость и моральное удовлетворение за выполненный по совести долг! Берегите себя и не забывайте о своем здоровье! Пусть жизнь каждого из вас будет наполнена смыслом, любовью и добром! Пусть исполнятся ваши самые заветные мечты и желания!

**Заместитель руководителя НМЦ «ДИНАСТИЯ» В.В. ДУБИНИН**

В «ДИНАСТИИ» применяется комплексный мультидисциплинарный подход с привлечением врачей разных специальностей с целью достижения максимальной эффективности диагностики и лечения. Здесь работают не только неврологи, рефлексотерапевты и мануальные терапевты, но и кардиологи, ортопед-травматолог, аллерголог-иммунолог, терапевт, онколог.

Также работает психолог, эффективно применяющий в лечении БОС-тренинг. Прием ведет единственный в Зеленограде врач-сомнолог, занимающийся диагностикой и лечением нарушений сна.

Клиника активно сотрудничает с кафедрой нервных болезней лечебного факультета Первого МГМУ им.И.М. Сеченова и кафедрой рефлексологии и мануальной терапии РМАПО.

Медцентр оснащен современным медицинским оборудованием для диагностики и лечения. Здесь можно выполнить все необходимые для постановки правильного диагноза инструментальные исследования:

- ✓ ультразвуковое исследование сердца и сосудов (ЭХО-КГ, УЗАС)
- ✓ электрокардиография (ЭКГ)
- ✓ электроэнцефалография (ЭЭГ)
- ✓ электронейромиография (ЭНМГ)
- ✓ магнитная стимуляция (МС)
- ✓ суточное холтеровское мониторирование ЭКГ и артериального давления (ХолтерЭКГ и СМАД)
- ✓ компьютерная пульсоксиметрия и другие.

В клинике применяются современные и традиционные методы лечения, имеющие многовековую историю: гомеопатия, рефлексотерапия, фитотерапия.

Отдельно хочется отметить запатентованную методику лечения широкого круга заболеваний комплексными растительными лекарственными препаратами доктора В.В. Плетнёва. Являясь одновременно клиническим фармакологом и онкологом, он эффективно применяет методику для выявления предрасположенности и профилактики онкологических заболеваний.

Большое внимание в «ДИНАСТИИ» уделяется исследованию иммунной системы, которая осуществляет надзор над всеми процессами, происходящими в организме. Прием ведет аллерголог-иммунолог, который при выявлении в иммунной системе отклонений от нормы назначает эффективное лечение и контролирует процесс восстановления.

В клинике успешно применяют уникальные методики лечения грыжи межпозвоночного диска, избавляющие паци-

ентов от травматичной операции. За время существования клиники было пролечено более 3 000 человек с таким диагнозом. Всем им удалось помочь справиться с недугом без оперативного вмешательства.

Кроме того, для восстановительного лечения пациентов с последствиями инсультов и заболеваниями периферической нервной системы (невропатиями различного генеза) используется магнитная стимуляция (МС).

Большое внимание уделяется лечебной физкультуре. В ФОКе «Импульс», на базе которого располагается клиника, есть специально оснащенный зал лечебной физкультуры. Занятия проводятся индивидуально. Методисты по лечебной физкультуре, подбирая отдельный комплекс упражнений для каждого индивидуально, достигают максимальной эффективности занятий.

Многие пациенты рекомендуют «ДИНАСТИЮ» своим близким и знакомым – и мы гордимся этим! Благодарим всех людей, которые доверили нам самое ценное – заботу о своём здоровье. Приходите в наш центр, и мы сделаем всё возможное, чтобы помочь вам справиться с недугом и с новыми силами вернуться к полноценной жизни!

▶ Предварительная запись по телефонам: **8(499)735-03-73, 8(495)227-75-05.**

Адрес: ул. Николая Злобина, корп.109а (на втором этаже ФОК «Импульс»).

Сайт: [www.meddin.ru](http://www.meddin.ru)

# «ДИНАСТИИ» – 5 ЛЕТ!

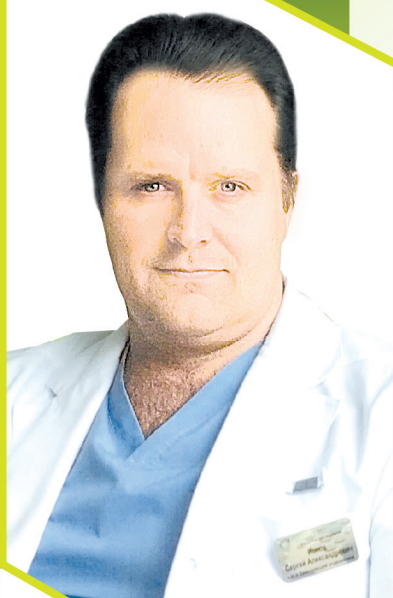
**В неврологическом медицинском центре «ДИНАСТИЯ» ведут прием опытные специалисты, которые оказывают пациентам консультативную и лечебную помощь. Отличительной особенностью клиники является профильность, специализация на лечении различных неврологических заболеваний.**





# ВРАЧИ нашего округа

Уважаемые читатели! Представляем вам опытных врачей-специалистов, подтвердивших на практике свой профессионализм и заслуживших любовь и благодарность многих пациентов. Если вы хотите порекомендовать зеленоградцам врача, у которого проходили лечение и высоко оцениваете его профессиональные навыки, звоните по телефонам: 8 (916) 511-10-85, 8 (905) 590-14-88 или присылайте кандидатуры на адрес редакции: 5344769@mail.ru.



ГКБ им. М.П. Кончаловского

## СЕРГЕЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ ИОНОВ

Кандидат медицинских наук, врач-хирург высшей категории

Заведует хирургическим отделением. Выполняет весь объем плановых и экстренных операций, в том числе все виды пластики грыж передней брюшной стенки, ЖКБ, хронический холецистит (открытый и лапароскопический доступы), варикозная болезнь нижних конечностей, операции на желудке при язвенной болезни, операции при опухолях органов брюшной полости.

**Стаж работы – 20 лет**

Ведет консультативный прием по средам с 12.00 до 14.00 в поликлинике ГКБ им. М.П. Кончаловского (ул. Каштановая аллея, д. 2, стр. 7).

Предварительная запись по телефонам:

8 (499) 734-14-41, 8 (499) 734-14-62.

Сайт: gb3zelao.ru

ГКБ им. М.П. Кончаловского

## ВАСИЛИНА СЕРГЕЕВНА ЛЕСОВИК

Кандидат медицинских наук, врач-хирург высшей категории

Заведует отделением гнойной хирургии и колопроктологии. Член Российского общества хирургов, член Ассоциации гепатобилиарных хирургов СНГ, член экспертного совета МООЭ (Московского областного общества эндоскопистов). Специализируется на лечении пациентов с проблемами хирургического сепсиса, гнойной и торакальной хирургии, неотложной колопроктологии, онкоколопроктологии.

**Стаж работы – 15 лет**

Ведет консультативный прием по вторникам с 13.00 до 15.00 в поликлинике ГКБ им. М.П. Кончаловского (ул. Каштановая аллея, д.2, стр.7).

Предварительная запись по телефонам:

8 (499) 734-14-41, 8 (499) 734-14-62.

Сайт: gb3zelao.ru



Медицинский центр «338»

## ЖАННА ВИКТОРОВНА КОНДРАТЬЕВА

Врач-невролог, мануальный терапевт, гомеопат высшей категории

Диагностика и лечение широкого спектра неврологических заболеваний, в том числе:

- вегетативной дисфункции
- болевых синдромов опорно-мышечного аппарата
- заболеваний пищеварительного тракта, связанных с расстройством вегетативной нервной системой
- заболеваний бронхо-легочной системы, не поддающихся обычным методам лечения

**Стаж работы – 26 лет**

Предварительная запись по телефонам: 8 (495) 767-1-338, тел./факс 8 (499) 736-90-36.

Адрес: корп. 338

Сайт: medcentre338.ru.



Медицинский центр «338»

## ЮЛИЯ ВЛАДИМИРОВНА БУХТОЯРОВА

Врач гинеколог-эндокринолог, УЗИ-диагност

Имеет сертификат по специальности «Акушерство и гинекология», «Ультразвуковая диагностика», «Применение акушерских и гинекологических пессариев». Ведет прием больных гинекологическими заболеваниями, проводит диагностику и лечение патологии шейки матки, кольпоскопия, УЗИ, обследование и лечение при бесплодном браке, ведение беременности, лечение заболеваний, связанных с гинекологической эндокринологией.

**Стаж работы – 17 лет**

Предварительная запись по телефонам: 8 (495) 767-1-338, тел./факс 8 (499) 736-90-36.

Адрес: корп. 338.

Сайт: medcentre338.ru.



ФГБУЗ ЦКБВЛ ФМБА России

## СВЕТЛАНА АФАНАСЬЕВНА ВЕРЕЩАГИНА

Врач-невролог, врач высшей квалификационной категории, заведующая 1-м неврологическим отделением

Специализируется на реабилитации пациентов с сосудистыми заболеваниями головного мозга, с выраженными двигательными нарушениями после повреждений и заболеваний головного и спинного мозга. Принимает участие в разработке медицинских стандартов восстановительного лечения. Награждена знаком отличия в труде «Ветеран атомной энергетики и промышленности».

**Стаж работы – 37 лет**

Предварительная запись по телефонам:

8 (495) 536-09-22, 8 (967) 053-15-65,

8 (499) 503-99-99 (многоканальный).

Адрес: Солнечногорский район, д. Голубое.

Сайт: ckbvl.com



ФГБУЗ ЦКБВЛ ФМБА России

## ОЛЬГА ЯКОВЛЕВНА КОЧУНЕВА

Врач ЛФК высшей квалификационной категории, заведующая отделением лечебной физкультуры, доцент, к.м.н.

Заведующая учебной частью курса реабилитационной медицины ИПК ФМБА России, соавтор разработки оригинальной автоматической установки и методики для подводного вертикального вытяжения позвоночника. Победитель конкурса «Лучший врач 2009 года» ФМБА России в номинации «Лучший врач-реабилитолог». Ветеран труда, ветеран атомной энергетики и промышленности.

**Стаж работы – 33 года**

Предварительная запись по телефонам:

8 (495) 536-09-22, 8 (967) 053-15-65,

8 (499) 503-99-99 (многоканальный).

Адрес: Солнечногорский район, д. Голубое.

Сайт: ckbvl.com





## МЕЖДУНАРОДНЫЙ СТАТУС

Работа по созданию в акушерских стационарах благоприятных для грудного вскармливания условий в рамках Инициативы ВОЗ и ЮНИСЕФ «Больница, доброжелательная к ребенку» осуществляется более чем в 22 000 больниц в 157 странах мира. В России более 280 родильных домов имеют этот статус. В Москве до недавнего времени их было всего пять. Зеленоградский роддом стал шестым.

Чтобы получить это почетное звание, пришлось много потрудиться, преодолеть нелегкий путь ломки сложившихся стереотипов (раздельное пребывание матери и ребенка в роддоме, кормление по расписанию, допаивание новорожденного и т.д.) и совершенствования практики родовспоможения.

**Историческая справка:** Инициативу «Больница, доброжелательная к ребенку» ВОЗ и ЮНИСЕФ провозгласили в 1991 году, чтобы закрепить положения Инноцентийской Декларации «Охрана, поощрение и поддержка грудного вскармливания» (1990 г.), принятой главами более 30 государств. В этой Декларации была сформулирована необходимость изменения практики родовспоможительных учреждений в соответствии с современными принципами успешного грудного вскармливания.

Персонал родильного дома ГКБ им. М.П. Кончаловского прошел обучение

## «БОЛЬНИЦА, ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНАЯ К РЕБЕНКУ»



по программе ВОЗ/ЮНИСЕФ «Консультирование по грудному вскармливанию». Была проведена огромная работа в каждом отделении. Роддом принял на себя обязательства по осуществлению «Десяти принципов успешного грудного вскармливания»:

- иметь зафиксированную в письменном виде политику в отношении практики грудного вскармливания и доводить ее до сведения всего медико-санитарного персонала
- обучать весь медико-санитарный персонал необходимым навыкам для осуществления этой политики
- информировать всех беременных женщин о преимуществах и методах грудного вскармливания
- помогать матерям начинать грудное вскармливание в течение первого получаса после родов
- показывать матерям, как кормить грудью и как сохранить лактацию, даже если они должны быть отделены от своих детей

- не давать новорожденным никакой иной пищи или питья, кроме грудного молока, за исключением случаев медицинских показаний

- практиковать круглосуточное совместное размещение матери и новорожденного: позволять им находиться в одной палате 24 часа в сутки

- поощрять грудное вскармливание по требованию

- не давать новорожденным, находящимся на грудном вскармливании, никаких искусственных средств, имитирующих грудь или успокаивающих (сосок или пустышек)

- поощрять создание групп поддержки грудного вскармливания и направлять матерей в эти группы после выписки из больницы.

Теперь в зеленоградском роддоме созданы все условия для поддержки грудного вскармливания. В роддоме новорожденных сразу после появления на свет знакомят с мамой, прикладывают к груди и больше не разлучают. Отделение реанимации и интенсивной терапии для новорожденных открыто круглосуточно. Мамы могут находиться в палатах, кормить новорожденных и ухаживать за ними. В отделении реанимации и интенсивной терапии для взрослых тоже предусмотрена возможность пребывания женщин вместе со своими детьми.

В роддоме открыто новое отделение патологии новорожденных и недоношенных детей. Его возглавляет главный внештатный специалист-неонатолог Департамента здравоохранения г.Москвы Валерий Викторович Горев. Если раньше из реанимации деток с различными патологиями переводили на второй этап выхаживания в другие детские больницы

Москвы, то теперь малышей не нужно куда перевозить, и мамы находятся вместе с детьми.

20 апреля была успешно пройдена внешняя аттестация. Группа экспертов под руководством Л.В. Абольян, национального координатора Инициативы ВОЗ/ЮНИСЕФ, руководителя Научно-практического центра по пропаганде, поддержке и поощрению грудного вскармливания Минздрава России признали зеленоградский роддом достойным высокого звания «Больница, доброжелательная к ребенку».

В конце мая в конференц-зале клиники состоялось торжественное вручение диплома и Почетного знака ВОЗ/ЮНИСЕФ. Главный врач клиники Олег Гриднев поздравил коллег, выразил благодарность за проделанную работу и напомнил: «Этот статус – только начало. Теперь главная задача и огромный труд всего коллектива нашего роддома – сохранить достижения, постоянно поддерживать и развивать это направление!».



## ЭТО ИНТЕРЕСНО

## ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ

21 июля, с 9.00 до 12.00, в поликлиническом отделении ГКБ им. М.П. Кончаловского пройдет акция, посвященная профилактике и лечению хронических заболеваний.

По многочисленным просьбам день открытых дверей решили провести в субботу. Ведь главная его цель – повышение доступности качественной бесплатной медицинской помощи, профилактика и снижение заболеваемости.

Принять участие в акции смогут москвичи, жители Московской области и других регионов России старше 18 лет. Место прописки и наличие прикрепления к больничной поликлинике значения не имеют.

Для гостей разработают маршруты терапевтического и хирургического профилей с консультациями ведущих специалистов клиники. Также будет предложено пройти ЭКГ и лабораторное обследование:

- сдать общий и биохимический анализ крови
- измерить сахар в крови
- определить уровень холестерина
- пройти гормональное исследование (по назначению врача).

**ЗАПИСЬ ОТКРЫТА ПО БУДНЯМ  
С 10.00 ДО 15.00  
ПО ТЕЛЕФОНУ 8 (499) 735-44-30**

### ВНИМАНИЕ!

**ВСЕ ПРОЦЕДУРЫ В РАМКАХ АКЦИИ ПРОВОДЯТСЯ БЕСПЛАТНО.  
ЛАБОРАТОРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ КРОВИ РЕКОМЕНДУЕМ  
ПРОХОДИТЬ НАТОЩАК.**

**При себе надо иметь паспорт и полис ОМС. Если на руках есть направления (заклучения) лечащих врачей и результаты предыдущих исследований, нужно обязательно взять их с собой.**

## НА ЗАМЕТКУ

Крайне важно понять, что первый человек, которому надо дать любовь, это вы сами. И научиться бережно и уважительно к себе относиться. Постоянное стремление быть хорошим, угождать, помогать – разрушительно. Если бы это исходило от переполненности любовью к себе, от переполняющей вас нежности, тогда это было бы здорово. А выматывающее служение другим – это полное отсутствие любви к себе. Это, скорее, выпрашивание чужей-то любви.

## ВЫБРОСЬТЕ ВСЕ СВОИ МАСКИ

**Вселенная с любовью смотрит на каждого. В ней заложено всё, что нужно для счастья. Но для того чтобы стать счастливым, нужно существовать так, чтобы не нарушать чудесного равновесия, по которому всё работает.**



А все закладывается ещё в детстве:

– Ты хороший мальчик, помогаешь, слушаешься, поэтому я так тебя люблю.

Вот и служит потом человек всем подряд в ожидании хоть капельки любви и не ведает, что любят не за что-то, а просто так. И причины не нужны. Да вам и не нужно ничьё одобрение. Каждый из нас уникален и интересен сам по себе.

Никогда не говорите своему ребёнку:

– Ты плохой, я не буду тебя любить!

От этого он попадёт в ту же ловушку выпрашивания чужей-то любви и одобрения.

Почаще говорите ему:

– Я люблю тебя всегда, как бы ты себя ни вёл. Что бы с тобой ни происходило, ты всегда будешь самым моим любимым человеком. Но этот поступок мне не нравится...

Выбросьте все свои маски и просто примите и полюбите себя в существующем виде. И начните наслаждаться жизнью здесь и сейчас. Как?

ту. Без ошибок не бывает опыта, роста. Скоро вам понравится эта смелость. Вы будете пробовать ещё и ещё. И станете свободнее.

✓ Отпустите ожидания. Не стоит ничего ждать от людей. Они сами не знают, чего им хочется завтра. Отпустите ожидания по поводу событий жизни: она мудрее нас. Как только вы выпустите её из своего крепкого захвата, жизнь начнёт разворачиваться к вам самыми приятными сторонами.

✓ Не ждите, что вас оценят по достоинству. Все ваши старания всегда будут восприниматься как должное. Лучше оценивайте себя сами! Хвалите, подбадривайте, станьте себе любящим родителем и настоящим другом.

✓ Избегайте общения с неприятными для вас людьми, которые нарушают ваше душевное равновесие. Уклоняйтесь от ситуаций, забирающих ваши силы, энергию.

Когда вы наполнитесь любовью к себе, всё в вашей реальности начнёт стремительно меняться.



**ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ**

– Если родственник далек мне по духу, не грех ли держаться от него подальше?

– Нет, это даже разумная мера. Для некоторых родственников нужно мысленно прочертить радиус, который именуется «пушечным выстрелом». У нас есть ответ в Евангелии. Если человек нам брат, сват, кум, а общение с ним вредно мне, или моей жене, или моим детям, то мы должны отнестись к нему, как Господь сказал: «Будет тебе яко язычник и мытарь». То есть не общаться и обходить за три версты.

– Я часто впадаю в гнев, разговаривая резким тоном. Многие знакомые говорят, что со мной стало невозможно общаться, но я не могу измениться.

– Значит, вы скоро всех вокруг себя разгоните и останетесь одна. Люди просто не выдержат такого напора и будут вас сторониться. Как это «Я не могу измениться»? Представьте себе: вот если кто-то стоял бы рядом с вами с палкой и, как только вы начинали бы повышать голос, бил вас этой палкой по спине. Вы сразу же научились бы говорить тихо, скромно, вежливо и спокойно. Ваша раздражительность идет, прежде всего, от распушенности – нужно научиться следить за собой. Очень полезно услышать себя со стороны, например, записать свою гневную речь с помощью современных цифровых технологий, а потом послушать, как это неприятно выглядит.

– Как бороться с унынием?

– С унынием хорошо бороться с помощью домашней уборки. Начните с самого простого: вымойте посуду, потом разберите шкафы, вытрите пыль под диванами. Если останутся силы, вымойте окна и разберите стеллажи. Был кавардак, а стал порядок – красота!

**ТОЧКА ЗРЕНИЯ**

**Высшие Силы говорят с нами постоянно, посылая предупреждения в виде Знаков. А мы упорно не хотим слышать их голос... А все наши беды и несчастья – это уже крик Вселенной: «Стой! Ты не туда идешь! Ты свернул с безопасного пути, который ведет тебя к счастью и Радости! Тебе столько раз посылались Знаки, чтобы уберечь от извилистой дорожки и опасности...».**

Как услышать и понять этот язык? Давайте разбираться!

**ЯЗЫК ТОНКИХ ЧУВСТВ**

Это наше энергетическое, эмоциональное и интуитивное состояние. Вот почему так важно прислушаться к себе, своей душе и тому, что подсказывает ваше сердце. К сожалению, современному человеку сложно услышать свое сердце.

Если душа твоя поет, ты – на правильном пути. Если ощущается дискомфорт, тяжесть, неясная тревога – выбран неправильный путь!

**ЯЗЫК ПОДЗАТЫЛЬНИКОВ**

Если мы не слушаем сердце, Высшие силы применяют язык

уныние обычно происходит от безблагодатности жизни, если оно, конечно, духовного свойства, а не психического. Поэтому начните что-то делать. А еще постарайтесь никого не осуждать, посетите больного, кому-нибудь помогите. Было бы намерение, а возможность найдется: вокруг – масса нуждающихся людей. После этого настроение сразу изменится. Можно послу-

мер, когда человек что-то вкусное кладет себе в рот, – либо душевного, – когда он утешается чем-то более высоким, чем еда, например, музыкой, поэзией. А есть блаженство более высокое – это духовное блаженство, когда при определенном состоянии души благодать Святого Духа поселяется в человеке, и, как следствие, от этого душа абсолютно спокойна и радостна. Она уже не

– Дело в том, что между этими словами разрыв в 1000 лет. Человек – существо общественное, созданное Богом не как индивидуум, а как семья, чтобы он жил в любви. Вот рождается ребеночек, он сразу входит в атмосферу любви.

Но апостол Павел уже видел, что современная его семья далека от идеала: в ней царят злоба, предательство, жадность, побои, быва-

**НАЕДИНЕ С СОБОЙ**

**Все мы иногда пребываем в замешательстве: как лучше поступить в той или иной жизненной ситуации? Чтобы помочь нашим читателям разобраться с проблемами, мы обратились к протоиерею Дмитрию СМРНОВУ.**



шать музыку, которая вам нравится и рождает в душе приятные ощущения, или почитать хорошую книгу. Полезно посещение друга, который вас любит.

Если уныние носит болезненный характер, то помогут лекарства. Ну и, конечно, надо постоянно просить Бога, чтобы он отогнал от вас дух уныния.

– Вот мы встречаем в Евангелии: блаженный, блаженство. Что такое блаженство, и в чем оно состоит?

– Все люди стремятся к блаженству. Но обычно блаженство бывает либо телесного свойства – при-

мается, не мучается, не страдает – она обретает свой покой.

Блаженство происходит от сердечной чистоты. Человек с чистым сердцем не может страдать, потому что он никому не завидует, ни к чему мирскому особенно не стремится – он всем обладает. Бывает такая полнота обладания, когда ничего не нужно; когда человек обрел Бога, всё теряет смысл, потому что по сравнению с Богом всё – ничто.

– В книге Бытия сказано, что нехорошо человеку быть одному. А вот апостол Павел говорит наоборот: хорошо вам оставаться, как я, то есть одному. Как это сочетать?

ет, доходит и до убийства. Зная об этом, он говорил, что лучше не вступать в брак, но это вовсе не значит, что он был противником семьи.

Если семья строится на христианских принципах, как домашняя церковь, то она как бы возвращает человека в ту райскую жизнь, когда нехорошо быть человеку одному, когда в семье – атмосфера любви, рая. То есть человек может находиться в райском состоянии, если в семье будет царить атмосфера любви.

А если это атмосфера борьбы и греха, то, конечно, лучше оставаться одному, как апостол Павел.

знаков и сигналов. Это маловероятное случайное событие. Поперхнулись, ногу свело, что-то упало, кто-то помешал или что-то сказал. Нас предупреждают и о хороших, и о плохих событиях.

Присмотритесь к окружающему миру, людям и к себе! Подобные знаки можно интерпретировать только после свершившегося факта.

Часто в качестве воспитательного процесса используется болезнь.

Бьют так, что не заметить или пропустить это невозможно. И всегда необходимо разобраться: а почему это произошло? И если вы поняли, почему, то проблемы уходят.

С помощью таких неудач Высшие силы направляют челове-

думаете: «Пора бы развестись!» – и в это время совершенно крепкий стул под вами разваливается, и вы набиваете шишку. Это означает, что вам дают понять, что выйдете из вашей затеи...

**ЯЗЫК ВНУШЕНИЯ**

Прямой текст для запоминания. Он основан на использовании памяти напрямую, без участия мыш-

**ПОДСКАЗКИ СВЫШЕ**

Если вы не понимаете эти сигналы, знаки повторяются до трех раз, и потом Высшие силы переходят к следующему, более грубому способу общения с вами.

**ЯЗЫК СИТУАЦИИ**

Если человек свернул со своего пути, с вами начинают говорить на языке ситуаций: сделка не состоялась, важная встреча нарушена, вам изменяет жена и т.д. Все ситуации – жизненные уроки. Может, Высшие силы не мешают вам, а оберегают от худшей проблемы?

Если человек раздражается после этих сигналов и не понимает их, то приемы воспитания ужесточаются. Вам хотят показать, что вы не правы. Но если урок понят, ситуация выравнивается и неудачи быстро сменяются успехами.

**ЯЗЫК НЕУДАЧ**

Это уже сродни «наказанию». В общепринятом смысле это выглядит примерно так: что является наиболее ценным для человека, по тому и бью. Если это деньги, то по материальному положению. Рушатся любовные отноше-



ка на его путь для того, чтобы он выполнил свое предназначение.

**ПРЯМОЙ КОНТАКТ**

Подобие наказания для непонятливых повторяется трижды. Если вы не реагируете, то применяется язык прямого контакта. Вы попадаете к ясновидящему, целителю, священнику, попадаете на лекцию (вас приводят), где вам вдруг разъясняется причина ваших неудач.

**ЯЗЫК АГРЕССИИ**

Более грубый способ обращения: например, выходя из дома, вы видите на стене крупную надпись «Ты дурак!». Или сидите и

Человек становится зависимым от алкоголя, наркотиков, казино, секты, рыбалки и т.д. Каждый пожинает то, что посеял. И еще не поздно одуматься – шанс есть.

**ЯЗЫК «БЫТЬ ИЛИ НЕ БЫТЬ?»**

А затем воспитательный процесс становится более грубым и жестким, так называемые «наказания» усиливаются, как бы внешне появляются неизлечимые заболевания, происходят несчастные случаи.

И если после этого человек не понимает ничего, уроки будут все более и более ужесточаться...

**ПРИТЧИ**

**ЧЁРНАЯ ТОЧКА**

Однажды мудрец собрал своих учеников и показал им обычный лист бумаги, где нарисовал маленькую чёрную точку. Он спросил их:

– Что вы видите?

Все хором ответили, что чёрную точку. Ответ был не верным. Мудрец сказал:

– А разве вы не видите этот белый лист бумаги – он так огромен, больше, чем эта чёрная точка? Вот так и в жизни – мы видим в людях первым делом что-то плохое, хотя хорошего намного больше. И лишь единицы видят сразу «белый лист бумаги».

**ВСТАВАЙ!**

Один ученик спросил своего наставника:

– Учитель, что бы ты сказал, если бы узнал о моём падении?

– Вставай!

– А на следующий раз?

– Снова вставай!

– И сколько это может продолжаться – всё падать и подниматься?

– Падай и поднимайся, покуда жив! Ведь те, кто упал и не поднялся, мертвы.

**НЕ ТРЕБУЙ ЛЮБВИ**

Учитель узнал, что один из его учеников настойчиво добивался чьей-то любви.

– Не требуй любви, так ты её не получишь! – сказал учитель.

– Но почему?

– Скажи, что ты делаешь, когда в твою дверь ломятся непрошенные гости, когда они стучат, кричат, требуя отворить, и рвут на себе волосы оттого, что им не открывают?

– Я сильнее запираю её.

– Не ломись в двери чужих сердец: так они ещё сильнее закроются пред тобой. Стань желанным гостем, и перед тобой откроется любое сердце. Возьми пример с цветка, который не гоняется за пчёлами, а, даря им нектар, привлекает их к себе.

**ИЗМЕНИ ГОЛОС**

Голубка увидела в роще сову и спросила:

– Откуда ты, сова?

– Я жила на востоке, а теперь лечу на запад.

Так ответила сова и начала злобно ухать и хохотать. Голубка снова спросила:

– А почему же ты покинула родной дом и летишь в чужие края?

– Потому что на востоке меня не любят за то, что у меня противный голос.

– Напрасно ты покинула родные края, – сказала голубка. – Менять тебе надо не землю, а голос. На западе так же, как на востоке, не терпят злобного уханья.

**НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ**

Ученик спросил Мастера:

– Насколько верны слова, что не в деньгах счастье?

Мастер ответил, что они верны полностью.

– Это просто доказать. Ибо за деньги можно купить постель – но не сон; еду – но не аппетит; лекарства – но не здоровье; слуг – но не друзей; женщин – но не любовь; жилище – но не домашний очаг; развлечения – но не радость; учителей – но не ум.

**КУСОЧЕК ГЛИНЫ**

Бог слепил человека из глины. Слепил для человека землю, дом, зверей и птиц. И остался у него неиспользованный кусок глины.

– Что же ещё слепить тебе? – спросил Бог.

– Слепи мне счастье! – попросил человек.

Ничего не ответил Бог, задумался и положил человеку в ладонь оставшийся кусочек глины.

**АТМОСФЕРА ПРИСУТСТВИЯ**

Однажды, у одного мудреца спросили:

– Как можно распознать просветленного и духовного человека?

Он ответил:

– Это не то, что он говорит, и не то, каким он кажется или что делает... Это та атмосфера, которая создаётся в его присутствии. Вот единственное, что является свидетельством. Ибо никто не в состоянии искусственно создать атмосферу, не принадлежащую его духу.



Медицинский центр «338» в Зеленограде – это современное, многопрофильное, хорошо оснащённое медицинское учреждение, ориентированное на оказание квалифицированной медико-консультационной и лечебно-диагностической помощи каждому пациенту.

- АНАЛИЗЫ - более 5000 видов
- УЗИ-ДИАГНОСТИКА
- ГЕНЕТИЧЕСКИЕ АНАЛИЗЫ, ТЕСТЫ НА ОТЦОВСТВО



- ГИНЕКОЛОГ
- ГИНЕКОЛОГ-ЭНДОКРИНОЛОГ
- ВЕДЕНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ
- УРОЛОГ-АНДРОЛОГ
- МАММОЛОГ-УЗИ
- ЭНДОКРИНОЛОГ
- ДИЕТОЛОГ-ЭНДОКРИНОЛОГ

- КАРДИОЛОГ
- ЭХО-КГ, УЗДГ
- ЭКГ, ЭКГ по Холтеру
- ТЕРАПЕВТ
- ПУЛЬМОНОЛОГ
- РЕВМАТОЛОГ-УЗИ
- НЕВРОЛОГ, ЭЭГ
- ГАСТРОЭНТЕРОЛОГ

- АЛЛЕРГОЛОГ-ИММУНОЛОГ
- МАССАЖ
- ПСИХОЛОГ
- БОЛЬНИЧНЫЕ ЛИСТЫ
- ПРОЦЕДУРНЫЙ КАБИНЕТ
- ПРОГРАММЫ ЗДОРОВЬЯ
- ВЫЗОВ ВРАЧА НА ДОМ



## Акции!

**-10%** На любую готовую "Программу здоровья" вы можете приобрести ПОДАРОЧНЫЙ СЕРТИФИКАТ своим близким!

Прием Терапевта, Невролога **-20%**

**-10%**

Комплексное лабораторное исследование по различным направлениям

КАПЕЛЬНИЦА 400 руб.



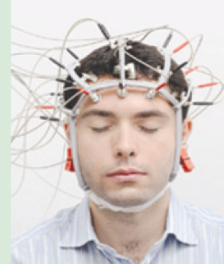
**-25%**

Прием МАММОЛОГА-УЗИ



**-20%**

ЭЭГ ЕЖЕДНЕВНО Без очереди!



ДЕРЖАТЕЛЯМ СОЦ. КАРТ

НА ВСЕ ВИДЫ УСЛУГ **-5%**

**-20%**

ДЛЯ ВETERANОВ ВОВ И СТУДЕНТОВ

ПОСТОЯННЫМ КЛИЕНТАМ **-10%**

Обращаем внимание на АКЦИИ, которые мы регулярно проводим в нашем Медицинском центре (подробности на сайте)



ПОБЕДА НАД ВЕСОМ!  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД!  
ПРОСТО И НАДЕЖНО!  
**АКЦИЯ! СКИДКА 30%**  
ПРИЕМ ВЕДЕТ ДИЕТОЛОГ-ЭНДОКРИНОЛОГ

В нашем медцентре принимаются скидочные карты всех медицинских центров и аптек!



Медицинский центр «338» желает вам и вашим близким крепкого здоровья!

ГАЗЕТА ВЫХОДИТ ПРИ ИНФОРМАЦИОННОЙ ПОДДЕРЖКЕ



# ЦЕНТР КИНЕЗИТЕРАПИИ СЕТЬ МЕДИЦИНСКИХ ЦЕНТРОВ

Номер лицензии: ЛО-77-01-006725

ДЛЯ ИСКЛЮЧЕНИЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОВОДИТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА



## ПЛАН ЛЕТНИХ МЕРОПРИЯТИЙ:

«Кинезитерапия. Мифы и факты» + «Час здоровья для суставов»

- каждую среду, в 18.00 час, корп.118 – бесплатно;
- каждую субботу, в 15.00 час, корп.118 – бесплатно

«Зарядка в шатре» – час здоровья на открытом воздухе

14 июля, в 11.00, КЦ «Зеленоград» – бесплатно (Центральная пл., д. 1)

Акция «Арифметика здоровья 1+1=1»

До 31 августа две консультации по цене одной

## ВНИМАНИЕ!

1 сентября, в 18.00, для участников акции состоится розыгрыш сертификатов на лечение в Центре

## ХОТИТЕ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ БОЛЕЙ В СПИНЕ И СУСТАВАХ?

Центр кинезитерапии использует современное сертифицированное медицинское оборудование, позволяющее решить данные проблемы без осевых нагрузок на суставы:

- ✓ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЗВОНОЧНИКА: ОСТЕОХОНДРОЗ, МЕЖПОЗВОНКОВАЯ ГРЫЖА;
- ✓ НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ: СКОЛИОЗЫ, КИФОЗЫ, ВЯЛАЯ ОСАНКА;
- ✓ МЫШЕЧНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ;
- ✓ РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ТРАВМ ПОЗВОНОЧНИКА И СУСТАВОВ, КОМПРЕССИОННОГО ПЕРЕЛОМА ПОЗВОНОЧНИКА, ЭНДОПРОТЕЗИРОВАНИЯ СУСТАВОВ, ОПЕРАЦИЙ НА ПОЗВОНОЧНИКЕ

Вы получите то, что вам необходимо: восстановите функцию и вернётесь к активной жизни!

Дополнительные методы лечения: массаж, кинезитеипирование. Профилактические группы гимнастики.



Уважаемые коллеги!  
Поздравляем вас с Днем медицинского работника!

Спасибо за вашу доброту и безграничное стремление помогать людям!

Желаем вам неиссякаемого здоровья, душевных сил, семейного благополучия!

Зеленоградский Центр кинезитерапии

Адрес: корп. 118, сайт [www.zelkinezis.ru](http://www.zelkinezis.ru)  
Телефоны: 8-499-736-66-91, 8-49-736-56-84