

Будь здоров, Зеленоград!

№ 11 (64)

26 ноября 2018

Ежемесячная газета для широкого круга читателей ■ Издаётся с 2013 года

ТОНУС КЛУБ

ЕВРОПЕЙСКАЯ СЕТЬ ЖЕНСКИХ КЛУБОВ
г. Зеленоград, корп. 445

8-909-150-11-00

УМНЫЕ ТРЕНИРОВКИ

ЛИМФОДРЕНАЖ

ТЕРМОПОХУДЕНИЕ

LPG МАССАЖ

EMS ТРЕНИРОВКИ

СТУХ ОБЕРТЫВАНИЯ

КЕДРОВАЯ ФИТОБОЧКА –

ЛЕГКИЙ И ПРИЯТНЫЙ

ПУТЬ К КРАСОТЕ

И ЗДОРОВЬЮ

Без возрастных
ограничений!



Лиц. № ЛО-77-01-005055 от 02.07.2012 г.

8-495-767-1-338

8-499-736-90-36

www.medcentre338.ru

лечебно-диагностический

**Медицинский
центр 338**

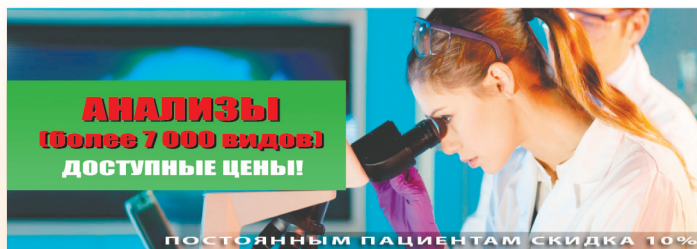


ДИАГНОСТИКА – КЛЮЧ К ЗДОРОВЬЮ И ДОЛГОЛЕТИЮ!

Выявить заболевание еще до появления первых симптомов – значит подарить себе шанс на полное излечение без последствий для организма и высокое качество жизни на долгие годы. Исследования, проведенные в медцентре «338», служат точным, быстрым и самым доступным способом раннего выявления болезней.

✓ ЛАБОРАТОРНЫЕ АНАЛИЗЫ

Лабораторные анализы дают
достоверные данные о состоянии
здоровья пациента.



ПОСТОЯННЫМ ПАЦИЕНТАМ СКИДКА 10%



- более 7000 анализов и исследований биологического материала (биохимия, гормоны, генетика и др.)
- клиника сотрудничает с крупнейшими лабораториями, которые работают в строгом соответствии с требованиями международных стандартов (ГЕМОТЕСТ, СИТИЛАБ, ЛИТЕХ, CMD, ГЕНОМЕД и др.)
- ежедневно, в день обращения, с 8.00, без выходных, можно сдать анализы и произвести забор биологического материала, избежав очередей и долгого ожидания результатов
- результаты анализов можно получить по электронной почте
- если пациенту важна анонимность, клиника «338» гарантирует неразглашение результатов исследований
- возможен выезд медицинской сестры на дом или в офис для взятия анализа в любое удобное время
- при взятии биологического материала для исследования используются только одноразовые инструменты
- узнать, как подготовиться к сдаче того или иного анализа, можно на сайте клиники или у администраторов
- доступные цены
- готовые комплексы лабораторных исследований

✓ УЛЬТРАЗВУКОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

Медцентр оснащён ультразвуковым аппаратом экспертного класса последнего поколения. Все виды УЗИ проводятся в день обращения, в том числе: ЭХО-кардиография (ультразвуковое исследование сердца), УЗИ артерий и сосудов. А также: ЭКГ (электрокардиография), **СМАРТ** (суточное мониторирование давления), ЭЭГ и др. Исследования проводят квалифицированные врачи ультразвуковой диагностики с большим опытом работы. Все врачи-специалисты (гинекологи, урологи, кардиологи, эндокринологи и др.) владеют методами проведения ультразвукового исследования в рамках своих специальностей. В клинике созданы комфортные условия, индивидуальный подход к каждому пациенту.



✓ ПРОЦЕДУРНЫЙ КАБИНЕТ

- ♦ внутривенные, внутримышечные инъекции – **от 150 руб.**
- ♦ введение препаратов капельным путем (капельницы) – всего за **400 руб.**
- ♦ блокады ♦ плазмолифтинг ♦ экспресс-анализы и др.



Медицинский центр "338" желает вам и вашим близким крепкого здоровья!

ВНИМАНИЕ, АКЦИИ!

СТУДИЯ СЛУХА

5% СКИДКА
предъявителю купона***

**СЛУХОВЫЕ
АППАРАТЫ**

БЕСПЛАТНАЯ
проверка слуха*

0% РАССРОЧКА**

г. Зеленоград,
пл. Юности, д.2, стр. 1
8(495) 739-41-53, 8(495) 221-64-41

*акция бессрочна

**рассрочку предоставляет ЗАО "НьюКо" ("Студия Слуха") сроком на 6 месяцев

***информация на сайте www.ssluh.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Скидки
**ЭКОНОМНАЯ
АПТЕКА**

Даты проведения акции:

7 декабря

г. Зеленоград, корп. 826

Скидки от 5% до 11%

* Скидка предоставляется в соответствии с выигранным клиентом купоном. Купоны 5%, 7%, 11%.

26 декабря

г. Зеленоград,

Крюковская пл. стр. 8

Скидки до 10%

* Скидка предоставляется при покупке от 500 руб. - 5%, от 700 руб. - 7%, от 1000 руб. - 10%.

Скидка не распространяется на акционный товар, товар из распродажи, интернет заказы, товар ЖНВЛС.

ПРОФЕССИОНАЛЫ

ВРАЧИ

нашего округа



ФГБУЗ ЦКБВЛ ФМБА России

ГЕРАСИМ АНАТОЛЬЕВИЧ ГОРБЕШКО

Врач функциональной диагностики

Владеет такими современными методами нейрофизиологии, как электронейромиография, метод вызванных потенциалов, метод многоканальной программируемой стимуляции мышц (МПЭС), транскраниальная магнитная стимуляция (ТМС) и ритмическая транскраниальная магнитная стимуляция (РТМС).

Стаж работы – 18 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

Медицинский центр "338"

МАРИЯ ВЛАДИМИРОВНА КОЖЕЛУПЕНКО

Врач аллерголог-иммунолог, пульмонолог, терапевт, врач первой категории

Консультативный прием и лечение аллергических заболеваний, герпесвирусных и ВПЧ-инфекций, аллергии, дерматита, крапивницы, бронхиальной астмы, ринита, фурункулеза, атипичной пневмонии. Диагностика аллергических заболеваний и иммунодефицитных состояний. Проводит оценку функции внешнего дыхания, пробы с бронхолитиком, аллерго-обследование, определение уровня специфических IgE-антител к разным группам аллергенов. Организатор «Аллергошколы» для пациентов с аллергией.

Стаж работы – 25 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"

АРМИНЕ АШОТОВНА АВАКЯН

Врач-кардиолог, врач высшей категории ультразвуковой диагностики, врач функциональной диагностики

Профиль работы – кардиология, кардиодиагностика, ультразвуковая ангиология. Ведет прием пациентов, снимает и расшифровывает ЭКГ, СМАД, ХМ-ЭКГ, проводит нагрузочные тесты (ВЭМ, Тредмил-тест), ЭХО-КГ, УЗДГ (УЗАС) сосудов. Автор 11 публикаций – как в российских, так и в зарубежных специализированных изданиях. Докладчик на всероссийских и международных конференциях. Член ВНОК, ОССНЮ РКО.

Стаж работы – 9 лет

Предварительная запись по телефонам:

8 (495) 767-1-338, тел./факс 8 (499) 736-90-36.

Адрес: корп. 338.

Сайт: medcentre338.ru.

Сосудистый Медицинский центр

МАКСИМ ГЕОРГИЕВИЧ КОЗОРИН

Кандидат медицинских наук, ангиохирург, флеболог. Член Российского Общества ангиологов и сосудистых хирургов, член ассоциации флебологов России.

Оказывает консультативную помощь пациентам с заболеваниями сердечно-сосудистой системы. Владеет техникой эндоваскулярной лазерной коагуляции и другими методами хирургического лечения варикозной болезни нижних конечностей.

Стаж работы – 14 лет

Ведет прием в медицинском центре «ООО Сосудистый Медцентр».

Адрес: корп. 1639.

Предварительная запись по телефону 8 (499) 738-03-77.



КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ

Проблема выпадения волос беспокоила людей во все времена. Термин «алопеция», обозначающий утрату волосного покрова, был введен еще Аристотелем, но продолжает использоваться и в современной медицинской практике.

О формах и причинах этого заболевания рассказывает врач-трихолог, косметолог филиала «Зеленоградский» МНПЦДК ДЗМ Евгения Геннадьевна ШАПЕЕВА.

Существует несколько видов выпадения волос. Наиболее часто к врачу обращаются пациенты с такими видами алопеции, как телогеновая, андрогенетическая и очаговая (гнездная).

ТЕЛОГЕНОВАЯ АЛОПЕЦИЯ

При этом виде алопеции большая часть волос переходит из фазы роста (анагена) в фазу выпадения (телогена). Выпадение волос начинается че-

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫПАДАЮТ ВОЛОСЫ?

рез 2-4 месяца после воздействия таких неблагоприятных факторов, как эмоциональное перенапряжение, инфекционные заболевания, прием ряда лекарственных препаратов, некоторые хронические заболевания, дефицит витаминов, микроэлементов и других веществ в организме.

При телогеновой алопеции волосы выпадают ежедневно и обильно, особенно это заметно при мытье или расчесывании. Данный вид алопеции обратим: когда причина себя исчерпала, волосы перестают выпадать. Однако зачастую процесс приобретает хронический характер. Поэтому надо как можно быстрее обратиться к специалисту, который на основании анамнеза и результатов обследования установит причину алопеции и подберет курс терапии.

Лечение включает в себя назначение препаратов для внутреннего и наружного применения. Кроме того, в данном случае эффективна мезотерапия – обкалывание волосистой части головы специальными препаратами, содержащими витамины, минеральные элементы, аминокислоты,

вещества, улучшающие кровоток и т.д. Применяется также аутоплазменная терапия (плазмолифтинг) – внутрикожное введение плазмы крови человека, богатой форменными элементами – тромбоцитами, которые содержат особые факторы роста и белки, а также аминокислоты, микроэлементы, витаминами и другими полезными веществами.

Для достижения оптимального эффекта требуется курс процедур с определенными интервалами.

АНДРОГЕНЕТИЧЕСКАЯ АЛОПЕЦИЯ

Это самая частая причина выпадения волос – как у мужчин, так и у женщин. Волосы выпадают медленно, постепенно и в течение длительного времени. Причина выпадения может заключаться в повышении уровня андрогенов – мужских половых гормонов, что для мужчин вполне естественно. Однако у женщин это нередко является следствием эндокринных заболеваний. В таких случаях лечение проводит эндокринолог.

Но чаще всего андрогенетическая алопеция наблюдается при повышении чувствительности рецепторов (специальных клеток) на волосных фолликулах к андрогенам, что постепенно приводит к замедлению роста и истончению волос. Это может наблюдаться у лиц обоего пола, имеющих генетическую предрасположенность к данному процессу.

В настоящее время существуют специальные препараты (для приема внутрь и наружного применения), способные остановить прогрессирование этого вида облысения. В лечении андрогенетической алопеции, особенно запущенных случаев, также применяется мезотерапия и аутоплазменная терапия.

ГНЕЗДНАЯ АЛОПЕЦИЯ

Этот вид облысения связан с иммунными нарушениями и возникает как у мужчин, так и у женщин, начиная с детского возраста. Могут образовываться единичные или множественные очаги алопеции, вплоть до полного выпадения волос на голове

и всем теле. Нередко гнездная алопеция сочетается с внутренними заболеваниями, а также с поражением ногтей, гладкой кожи.

Восстановить волосы в такой ситуации можно. Очень важно провести обследование пациента для выявления сопутствующей патологии. Комплексное лечение включает прием медикаментов, обкалывание очагов препаратами (в основном, на основе гормонов).

Лечение выпадения волос – достаточно длительный процесс, требующий большого терпения – как от врача, так и от пациента. Главное – вовремя обратиться к специалисту для определения вида облысения, его причины и грамотного подбора терапии. Самолечение зачастую приводит к прогрессированию процесса и переходу его в хроническую стадию.

В филиале «Зеленоградский» МНПЦДК прием ведет врач-трихолог, записаться на консультацию можно по телефону 8-499-731-01-39. Адрес филиала: корп. 910.



ФГБУЗ ЦЕНТРАЛЬНАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА ВОССТАНОВИТЕЛЬНОГО ЛЕЧЕНИЯ ФМБА РОССИИ

КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



Современная жизнь так стремительна и наполнена разными событиями, что люди постоянно подвергаются физическим перегрузкам, психическому давлению, стрессам. Пребывая в трудной жизненной ситуации, мы нередко находимся в состоянии подавленности, хронической усталости, раздражительности. И здесь важно своевременно обратиться за помощью к психологу. В Центральной клинической больнице восстановительного лечения (д. Голубое) прием ведет клинический (медицинский) психолог Ксения Борисовна КРЕМНЕВА.

Самостоятельно разобраться в своем состоянии порой бывает невозможно, поэтому мы изливаем душу и обращаемся за советом к друзьям или случайным собеседникам. Некоторые отчаявшиеся люди пытаются отвлечься от проблем, полностью погружаясь в работу, другие начинают «топить» их в алкоголе или наркотиках. Но такими способами вряд ли получится ре-

с проблемами, сложными ситуациями, которые кажутся ему безвыходными. Это могут быть неладные или непонимание в семье, проблемы с детьми или пресловутые непростые отношения между поколениями, переживания после какого-то события, неприятности на работе, потери близких и т. п. Квалифицированный психолог поможет пациенту разобраться с данной проблемой и

Это комплексная методика оценки функционирования головного мозга, позволяющая выявить функции, нуждающиеся в особом внимании, а также понять пути коррекционного маршрута. Нейропсихологическое реабилитационное занятие – комплексная методика восстановления функций, утраченных в результате инсульта, ЧМТ и других мозговых катастроф, с помощью

НЕ ЖИВИТЕ С ПРОБЛЕМОЙ, ОБРАТИТЕСЬ К ПСИХОЛОГУ!

шить проблему: можно лишь немного заглушить ее. С серьезными проблемами поможет справиться лишь профессиональный психолог.

Прежде всего, давайте разберемся, кто же такой психолог. Часто люди путают созвучные профессии, но специализация у схожих специалистов бывает разная. Психотерапевт и клинический (медицинский) психолог работает с пациентами, которые имеют диагностированные психические расстройства средней и легкой тяжести: неврозы, алкогольная зависимость, а также со здоровыми в психическом плане людьми, испытывающими определенные трудности на данном жизненном этапе и требующими поддержки.

Психиатр диагностирует психические заболевания, занимается их профилактикой и проводит медикаментозное лечение.

Таким образом, консультация психолога может понадобиться любому человеку, столкнувшемуся



обрести состояние душевного равновесия.

Клинический (медицинский) психолог Ксения Борисовна КРЕМНЕВА в своей работе специализируется в двух направлениях.

✓ **Нейропсихологическая диагностика и реабилитация пациентов после инсультов, черепно-мозговых травм, инфарктов.**

специально разработанной системы занятий. Каждая программа разрабатывается строго индивидуально на основе результатов нейропсихологической диагностики.

✓ **Психологическое консультирование.**

Особенно в тех случаях, если у пациента есть нижеперечисленные симптомы: частые ссоры, ощущение недостатка внимания, то есть сложные отношения с близкими. Такие состояния, как тревожность, раздражительность, страх, гнев и т.п. Психологическое консультирование родственников пациентов, перенесших инсульт, ЧМТ и т.д.

▶ Предварительная запись на консультацию по телефону: +7 (499) 503-99-99 (многоканальный), +7 (495) 536-09-22, 8 (967) 053-15-65.

Адрес: Солнечногорский р-н, д. Голубое.

Сайт: www.ckbvl.com

ФИЗИОТЕРАПИЯ



ЕВГЕНИЯ ПЕТРОВНА РЫБАКОВА

ВРАЧ-НЕВРОЛОГ высшей квалификационной категории, владеет методикой чрезкожной и внутритканевой электростимуляции

ОСНОВА МЕТОДА

Данный метод лечения введен академиком А.А. Герасимовым еще в середине восьмидесятых годов прошлого века. Ныне Андрей Александрович является заведующим кафедрой медицины катастроф Уральской медицинской академии, а также руководит Центром лечения боли в г. Екатеринбург. Основой метода является специальный физиологический ток, подобный тому, что идет по нервам, только в десятки раз мощней. Ток подводится через иглу-электрод непосредственно к патологическому очагу, блокируя боль, расширяя спазмированные сосуды и обеспечивая полноценный кровоток.

Проникая под кожу с помощью тонкой иглы-электрода, лечебный ток расширяет спазмированные сосуды, обе-

По статистике, каждый второй житель на планете страдает заболеваниями опорно-двигательного аппарата. Казалось бы, для снятия боли есть немало обезболивающих средств, но они лишь на время заглушают боль, не устраняя истинную причину заболеваний. В Центральной клинической больнице восстановительного лечения (д. Голубое) применяют уникальный метод лечения – внутритканевую электростимуляцию по методу А.А. Герасимова.

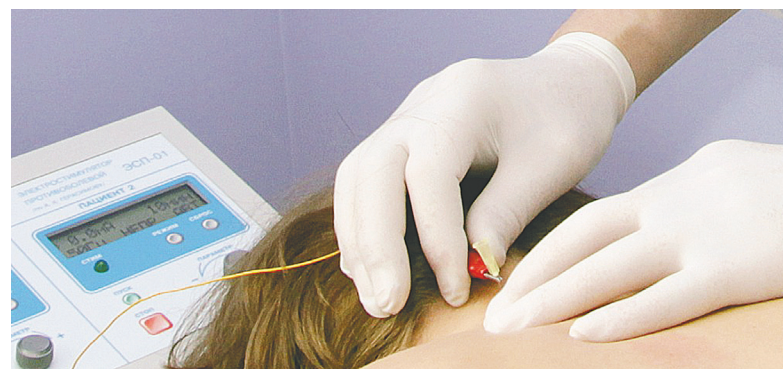
спечивая полноценный кровоток. В результате этого воздействия улучшается кровоснабжение кости, прекращается распад хрящевой ткани, ликвидируется «отложение солей», восстанавливаются пораженные нервы.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ОРГАНИЗМ

Первичным звеном возникновения боли в костной ткани является раздражение остеоцепторов и возбуждение находящихся там ноцицепторов.

ВНУТРИТКАНЕВАЯ ЭЛЕКТРОСТИМУЛЯЦИЯ

ПО МЕТОДУ АКАДЕМИКА ГЕРАСИМОВА



Они реагируют на ухудшение кровообращения и снижение оптимального содержания кислорода в костных сосудах. Чем хуже идет кровоснабжение, тем сильнее костная ткань нуждается в кислороде, которого не хватает для обеспечения всей площади остеоцитов, и тем сильнее становится интенсивность боли. Со временем при отсутствии лечения может развиваться мышечно-тонический синдром. При поражении же позвоночника боль идет почти по всем костям, надкостнице, по всему телу. При мышечно-тоническом синдроме правильное и адекватное воздействие является ключевым этапом в расслаблении мышц вокруг кости, которые без других воздействий и средств полностью расслабляются в среднем через сутки. Данный метод эффективен не только для устранения болей, но и для восстановления периферических нервов.

ПРИНЦИПЫ ЛЕЧЕБНОГО ДЕЙСТВИЯ

Воздействие на головной и спинной мозг, которое стимулирует выработку природных и естественных опиоидных и морфиноподобных обезболивающих веществ (анальгетиков). Они помогают устранить боли или сделать их менее выраженными настолько, чтобы они не тревожили пациента.

Влияние тока на саму костную ткань ведет к восстановлению пораженного кровообращения и блокирует раздражение ноцицепторов (рецепторов боли в организме) в пораженной области.

Восстановление периферических нервов ведет к улучшению проведения нервных импульсов к пораженной ткани, так как восстанавливаются не только сами нервные ство-

лы, но и синаптические связи, которые и регулируют выраженность боли посредством выделения медиаторов боли.

Показания для назначения процедуры:

- хронические болевые синдромы, обусловленные дегенеративно-дистрофическими изменениями в тканях позвоночника, суставов;
- изменения в мышцах (миофасциальные болевые синдромы);
- травматические повреждения нервных стволов;
- вегетососудистая дистония;
- мигрень и др.

НЕОСПОРИМЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА

Внутритканевая электростимуляция по сравнению с другими методами имеет очевидные преимущества: эффект воздействия на нервные рецепторы в 20-30 раз сильнее, чем при обычной иглорефлексотерапии. Процедура абсолютно безболезненна. Не используются лекарственные препараты, что исключает аллергические реакции и другие побочные эффекты фармакологической терапии. Сроки лечения сокращаются в 2-3 раза, в 3 раза снижается количество рецидивов заболевания. Болевой синдром устраняется полностью у 95% пациентов за 3-7 процедур, а эффект лечения длится до 3-4 лет.

▶ Предварительная запись по телефону: +7 (499) 503-99-99 (многоканальный), +7 (495) 536-09-22, 8 (967) 053-15-65.

Адрес: Солнечногорский р-н, д. Голубое.

Сайт: www.ckbvl.com

ДИАГНОСТИКА



– **Наталья Ивановна, в каких случаях нужно обязательно пройти диагностику суставов?**

– Самым главным показанием для любого диагностического исследования, в том числе и исследования суставов, является направление лечащего врача. Но если вас беспокоят неприятные ощущения, можете пройти диагностику и по записи в нашем центре, без направления, в удобное для вас время.

– **На какие неприятные ощущения стоит обратить внимание? Когда пора бить тревогу?**

– Паниковать и излишне тревожиться не стоит никогда – лучше настроиться на позитив и вдумчивое и спокойное прохождение обследования. А вот обратить внимание на симптомы и обратиться к врачу или записаться на диагностику я рекомендую при боли в суставах, которая со временем усиливается. В этом случае человек с трудом выполняет действия, которые раньше давались легко (например, спуск и подъём по лестнице).

Если вам трудно привести сустав в движение после состояния

покоя, если вы чувствуете скованность и напряжение в этом месте, это также повод для обследования. Если вы упали и травмировали сустав, пройти диагностику нужно обязательно.

Если вы видите или чувствуете, что сустав опух, ощущаете уплотнения, наблюдаете покраснение кожи или ощущаете повышение температуры при боли в суставе или потерю чувствительности, необходимо обратиться к медикам для диагностики и лечения! Чем

раньше начат диагностический поиск, тем быстрее будет поставлен диагноз, начато лечение и тем скорее вы ощутите облегчение состоя-

ния и начнёте путь к полному выздоровлению.

– **Мы говорили сейчас о диагностике суставов в целом, но когда показана именно МРТ-диагностика?**

– Существует несколько методов диагностики суставов, и определить необходимый вид обследования именно в вашем случае может лечащий врач. Чтобы ответить на ваш вопрос полностью, мне придется использовать ряд специальных медицинских терми-

нов. Так, современная наука считает, что только при МРТ можно выявить раннюю стадию асептического некроза у взрослых и в детском возрасте (остеохондроптии: болезнь Пертеса и Кенига), это трабекулярный отёк костного мозга, который не выявляется при компьютерной томографии и рентгенографии.

– **В таком случае логично будет спросить об общих показаниях и противопоказаниях МРТ суставов.**

– Среди показаний, прежде всего, назову все виды травм, вывихи и переломы, опухоли, появившиеся боли или дискомфорт в самом суставе, а также в мягких тканях. МРТ назначается врачом, если ранее диагностирован артрит или

пороза, неадекватной нагрузки и скрытые субкортикальные переломы.

– **Какова длительность процедуры МРТ сустава? Нужна ли специальная подготовка к исследованию?**

– Среднее время исследования – 30-50 минут. Это время пациент должен лежать неподвижно. Специальной подготовки к МРТ суставов не требуется, нужно лишь предварительно записаться по телефону, позвонив в диагностический центр.

– **Какие суставы можно исследовать в «МРТ Эксперт Зеленоград»?**

– Коленный, плечевой, локтевой, тазобедренный, голеностопный и височно-нижнечелюстной суставы.

– **МРТ суставов – это сезонное исследование?**

– Нет, мы проводим МРТ-диагностику суставов в любое время года, и пациенты обращаются к нам круглогодично. Но, действительно, именно в холодное время года обостряются хронические болезни суставов, и в гололед увеличивается количество травм. Поэтому хочется пожелать всем зеленоградцам и гостям города: будьте внимательны и берегите себя!

▶ Записаться на МРТ-диагностику можно по телефонам: **8 (499) 214-01-31, 8 (985) 812-90-33** или на сайте www.mrtexpert.ru/

Адрес диагностического центра: Зеленоград, площадь Шокина, дом 2, строение 3 (рядом с центральным входом в «Ангстрем»).

Идеальные шарниры, придуманные природой... Но иногда и они выходят из строя! Как сохранить суставы подвижными на всю жизнь? Нужно ли делать диагностику при травмах и падениях? В какое время года стоит особенно беречь суставы? На эти и другие вопросы отвечает главный врач диагностического центра «МРТ Эксперт Зеленоград» Наталья Ивановна ЕМЕЛЬЯНОВА.

раньше начат диагностический поиск, тем быстрее будет поставлен диагноз, начато лечение и тем скорее вы ощутите облегчение состоя-



нов. Так, современная наука считает, что только при МРТ можно выявить раннюю стадию асептического некроза у взрослых и в детском возрасте (остеохондроптии: болезнь Пертеса и Кенига), это трабекулярный отёк костного мозга, который не выявляется при компьютерной томографии и рентгенографии.

Также только при МРТ можно увидеть стрессовые или недостаточные переломы на фоне остео-

межпозвоночная грыжа, инфекционные заболевания опорно-двигательного аппарата, если нарушено внутрисуставное кровообращение.

Как и любой вид магнитно-резонансной томографии, МРТ суставов нельзя проходить людям с металлическими предметами внутри организма (осколками, пулями, имплантами и так далее). Это опасно для здоровья пациента.

Развею миф: клаустрофобия не является противопоказанием к

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

Лиц. № ЛО-77-01-005055 от 02.07.2012 г.

лечебно-диагностический
Медицинский центр 338

Добро пожаловать
в Медицинский
центр «338»!
8-495-767-1-338
8-499-736-90-36
www.medcentre338.ru

ВНИМАНИЕ, СКИДКИ 25%!

- ▶ Прием маммолога ▶ Прием невролога-рефлексотерапевта
- ▶ Суточное мониторирование артериального давления (СМАД)

ПОКАЗАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОЦЕДУРЫ СМАД:

- быстрая утомляемость
- снижение зрения, «мушки» перед глазами
- головные боли, головокружение
- шум или звон в ушах, закладывание ушей

ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ СМАД-ИССЛЕДОВАНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ:

- перенесших инсульт или инфаркт миокарда (для коррекции схемы лечения)
- относящихся к группе повышенного риска (наличие инсулинозависимого сахарного диабета, серьезных заболеваний почек или избыточного веса)
- поступающих в военные училища или на срочную службу (для исключения гипертонии)
- имеющих неблагоприятную наследственность (гипертония, острые нарушения мозгового кровообращения, цереброваскулярная болезнь)
- пожилого возраста (старше 60 лет)
- беременных, имеющих склонность к нарушению артериального давления

СКИДКИ!
У вас есть скидочная (дисконтная) карта другого медцентра или аптеки? Дарим скидку по вашей карте! Главное – предъявить дисконтную карту администратору до начала оформления заказа.

СКИДочные КАРТЫ НА ВСЕ ПРИЕМЫ ВРАЧЕЙ И СДАЧУ АНАЛИЗОВ!

- ▶ Оплатив одновременно за анализы от 3000 до 5000 руб., получаете скидочную карту 5%!
- ▶ Оплатив одновременно за анализы от 5000 до 7000 руб., получаете скидочную карту 7%!
- ▶ Оплатив одновременно за анализы от 7000 руб., получаете скидочную карту 10%!

СПОРТ

ХОККЕЙНАЯ КОМАНДА «МИЭЛЬ» – ТОЛЬКО ВПЕРЕД!

Наш город можно по праву назвать городом хоккея. Зеленоградская лига включает в себя команды, разделенные на три дивизиона: «Мастер», «Любитель», «Дебютант». Хоккейную команду «МИЭЛЬ» (возрастная категория – от 18 до 25 лет) организовали сотрудники зеленоградского офиса сети недвижимости «МИЭЛЬ» – большие поклонники этого смелого и мужественного вида спорта.



– Спорт необходимо поддерживать и популяризировать, – считает директор зеленоградского офиса сети недвижимости «МИЭЛЬ» Андрей Лошкарев. – Хоккей – отличная игра для тела и души, объединяющая игроков и болельщиков.

Создатели команды знают о хоккее не понаслышке: к примеру, сын Андрея Лошкарева в течение 13 лет профессионально занимался хоккеем, а сейчас тренируется и играет для себя. Капитан отобрал в команду спорт-

сменов, достойных быть победителями Зеленоградской хоккейной лиги. Ребята тренируются несколько раз в неделю под умелым руководством своего наставника. Ежедневно проводятся игры с другими командами. В этом году хоккейный клуб «МИЭЛЬ» провел свой первый товарищеский матч со студенческой командой «МИЭТ», а в ноябре прошли первые игры группового этапа Зеленоградской лиги, где ребята сыграли с хоккейным клубом «СВЕТОН».

– Болельщики всегда нас поддерживают, с трибун идет такая мощная энергетическая волна! Это придает игрокам большую силу, – отмечает Андрей Лошкарев.

Сотрудники офиса «МИЭЛЬ» в Зеленограде горячо поддерживают игроков своей команды на всех турнирах. На льду – искренне влюбленные в этот вид спорта игроки, на трибуне – болельщики с горячими сердцами. Это так здорово!

ДИАГНОСТИКА



До недавних пор УЗИ было недоступным исследованием для занятых людей – учеба, дом, уход за детьми или пожилыми родителями забирали всё время. Сейчас такая возможность появилась: в зеленоградской больнице можно пройти ультразвуковое исследование в любой день круглосуточно (по предварительной записи).

ЭКСПЕРТНОЕ УЗИ – В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ СУТОК!

Отделение ультразвуковой и функциональной диагностики ГKB им. М.П. Кончаловского оснащено современным оборудованием. Здесь работают эксперты высокой квалификации. Технические и интеллектуальные возможности позволяют охватывать весь спектр исследований, в том числе – раннее выявление онкологических патологий, нарушений функций сердечно-сосудистой системы, проблем органа в области гастроэнтерологии, урологии и других заболеваний. УЗ-сканеры с высокой разрешающей способностью позволяют проводить внутрисосудистые ульт-

развуковые исследования, получать кардиотокографию с оценкой сердцебиения плода. Здесь применяются инновационные методы диагностики: 3D- и 4D-УЗИ для объемной визуализации плода, ЭхоКГ, стрессЭхоКГ, чреспищеводное ЭХО-КГ.

Пройти бесплатное обследование в отделении ультразвуковой и функциональной диагностики могут пациенты стационара и поликлинического отделения больницы, а также граждане РФ, прикрепленные к другим поликли-

Неоспоримым преимуществом диагностики в больнице, безусловно, является близость к дому – по пути на работу или учебу, закончив все вечерние домашние дела, можно, не выезжая из Зеленограда, позаботиться о своем здоровье в любое удобное время. Вовремя узнать о возникших проблемах в организме – первый и главный шаг в заботе о своем организме! Для этого нужно просто записаться по телефону 8 (499) 735-82-89 (в будни, с 8.30 до 20.00).

Оформить договор и оплатить его можно в отделе плат-

никам города, только при наличии направления от лечащих врачей, по предварительной записи в филиале «Поликлиническое отделение» ГKB им. М.П. Кончаловского.

Круглосуточное УЗИ входит в перечень платных услуг ГKB им. М.П. Кончаловского. При этом в клинике установлены доступные цены, которые выгодно отличаются от стоимости подобных исследований в специализированных диагностических клиниках столицы при столь же высоком качественном уровне. К примеру, дуплексное сканирование вен нижних конечностей вам обойдется здесь в 1650 рублей за обследование обеих ног.

ных услуг, в главном холле клиники. Если исследование проводится после 20.00 или в выходные дни, нужно обратиться к дежурному администратору по телефону 8 (499) 735-64-29. При себе необходимо иметь паспорт. Результаты исследования архивируются и предоставляются пациенту на диске или другом носителе.

Некоторые виды УЗИ требуют специальной подготовки или должны проводиться в определенный период. Перед тем как записаться на диагностику, нужно уточнить информацию у своего лечащего врача.

ПЛАТНЫЕ УСЛУГИ

КОНСУЛЬТАЦИЯ СПОРТИВНОГО ВРАЧА

Если вы профессионально занимаетесь спортом или физическая активность – стиль вашей жизни, не забывайте регулярно контролировать свое состояние. Платную консультацию врача спортивной медицины можно получить в поликлиническом отделении ГKB им. М.П. Кончаловского.

Квалифицированные специалисты:

- осуществляют контроль за состоянием здоровья спортсменов, а также людей, активно поддерживающих свою физическую форму;

- проводят сбор анамнеза, нагрузочные пробы;

- оценивают общее состояние спортсмена и дают рекомендации, касающиеся здорового образа жизни, правильного сочетания нагрузок и периодов восстановления, режима и качества питания.

В отделении спортивной медицины вы можете получить допуск к тренировкам, соревнованиям, сдаче норм ГТО.



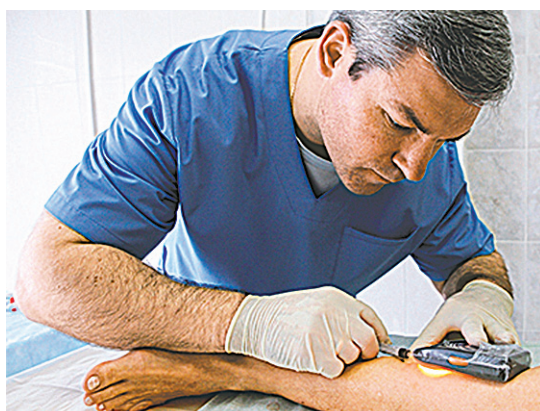
Современная диагностика позволяет на ранней стадии выявлять неблагоприятные тенденции функционального состояния организма, чтобы в дальнейшем предотвратить заболевания и травмы. При себе лучше иметь результаты предыдущих исследований, чтобы врач смог

составить более полную картину и дать необходимые рекомендации.

Предварительная запись по телефону 8-499-734-11-77.

Отделение спортивной медицины находится на третьем этаже больницы (Каштановая аллея, д. 2, стр. 7).

СОСУДИСТЫЙ ЦЕНТР



Несмотря на огромное количество информации в СМИ, пациенты, страдающие варикозным расширением вен нижних конечностей, почему-то игнорируют объективные риски этого заболевания, нередко дожидаясь развития осложнений. Попробуем разобраться: почему же так происходит? Сегодня наш эксперт – врач-хирург высшей категории по сердечно-сосудистым заболеваниям флеболог Александр МАТВИЕНКО.

– Александр Анатольевич, какую опасность таит в себе незаметное развитие хронических заболеваний?

– Существует два типа заболеваний: острые и хронические. Особенность острых заболеваний заключается в том, что они развиваются неожиданно и предсказать их возникновение сложно. К таким заболеваниям относятся, например, острый аппендицит, ОРВИ и т.д. Хронические заболевания, в отличие от острых, появляются и развиваются постепенно, пока не возникнет обострение либо осложнение заболевания. И вот именно эти моменты и таит в себе опасность. Например, инфаркт миокарда является осложнением гипертонической болезни, а варикозное расширение вен осложняется тромбозом. Это прогрессирующее заболевание вен нижних конечностей таит в себе опасность развития тромбоэмболических и трофических осложнений.

– Когда возникают тромбоэмболические осложнения?

– Эти осложнения возникают тогда, когда вследствие изменений внутренней поверхности стенки варикозной вены в просвете этой вены образуется тромб. Опасность заключается в том, что если произойдет отрыв тромба или его части, то с током крови эмбол (оторвавшийся тромб или его

ТОЛЬКО В СОСУДИСТОМ ЦЕНТРЕ СКИДКА НА ЛЕЧЕНИЕ ПЕНСИОНЕРОВ – 20%!

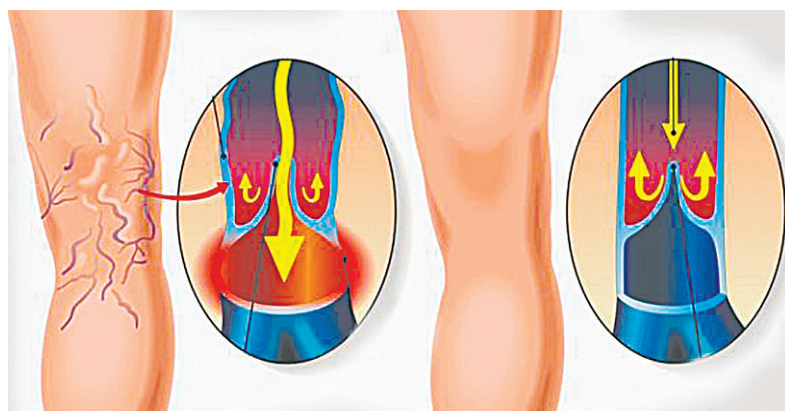


часть) неизбежно попадет в легочную артерию. Если кусочек маленький, то произойдет тромбоэмболия мелких ветвей легочной артерии, что приведет к обширным некрозам в ткани легких, и заболевание будет протекать как тяжелая пневмония. Если тромб крупный, то разовьется массивная тромбоэмболия легочной артерии. В таком

случае пациент может погибнуть в течение нескольких минут.

– Как проявляют себя трофические осложнения?

– Трофические осложнения возникают на фоне длительного нарушения микроциркуляции и хронического воспалительного процесса в коже и подкожной клетчатке ног



НЕ ДАЙТЕ ВАРИКОЗУ ИСПОРТИТЬ ВАШУ ЖИЗНЬ!

вследствие нарушения венозного оттока в варикозных венах. И если тромбоз при варикозе возникает остро, то трофические нарушения – постепенно, с неизбежным прогрессированием: вначале отек и пигментация, затем варикозная экзема, затем белая атрофия кожи и в итоге трофические язвы. От момента появления первых варикозных вен до появления язв обычно проходит не один десяток лет. И, к сожалению, даже в случае устранения варикоза устранить полностью трофические изменения уже невозможно. Да, хирургам, как правило, удается заживить язву, но рубцовые и воспалительные изменения в коже на этом этапе уже таковы, что нередко случаются рецидивы трофических язв.

– А если человек обратился к врачу сразу, как только заметил первые признаки варикоза, это гарантирует выздоровление?

– Устранение варикоза на ранних стадиях позволяет навсегда, с гарантией избавить пациента от риска развития тромбоза и трофической язвы. А теперь представьте! Абсолютно каждый пациент, который погиб

вследствие тромбоэмболии легочной артерии или стал инвалидом в результате трофических язв, мог обратиться к врачу тогда, когда впервые осознал, что у него развивается варикозная болезнь. И всё сложилось бы в его жизни совсем по-другому!

– Какие методики применяются в Сосудистом центре для лечения варикоза?

– Основой лечения варикоза является эндовенозная лазерная и радиочастотная облитерация в сочетании со склеротерапией и малоинвазивными хирургическими вмешательствами через микроскопические проколы. В Сосудистом медицинском центре опытные врачи-специалисты лечат варикоз в амбулаторных условиях на высочайшем уровне, не уступая в методиках и результатах лечения ведущим мировым флебологическим клиникам.

▶ 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.

ТЕМА ДЛЯ РАЗМЫШЛЕНИЯ

Говорят, в мире есть особенный человек... Он садится рядом в маршрутке, когда твоя жизнь умудряется рухнуть за раз, когда личный крест становится слишком тяжелым, чтобы нести его на спине. Когда твои руки трясутся – и голос, наверное, трясся бы, если бы камень в груди не мешал говорить. Когда всё становится не важным; когда связи, как ниточки, рвутся, а смысл, вроде бы найденный, кажется глупой выдумкой...

Именно в этот момент особенный человек занимает сиденье рядом с тобой. Молча посматривает на тебя, а потом произносит что-то простое, но до боли, до благодарного смеха необходимое – то, что дает тебе силы пройти еще несколько дней. Ты улыбаешься и даже шутишь. Стыдливо прикрываешь лицо обеими трясищами еще недавно руками, желая скрыть свою неловкую, но явную разбитость, так отчетливо увиденную соседом. Но в глубине души ты знаешь, что тебя ни-

кто не осуждает. И тебе от этого легче.

Человек выходит с тобой на одной остановке. Иногда провожает до дома, но после, как полагается всем творцам добрых дел, отправляется дальше по свету – помогать остальным обреченным.

Но именно там им встречается человек. Солнечный по природе, с приглушенным светом в глазах, он произносит:

– Могу ли я чем-то помочь?

И люди не могут ему отказать. Враждебные изначально, замкнувшиеся в себе и собственном отчаянном несчастье,

дрогаются – и дрожат. Обездоленные, люди задыхаются в рыданиях и собственном безнадёжном, поглощающем и беспросветном горе. И прижимаются к человеку. А он, выполняя их просьбу, отчаянный крик мольбы, обнимает их теплыми, бережными руками и укачивает, не отпуская, словно

ОСОБЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК



заблудших детей, до тех пор, пока яркая боль, вдруг вышедшая наружу, не покинет измученные сердца. Пока спокойствие родом из детства не окутает их сознание, унимая нервную дрожь.

После этого человек пропадает... И люди, принятые, успокоенные, снова стараются жить. Они снова верят в добро – и, совсем капельку, в чудо, ведь такие спасители – вроде подарка небес. Они верят в себя и иногда даже в то, что смогут стать таким же Человеком, безразличным к чужой пустоте.

Ведь отчаявшимся людям безудержно нужен тот, кто будет рядом, когда у них кончатся силы. Кто станет стеной перед самым концом пути, когда весь мир поблек, а будущее – радостное, яркое – обрушилось карточным домиком.

Нам всем очень нужен такой человек. А почему бы и нам не постараться стать таким особенным человеком для кого-то, кто так нуждается в поддержке?..

Елена Корф

ТОЧКА ЗРЕНИЯ

НАЧНИТЕ ДАВАТЬ ЛЮБОВЬ!

Каждый хочет, чтобы его любили, и ждет этого от других. Но попробуйте вместо того, чтобы просить «Дайте мне любовь», начать самим давать любовь. Получение любви – это переживание попрошайки. Не будьте попрошайкой. По крайней мере, в любви будьте императором, потому что это неиссякаемое качество находится в вас.

Любовь – это не количество, это качество такого рода, которое растёт, если вы его отдаете, и умирает, если вы его держите. Если вы скупитесь на любовь, она умирает. Вы не понимаете, что в вас этого настолько много... вы подобны дождевой туче, которую не волнует, где она прольётся дождем – на скалы, на сады, в океан – это не имеет значения. Она хочет облегчить свою ношу, и этот сброс является невероятным облегчением.

Итак, главный секрет: не просите любви и не ждите, думая, что вы дадите, если кто-то попросит. Просто отдавайте свою любовь любому незнакомцу. Дело не в том, что вы должны давать нечто очень ценное, просто – рука помощи, и этого уже будет достаточно. Всё, что вы делаете в течение двадцати четырех часов, должно делаться с любовью, и тогда боль в вашем сердце исчезнет. И поскольку вы будете таким любящим, люди полюбят вас. Это закон природы. Вы всегда получаете то, что даете. На самом деле, вы получите больше, чем даёте. Вы найдете столько людей, любящих вас, даже тех, которые никогда не смотрели в вашу сторону или никогда не беспокоились о вас. Проблема в том, что ваше сердце переполняет любовь, но вы были скупым; и эта любовь стала бременем на сердце. Вместо того чтобы дать сердцу расцвести, вы накапливали, и только на мгновение, когда вы были влюблены, вы чувствовали, что это исчезает. Но почему на мгновение? Почему не каждое мгновение?

ПРИТЧИ

Два ангела. Женщина, бегущая на работу. Крутая лестница.

– Толкай, толкай, говорю!
– Лестница такая крутая, насмерть разобьется ведь!
– Я подстрахую, только ногу сломает!
– Кошмар, ей же на работу, она уже три дня подряд опаздывает!
– Да, а теперь она еще и на больничном три недели минимум просидит. Ее вообще потом уволят.

– Нет, так нельзя. Что она без работы делать будет? Зарплата ведь хорошая!

– Толкай, говорю, потом всё объясню, толкай!

Те же ангелы. Трасса. Две женщины в служебной легковушке. Большая скорость. Перед легковушкой – КамАЗ, груженный бревнами.

– Кидай бревно, не тяни!
– Этим бревном убить можно, а если еще на скорости в лобовое стекло попадет, они же погибнут, а у них дети!

– Кидай, я отведу бревно, они только напугаются.

– Зачем так сильно путать?!

– Потом объясню, после поворота плакат будет «Вас ждут дома!». Они уже от испуга отойдут. Привлеку их внимание к плакату, пусть остановятся.

– Плачут обе, домой звонят, жестоко как!

Корпоративная вечеринка. Два ангела. Мужчина, на руке – обручальное кольцо. Девушка.

– Пусть еще выпьет.
– Хватит, он уже пьяный! Вон как он на нее смотрит!

– Еще налей, пусть пьет!
– У него дома жена, детей двое, он же ведь уже контроль потерял, девушку в гостиницу приглашает!

– Да, пусть, пусть она соглашается!

– Согласилась, уходят, а что дальше? Жена ведь узнает, разведутся!

Вот, например, первая женщина, пока будет дома сидеть со сломанной ногой, опять шить начнет, и когда ее уволят, у нее уже пять заказов будет, так что она даже не расстроится. Она в молодости так шила, загляденье! Но уже 10 лет откладывает свое увлечение, всё считает, что надо зарабатывать, что социальные гарантии важнее душев-

– Семья? Семьи там нет давно! Жена забыла, что она женщина. Муж пьет вечерами. Ругаются, детьми друг друга шантажируют. Это долгий процесс, больной, но каждый из них задумается: женщина книжки начнет ваши читать, поймет, что совсем про женственность забыла, научится с мужчиной по-другому общаться.

НЕПРОСТАЯ РАБОТА АНГЕЛОВ



– Да, серьезной ссоры не избежать! Так и задумано.

Закат. Два ангела.

– Ну и работка у нас, стресс сплошной!

– Ты же первый день на этом уровне? Это обучение стрессом, вы там на своем первом уровне книжками да фильмами учите, а здесь те, кому книжки уже не помогают. Их приходится из привычной колеи стрессом выбивать для того, чтобы остановились, задумались: как живут, зачем живут?

ной гармонии и удовольствия от любимого дела. Но не знает, что шитье ей больший доход принесет, да еще и удовлетворение от работы будет.

Из двух женщин, которые на трассе плакали, одна через неделю уволится, поймет, что ее место дома, с ребенком, с мужем, а не в чужом городе, где она в гостиницах неделями жила. Она второго ребенка родит, на психолога учиться пойдет.

– А измена, разве она может на пользу пойти?! Семья ведь разрушится!

– А семью получится сохранить?

– Шанс есть! Всё будет зависеть от женщины!

– Ну и ну, вот работка!

– Привыкнешь, зато результативно! Как выбиваешь человека из зоны комфорта, так он и шевелиться начинает. К сожалению, так большинство людей устроено.

– А если и это не помогает?

– Еще третий уровень есть. Там потерями учат. Но это уже совсем другая история...

ПОВЕРЬ И ОТПУСТИ СТРАХИ

Мы всю жизнь мечтаем об исполнении наших желаний, думая, что всё зависит от судьбы. Редкие из нас могут позволить себе допустить мысль о том, что именно от нас и от нашего выбора зависит очень многое. Давайте просто попробуем поверить в это и отпустить все свои страхи...

Один из Ангелов-исполнителей вдруг сорвался и куда-то понесся сломя голову, роняя даже некоторые перышки, на третьей (а может, и больше, счётчик зашкалил) сверхсветовой скорости.

– Ты куда?! – раздалось ему вслед.

– Потом, потом по транслятору передам! Некогда! Вдруг опять передумает!

– Да кто передумает-то?!

– Да, понимаете, мой подопечный наконец-то решил все ДАРЫ ПРИНЯТЬ! Я ведь ему каждый день, да что там каждый день, каждый миг предлагаю! «Хочешь, – говорю, – бери! Деньги бери! Счастье бери! Радость бери! Любовь бери! Молодость, здоровье бери!». А он... «Да кто я такой?! Да как я могу?! А что я с этим делать буду?! Если деньги появятся, мне ведь придётся сменить гардероб, машину, меню... А может, и круг друзей! Да и вообще, разве я справлюсь?!». Я ему: «Да ты хоть попробуй!». А он: «Ой, боюсь, боюсь, боюсь! Мне ведь придётся всю жизнь поменять! БОЮСЬ!!!!». А тут вдруг сегодня проснулся и почему-то все страхи забыл – заснул, что ли? Уррааа!! Наконец-то я всё ему отдам! Всё, что столько лет уже с собой таскаю! Урррааа!!!

– Да, везёт же тебе! А мы-то... сколько ещё будем за своими бегать? Без согласия ничего ведь давать нельзя, а они... бояться, сомневаются, трясутся, каких-то запретов себе понапридумали! Эх! Может, ты своего попросишь, чтобы он остальным рассказал, как это чудесно, легко ПРИНЯТЬ и ЖИТЬ В РАДОСТИ? Ну, пусть потрудится на благо всем!

– Хорошо... хорошо! Я его попрошу-у-у-у!

ВЕСТНИК НИКОЛЬСКОЙ ЦЕРКВИ

ПО БЛАГОСЛОВЕНИЮ БЛАГОЧИННОГО ХРАМОВ ЗЕЛЕНОГРАДСКОГО ОКРУГА ПРОТОИЕРЕЯ КОНСТАНТИНА МИХАЙЛОВА

ТРАДИЦИИ И СОВРЕМЕННОСТЬ

День открытых дверей начался со знакомства с учебной программой и особенностями обучения. Главная идея школы – сочетать светское образование высокого уровня с воспитанием детей в духе христианской нравственности, традиций Русской Православной Церкви. Школа осуществляет образовательную деятельность по федеральным стандартам образования, то есть по всем предметам школьной программы дети получают знания в полном объеме. В дополнение к этому реализуется программа православного компонента, в которую входят уроки нравственности, изучение основ православной веры, духовного пения, церковнославянского языка.

Еще одна особенность православной школы – у учреждения есть свой духовник, священник Михаил Ильин. Батюшка проводит занятия по некоторым дисциплинам, а главное, он стал духовным отцом не только для юных учеников, но и для членов их семей.

Каждая неделя начинается с общего молебна и благословения детей и педагогов на предстоящие труды. В этом году у школы появился свой домовый храм, который расположился в том же здании (корп. 411-а). Символично, что храм освящен в честь святых покровителей семьи – благоверных Петра и Февронии Муромских. По воскресным дням, великим и двунадесятым праздникам здесь совершается Божественная Литургия, дети и родители участвуют в Таинствах Церкви: исповедуются, причащаются Святых Христовых Таин.



ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ

Средняя общеобразовательная православная школа «Звонница» открылась по благословию Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла в 2016 году. Сегодня здесь 5 классов и 2 группы подготовки детей к школе. 17 ноября в православной школе прошел День открытых дверей для будущих первоклассников и их родителей.

ЗАВТРА НАЧИНАЕТСЯ СЕГОДНЯ

Многим родителям было интересно узнать о планах развития школы. Отрадно, что в этом году началась реализация 2-й ступени образования: уже действует 5-й класс, а в 2019-2020 учебном году АНО СОПШ «Звонница» планирует открыть набор детей в 1-7-е классы. Кроме этого, с 1 января 2019 года здесь будут обучать по очно-заочной форме начального общего образования.



Немаловажно, что «Звонница» активно участвует в социально значимых проектах. Сотрудничая с ведущими педагогическими школами и ресурсными центрами Москвы,

АНО СОПШ «Звонница» стала базовой площадкой для инклюзивного проекта «Мир вокруг нас». Его цель – создание комфортной образовательной среды для социализации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья через активное их привлечение к проектной исследовательской деятельности. В 2018 году проект «Мир вокруг нас» был отмечен грантом мэра Москвы.

УЧИТЬСЯ – ЭТО НЕ СКУЧНО!

После завершения беседы с руководством школы гостей ждала экскурсия по учебным классам. При этом можно было не только познакомиться

с педагогами, но и поучаствовать в открытых уроках. Оказывается, даже самые «серьезные» предметы школьной программы, такие, как история, русский и церковнославянский языки, можно осваивать в форме занимательных заданий. С большим интересом дети участвовали и в мастер-классах по различным творческим направлениям, которые также активно развиваются в АНО СОПШ «Звонница». Концерт, подготовленный учениками начальной школы и их педагогами, стал яркой и жизнерадостной ноткой, завершившей День открытых дверей.

Адрес АНО СОПШ «Звонница»: корп. 411-а, телефон 8 (499) 734-35-87.



КРУГЛЫЙ СТОЛ

18 ноября 2018 года в актовом зале храма святого Николая Мирликийского состоялся круглый стол «Подросток в воскресной школе». Встреча прошла в рамках VII Никольских образовательных чтений и методического объединения преподавателей воскресных школ храмов Зеленоградского округа г. Москвы.

«ПОДРОСТОК В ВОСКРЕСНОЙ ШКОЛЕ»



В работе круглого стола приняли участие представители всех приходов Зеленограда: священнослужители, руководители и педагоги приходских школ, ответственные за работу с молодежью, родительский актив воскресных школ. На встречу были приглашены кандидат богословия, кандидат культурологии, член Союза писателей Москвы, автор учебных пособий для воскресных и общеобразовательных школ диакон Илья Кокин и заслуженный учитель России, психолог высшей категории Т.В. Воробьева.

Отец Илья представил свою новую книгу «Страх возводит стены, любовь строит мосты». Оказывается, основ-

ные темы, которые волнуют подростков, можно отнести к двум большим группам: страх и любовь. И хорошо, если рядом с подростком есть взрослый: родитель, педагог, священник, – который поможет преодолеть страхи и научиться по-настоящему любить. Доклад был интересным и содержательным. А затем отец Илья представил участникам круглого стола учебные пособия, разработанные в рам-

направленном развитии и становлении личности. Она не только подробно разъяснила теоретические аспекты, но и привела многочисленные примеры из практики, а также ответила на вопросы из зала.

В завершение встречи представители зеленоградских приходов обсудили возможности сотрудничества и совместные проекты, которые планируется осуществить в бли-



ках проекта «Воскресная школа под ключ». Комплекты учебников, рабочих тетрадей, медиапособий можно было тут же приобрести для использования во время уроков.

Татьяна Владимировна Воробьева рассказала о внутренних проблемах детей и подростков, их взаимоотношениях с окружающим миром, о роли семьи и школы в духовно-

жайшем будущем: межшкольные интеллектуальные конкурсы, общее празднование главных дат православного календаря, балы, походы, квесты, совместное творчество и благотворительные акции – всё то, что поможет подростку разрушить стену недоверия и научиться любви к Богу и сотворенному Им миру, своим ближним и самому себе.



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, УЗИ
- 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 И ДРУГОЕ



Акции!

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

Рекомендации врачей-специалистов!

Минимум 1 раз в год проходить обследования по программам:

- ЗДОРОВАЯ ПЕЧЕНЬ
- МУЖСКОЕ ЗДОРОВЬЕ
- ЗДОРОВОЕ СЕРДЦЕ
- ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ
- БАЗОВАЯ ДИАГНОСТИКА ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ
- БАЗОВАЯ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ ДЛЯ ЖЕНЩИН
- БАЗОВАЯ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ ДЛЯ МУЖЧИН
- КОМПЛЕКСНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ «БУДУЩАЯ МАМА»
- КОМПЛЕКСНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ «БУДУЩИЙ ПАПА»

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

ДЕРЖАТЕЛЯМ СОЦ. КАРТ
НА ВСЕ ВИДЫ УСЛУГ -5%
ВСЕМ СТУДЕНТАМ -20%
ДЛЯ ВЕТЕРАНОВ ВОВ -50%

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



ГИНЕКОЛОГИЯ: СОВРЕМЕННАЯ ДИАГНОСТИКА, УСПЕШНОЕ ЛЕЧЕНИЕ



Департамент здравоохранения города Москвы
Городская клиническая больница имени М. П. Кончаловского

Многие женщины прибегают к услугам гинеколога, лишь когда возникает дискомфорт или боль. Но самые коварные женские заболевания протекают практически бессимптомно. Чтобы болезнь не нанесла непоправимый вред здоровью, необходимо ее как можно раньше выявить и правильно лечить.

Городская клиническая больница им. М.П. Кончаловского располагает всеми современными возможностями для лечения гинекологических патологий в соответствии с мировыми протоколами, принятыми в Европе и Российской Федерации.

С учетом деликатности проблемы женского здоровья, на базе филиала «Перинатальный центр» дополнительно открыто гинекологическое отделение, которое вместе с консультативно-диагностическим отделением и центром планирования семьи образует единый клинический комплекс. Здесь оборудованы индивидуальные палаты, оснащенные специализированной мебелью, современными функциональными кроватями, отдельными туалетами и душевыми кабинами. Это позволяет пациентам получать полный цикл высокопрофессиональной медицинской помощи в атмосфере комфорта и доброжелательности.

Большой и малый операционные блоки оснащены новейшими комплексами эндовидеохирургического оборудования фирмы KARL STORZ для выполнения широчайшего спектра лапароскопических и гистероскопических операций на мировом уровне.



Малые операции:

- Гистероскопия
- Раздельные диагностические выскабливания
- Расширенная биопсия шейки матки и вульвы
- Конизация шейки матки
- Прерывание при замершей беременности
- Абляция эндометрия и миомэктомия
- Удаление полипов цервикального канала и полости матки, субмукозных миоматозных узлов под контролем гистероскопии
- Удаление и марсупиализация кист бартолиниевой железы, удаление полипов и кист влагалища
- Наложение кругового и П-образного шва при хирургической коррекции истмико-цервикальной недостаточности

Большие операции:

- Органосохраняющие операции при спаечном процессе в малом тазу, миоме матки, генитальном эндометриозе
- Операции при миоме матки, опухолях яичников, тубоовариальных образованиях
- Реконструктивно-пластические операции на матке и придатках
- Влагалищные экстирпации матки при полном ее выпадении
- Видеолaparоскопические операции на придатках, матке
- Видеолaparоскопические ампутации матки, аднексэктомии и экстирпации матки
- Косметические операции по коррекции половых органов



Уникальная особенность отделения — комплексное лечение, направленное на сохранение беременности на сроках до 22 недель (I и II триместр беременности).



А.Н. Быковщенко

Гордостью гинекологического отделения является команда ведущих врачей и медицинских сестер под руководством оперирующего акушера-гинеколога высшей категории, кандидата медицинских наук, члена Международной ассоциации гинекологов-эндоскопистов Анны Николаевны Быковщенко. Многолетний опыт и мастерство этих специалистов позволяют проводить все виды современных гинекологических вмешательств и операций с максимальной результативностью.

За подробной информацией вы можете обращаться по телефонам: 8 (499) 729-3031, 8 (499) 729-2790
Адрес: г. Москва, Зеленоград, ул. Александровка, д. 8, сайт: gb3zelao.ru

Главный редактор
Ирина Федюнина
Телефоны редакции:
8-916-511-10-85,
8-905-590-14-88
E-mail: 5344769@mail.ru

Учредитель Федюнина Ирина Юрьевна
Адрес: 124498, г. Москва, Зеленоград, Березовая аллея, дом 6А
Издатель — ИП Федюнина И.Ю.
Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, ИТ и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу (ПИ № ТУ50-02162) от 25.12.2014
При перепечатке ссылка на газету "Будь здоров, Зеленоград!" обязательна с письменного разрешения редакции.

14+

За содержание рекламных материалов ответственность несут рекламодатели. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов публикаций. Статьи, отмеченные знаком «Р», публикуются на правах рекламы.

«Будь здоров, Зеленоград!» № 11 (64)
Номер подписан 23.11.2018 г. Дата выхода в свет: 26.11.2018 г.
Время подписания в печать по графику — в 18.00, фактически — в 22.00.
Отпечатано в типографии ООО «ВМГ-Принт».
127247, Москва, Дмитровское шоссе, 100.
Тираж: 10 000 экземпляров. Периодичность: 1-2 раза в месяц.
Издается с 2013 года. Распространяется бесплатно. Заказ 2953.