



Люберецкий округ



МЕДИЦИНСКИЙ
ЦЕНТР
МАРУСИНО



ЗДОРОВЫЙ ОКРУГ

www.marumed.ru

№ 2 (2) декабрь 2023



Журнал о истории врачевания на территории Люберецкого края



СПОРТ

Ребенок в мире
ТХЭКВОНДО

C.2

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Вся правда об
антибиотиках

C.24

КАК ЭТО БЫЛО

Династия врачей
Гинзбургов

C.4

ЖУРНАЛ

«Здоровый округ – Люберецкий округ»

№2 (2), ДЕКАБРЬ 2023г.

Вы можете оформить подписку на журнал, напишите нам письмо на почту nakaden@mail.ru с пометкой «ЗДОРОВЫЙ ОКРУГ», и мы пришлем вам информацию о вариантах подписки.

Аудитория распространения журнала:

Министерство здравоохранения

Московской области

Медицинские учреждения

городского округа Люберцы

Общественные объединения и НКО

в области медицины и здравоохранения

Предприятия медицинской отрасли.

Наш сайт: <https://marumed.ru/>

Главный редактор:

Феоктистова Наталья Львовна

Ответственный за издание:

Хансверов Рустам Хусаинович

Выпускающий редактор:

Борисова Эмма Витальевна

Дизайн-верстка:

Сломонов Игорь Анатольевич

Под общей редакцией:

Докт. мед. наук, профессор

Шестаков Андрей Михайлович

Контакты: : +7 (495) 554-05-19,

nifeoktistova@mail.ru

АДРЕС РЕДАКЦИИ:

г. Люберцы, ул. Смирновская, д. 16/179, пом. V

Отпечатано в ООО ИИЦ «На каждый день»,

г. Люберцы, ул. Смирновская, д. 16/179

Заказ №80 Тираж 300 экз.

Распространяется бесплатно и по подписке.

В журнале использованы материалы архивов и публикаций в СМИ, находящиеся в свободном доступе.

Перепечатка материалов и использование их в любой форме, в том числе в электронных СМИ, возможны только с письменного разрешения редакции.



В НОМЕРЕ

Слово главного редактора.....	1
Спортивная семья: учим детей различать добро и зло.....	2
Династия врачей Гинзбургов.....	4
Молодые врачи растут в Люберцах.....	6
Береги зубки смолоду!.....	10
Конференция для стоматологов.....	14
Презентация первого номера журнала.....	18
Знакомство с доктором.....	22
Антибиотики в нашей жизни.....	24
Искусство диагностики по лицу.....	26

Будем жить!

Пусть внешне я уже старик,
И внутрь меня уже проник
Букет болезней разных,
Что важно, не заразных.

Но, честно я скажу: душа,
Как в молодости хороша,
А это очень нужно,
Чтоб жить с судьбою дружно.

Пока в мозгах «кукушки» нет,
Жизнь для меня имеет цвет.
И с радугой сравнима,
Хотя порой ранима.

А раз к стихам есть аппетит,
Деменция мне не грозит.
А остальное – ерунда,
Болезни в теле - не беда.

Для исцеленья два пути,
Которыми теперь идти:
Один путь - курс леченья,
Другой - оздоровленье.

Владимир БЫЧКОВ



Цель нашего журнала совместить науку и практику, открыть широкому кругу читателей мир знаний о профилактике заболеваний.

Неспроста я решила начать второй номер журнала с этих стихов. Лично знакома с автором, уважаю и люблю этого человека. Владимир Иосифович Бычков – отец моего друга, который для меня больше, чем друг, он мне - как старший брат.

Почему именно с этих стихов? Там есть хорошая строка: «Один путь – курс леченья, другой – оздоровленье». И эта правильная фраза звучит не из уст медика, к сожалению, а из уст пациента.

Цель нашего журнала – совместить науку и практику, открыть широкому кругу читателей мир знаний о профилактике заболеваний, о грамотном подходе к развитию детей, предотвращению болезней, формированию устойчивых навыков сохранения здоровья, а также дать читателю комплекс мероприятий по здоровому образу жизни.

Глаз сокола, сердце льва и руки женщины. Каким должен быть врач?

**Притча
от Александры Лопатиной**

Врачу и его ученику приходилось много работать. Ученику казалось, что самое сложное в работе врача – поставить правильный диагноз. Однажды врач долго не мог определить причину болезни у девочки. Девочка много раз поступала в больницу с сыпью. Не помогали ни лекарства, ни диеты, пока врач не нашёл, что у девочки аллергия на медь.

- Как вы догадались, учитель? – с изумлением спросил ученик.

- Врач должен иметь глаз сокола. Медная посуда – единственное, что отличает домашние вещи девочки от больничных, - объяснил врач.

Потом в соседней деревне случилась эпидемия заразной болезни. Врач повёз туда лекарство и остался там ухаживать за больными, потому что все боялись подходить к этим людям.

- Почему вы не боялись заразиться? – с изумлением спросил ученик.

- Врач должен быть бесстрашным и иметь сердце льва, - спокойно объяснил доктор.

Однажды к врачу привезли дровосека, в которого попал обрубок дерева. На ногу была разорвана кожа, и множество острых щепок впились в рану. Врач быстро и аккуратно вынул щепки и зашил рану. После операции он вытер пот с лица дровосека и ласково сказал, что рана быстро заживёт.

- Ваши добрые руки, доктор, похожи на руки матери, - заметил дровосек.

- Врач должен иметь руки женщины, - улыбнулся доктор.

- Учитель, я не понял, кем должен быть врач: соколом, львом или женщиной? – спросил ученик.

- Врач должен иметь глаз сокола, сердце льва и руки женщины, - ответил учитель.

Наталья ФЕОКТИСТОВА,

Главный врач Медицинского центра «Марусино»





СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ: УЧИМ ДЕТЕЙ РАЗЛИЧАТЬ ДОБРО И ЗЛО

«И сказал Соломон : «...даруй же рабу Твоему сердце разумное, чтобы судить народ Твой и различать, что добро и что зло...»
/Третья книга Царств, 3:6,9/

Представляем гостей журнала - известных люберецких спортсменов, а точнее, спортивную семью Анну и Виталия СИЛКА, знатоков восточных единоборств, основателей спортивной школы «Тхэквондо центр».



Виталий Силка



Интервью в спортзале



На смену идет сын

- Добрый день, Виталий, Анна! Расскажите, пожалуйста, почему ваш спортивный выбор пал именно на тхэквондо?

- Вопрос не совсем простой и в двух словах на него не ответить. Давайте считать, что одним из важных аспектов в развитии детей является – здоровье, что означает состояние полного физического, душевного и социального благополучия. Понятие здоровья - это не только отсутствие болезней и физических дефектов. Множество наук изучают здоровье: биология, гигиена, диетология, фармакология, психофизиология, педиатрия, дефектология и т.д. – и это только малая толика всех тех знаний, которые необходимы для формирования здоровой личности. Мы сами спортсмены и с появлением в нашей семье сына смогли иначе взглянуть на факторы, формирующие здоровье нашего ребёнка и нашей семьи.

Тхэквондо – для нас это не просто вид спорта, это наша основная философия, которая подразумевает создание жизненного пространства, где у детей и родителей будет формироваться общий интерес, общее хобби.

Тхэквондо для детей - это не просто спортивная секция боевого искусства, а место, где у ребят появляются друзья, свой круг общения, где дети становятся не только физически сильными и здоровыми, но и учатся благородству, самодисциплине и ответственности.

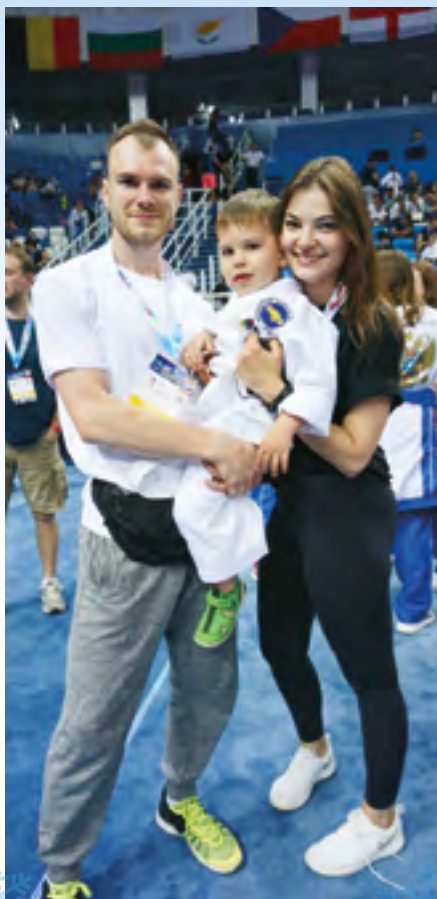
- Если вы говорите, что это философия и необходимая часть здорового развития личности, то следовательно, не только тренировки, а что-то большее вы даёте детям?

- Да, конечно. В нашей школе принято заниматься с ребятами не только физическим укреплением их организма, но также уделять внимание всестороннему развитию. Мы регулярно организуем городские лагеря и сборы с юными спортсменами, где также знакомим их с искусством и культурой страны, где зародилось это восточное единоборство, погружаем их в интересные мастер-классы, даем задания. Ведь спорт и культура - это две неотделимые вещи, красота снаружи – красота внутри!

- Может немного рассказать об истории тхэквондо?

- Тхэквондо – это вид боевого искусства, которое было основано 11 апреля 1955 года генералом южнокорейской армии Чой Хонг Хи.





Семья Силка

В переводе с корейского языка:

Тае (тхэ) означает удары ногой,

Квон- кулак или удары рукой,

До - это путь.

В тхэквондо две составляющие: первая - это «тхэк-вон», что означает физическое развитие, и вторая «до» - духовное развитие или жизненный путь. Уже в самом названии заложена суть тхэквондо, а именно гармоничное развитие человека как физически, так и духовно. Наша задача обучить детей не только искусству тхэквондо, но и заложить правильные привычки и научить контролировать и чувствовать свое тело.

Тхэквондо - единственное боевое искусство, методика преподавания которого, а также философия, порядок присвоения поясов, разбивание, спарринги, базовая техника, спецтехника, приёмы самообороны описаны самим основателем в одной книге «Энциклопедия Тхэквондо», которая состоит из 15 томов!

За короткий срок существования, этот вид боевого искусства обрел огромную популярность, и на сегодняшний день численность занимающихся им около 40 млн. людей во всём мире!

- Чем же полезен данный вид спорта для детей?

- Тхэквондо можно считать базовым видом спорта, который закладывает хороший фундамент для дальнейшего развития и в будущем помогает легче осваивать другие движения и навыки благодаря сложным

координационным упражнениям.

Регулярные тренировки помогают:

- ✓ улучшить кровоснабжение мозга;
- ✓ увеличить работоспособность, выносливость;
- ✓ учат концентрировать внимание;
- ✓ снимают нервное напряжение.

И получается довольно интересная история - работает тело, а развивается мышление! Именно поэтому регулярные тренировки способны улучшить у детей успеваемость в школе.

У нас у самих растёт сын, и мы знаем, как в современном ритме жизни легко забыть о самом главном, растерять приоритеты, и считаем своим важным делом - сплочение семей.

Мы верим в то, что спортивные семьи - это крепкие семьи!

- Желаю вам успехов в развитии школы и надеюсь, вашему примеру последуют многие!

Беседу вела Наталья ФЕОКТИСТОВА, главный редактор журнала.

Хотите гармонично воспитать своего ребенка? Подписывайтесь на страницу школы

Спортивный клуб «Тхэквондо центр» и Скалодром и будьте в курсе событий!

ТРИ ПОКОЛЕНИЯ ДИНАСТИИ ВРАЧЕЙ ГИНЗБУРГ



Глава династии Гинзбургов



**Братья Гинзбург
Лев и Зиновий**

Начало

...В семье Льва Моисеевича Гинзбурга не было медицинских работников, но родители внушали ему, что это самая благородная профессия. В 1940 году он поступил в медицинский институт им Сеченова, но в начале войны институт был эвакуирован в г. Омск. Перед эвакуацией Лев Моисеевич и Евгения Юльевна вступили в законный брак. Во время учебы молодые люди работали в госпитале для раненых, сдавали кровь, дежурили.

Трудовой путь доктора начался в Орле, где он работал терапевтом, а потом главным врачом поликлиники. В 1946 году у них родился сын, и семья переехала в поселок Малаховка, в старый родительский дом. В 1949 году Лев Моисеевич приступил к работе терапевтом в больнице п. Красково, а Евгения Юльевна — педиатром в поликлинике № 3 г. Люберцы.

Специализация — сердце

Из всех медицинских специальностей доктора больше всего интересовала кардиология, ей он посвятил свою жизнь. В 1972 г. Лев Моисеевич организовал кардиологическое отделение в Красковской больнице, заведующим которым оставался до выхода на пенсию в 2016 году.

На базе отделения он проводил не только лечебную, но и педагогическую работу, обучая интернов основам кардиологии. Был неоднократно награжден правительственными наградами. Защитил кандидатскую диссертацию, тема которой — реабилитация больных, перенесших острый инфаркт миокарда. Она стала методическим пособием. Кардиологическое отделение больницы было одним из лучших в области по оснащению и оказанию медицинской помощи.

Брат

Родной брат основателя династии Зиновий Моисеевич Гинзбург после окончания мединститута работал врачом-терапевтом, а затем заведующим кардиологическим отделением Жуковской больницы, а его супруга Софья Марковна проработала детским дерматологом в г. Жуковском. Их сын Михаил Зиновьевич — врач-стоматолог, организатор сети стоматологических клиник в Раменском районе. Сын Михаила Зиновьевича — Евгений тоже пошел по стопам отца.

Младший сын

В 1956 года в семье Льва Моисеевича родился младший сын Михаил, у которого не было альтернативы в выборе профессии. После окончания медицинского института, он проходит ординатуру на базе МОНКИ. С 1984 года по сегодняшний день является бессменным заведующим кардиологическим отделением Люберецкой областной больницы (ранее ЛРБ № 2).

Михаил Львович Гинзбург — врач высшей категории, доктор наук, заслуженный врач России, автор множества научных статей. Его супруга Марина Лазаревна долгое время работала врачом — кардиологом в поликлинике № 3 г. Люберцы.

Внуки и правнуки

Старшая внучка Льва Моисеевича Анна родилась в 1980 году. Окончила фармакологический факультет,





**Гинзбург
Лев Моисеевич**



**На работе Гинзбург
Михаил Львович**



**Гинзбург
Евгения Юльевна**

работает по специальности. В 1984 г. в семье родился младший сын Леонид, который поступил в медицинскую академию им. Сеченова.

Леонид представляет третье поколение врачей-кардиологов Гинзбургов. После окончания института Леонид проходит ординатуру на базе МОНИКИ и начинает работать в кардиологическом отделении Красковской больницы под руководством дедушки. В 2011 году он защищает кандидатскую диссертацию, посвященную современным лабораторным методам диагностики ин-

фаркта миокарда, проходит обучение технике эндоваскулярной хирургии. В этот период в Московской области организуются сосудистые центры, и с 2016 года Леонид возглавляет отделение эндоваскулярной хирургии в больнице г. Домодедова.

В семье растут четыре внука, старшему 14 лет, возможно, кто-то из них станет врачом — кардиологом и продолжит благородное дело семьи.

Фото из семейного архива Гинзбургов



Гинзбург М.Л. с семьей на конференции



КАДРОВАЯ ПРОБЛЕМА: МОЛОДЫЕ ВРАЧИ РАСТУТ В ЛЮБЕРЦАХ



Наталья ФЕОКТИСТОВА, главный врач
«Медицинского центра «Марусино»:

- Медицина – искусство или наука? Этому спору нет конца. Раньше так и говорили искусство врачевания, и оно было доступно только избранным. Можно привести по этому поводу слова знаменитых философов и врачей древности Авиценны и Гиппократы. Но я назыву здесь еще одно имя, имя врача с большой буквы – нашего современника. Это мой учитель, главный врач больницы им Ухтомского Анна Фроловна Грамолина, под руководством которой я начинала свой профессиональный путь в Люберцах. И уроки врача усвоила на всю жизнь.

В течение 5 лет на базе гимназии № 16 «Интерес» мы реализуем проект «Медицина

– как искусство и наука». Наши беседы и лекции с гимназистами - будущими медицинскими работниками – это введение в волшебный мир медицины, в мир диагностики, лечения и профилактики заболеваний.

Медицина также требует чувства симпатии и понимания пациентов. Врачи должны обладать не только профессиональными знаниями и навыками, но и уметь установить доверительные отношения с пациентами, услышать и понять нужды и страхи пациентов, чтобы предложить им наилучшую помощь. Только так можно улучшить здоровье и качество жизни. В этом я вижу глубочайшую связь медицины и искусства. Без этих качеств не стать настоящим врачом. Передать знания о благородной профессии врача молодежи – это наша миссия, и она выполнима!



С директором гимназии № 16 «Интерес» Ириной Снегиревой





Наталья Феоктистова с будущими врачами

Со школьной скамьи – на студенческую

Впервые гимназия №16 «Интерес», рассчитанная на 1025 учеников, открыла свои двери 1 сентября 2013 года. В первый же год в гимназии открылись специализированные профильные классы, среди них – класс медицинского профиля.

За десять лет существования гимназии медицинский класс окончили 160 выпускников. 90% из них поступили в ведущие медицинские вузы страны, такие, как Первый Московский им. И.М.Сеченова, ФГАОУ ВО Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И. Пирогова, Московский государственный медико-стоматологический университет им. А.И. Евдокимова, Рязанский государственный медицинский университет им. И.П. Павлова, Самарский государственный медицинский университет, медицинские факультеты РУДН, МГОУ и многие другие.

В гимназии с 2019 года активно развивается проект «Медицина как искусство и наука». Идея этого проекта принадлежит членам Общественной палаты городского округа Люберцы главному врачу «Медицинского центра «Марусино» Н.Л. Феоктистовой и заместителю директора по воспитательной работе Л.С. Ащеуловой (до 2022 года). Работа в рамках этого проекта помогает гимназистам определиться с будущей специальностью. Ребята встречаются с ведущими специалистами и врачами г.Люберцы и Москвы, которые готовят беседы с детьми. Кстати, часто в таких занятиях участвуют не только ученики медицинских, но и инженерных классов. Ведь сегодня медицина развивается на стыке специальностей. Инженеры совместно с медиками

изучают использование искусственного интеллекта в медицине, с начала пандемии в 2020 году активно развивается телемедицина. Об этом и не только узнают наши ученики от практикующих врачей.

Мотивация быть врачом

Полученные знания не только помогают определиться с будущей специальностью, но и мотивируют учеников – будущих медиков к углубленному изучению «своих» профильных предметов химии и биологии, так и смежных дисциплин – физики, информатики, математики.

То, что изучено в теории, ребятам надо закрепить на практике. Они выполняют проекты и исследования, связанные с будущей профессией. Но самое главное, учатся понимать, что медицина – это искусство общения. Врачи не только обладают знаниями и навыками, но и умеют находить общий язык с пациентом. Врачи помогают людям преодолеть душевную боль и страдание, они приносят утешение и поддержку.

На уроках и в рамках внеурочной деятельности ученики медицинского класса успешно готовятся к ЕГЭ, и результатом становятся высокие баллы на экзамене. Средний балл выпускников гимназии всегда выше региональных и федеральных показателей. Наши учителя постоянно развиваются и обучаются, чтобы быть в курсе последних научных достижений в педагогике, в медицине и в области передовых методик лечения. Именно такими педагогами являются учитель химии гимназии Горячева О.С., учителя биологии и экологии Чижова И.А. и Лазарева И.С.



Старшеклассникам интересно учиться



Авторы проекта Н.Л. Феоктистова и Л.С. Ащеулова с коллегой

Задача гимназии в работе с профильными медицинскими классами – мотивировать, подготовить к успешной сдаче экзаменов и познакомить со спецификой медицинской профессии, чтобы выпускник не пожалел о своем выборе, столкнувшись с профессиональными проблемами. И в этом важную роль играет общение с практикующими врачами, посещение медицинских учреждений, волонтерская практика и участие в мастер-классах.

Темы, которые ребята рассматривают на этих занятиях, нужны как при подготовке к ЕГЭ, так и для развития будущих профессиональных навыков. Так, посещение Люберецкой подстанции скорой помощи помогает ребятам понять важность специальности «фельдшер», познакомиться с правилами оказания первой медицинской помощи, пройти тренировку. Посещение Люберецкой детской больницы дает знания будущим медикам о маленьких пациентах.



Знакомство с медоборудованием

Турнир будущих медиков

Научить только на уроках невозможно. Школьники с большим удовольствием участвуют в турнирах по естествознанию вуза-партнера МГМУ им. И.М. Сеченова «Взгляд физика, химика и биолога!», а с 2021 года гимназия № 16 «Интерес» сама является организатором такого турнира в городском округе Люберцы. В нем участвуют учащиеся Люберец, Москвы и Люберецкого медицинского колледжа, а оценивают турнир врачи и студенты медицинских вузов, кстати, выпускники гимназии.

25 сентября 2014 года в торжественной обстановке был открыт историко-краеведческий музей гимназии. Первая экспозиция музея «Благослови врачей своих, Россия!» посвящена Анне Фроловне Грамолиной, заслуженному врачу РСФСР, Почетному гражданину города Люберцы и Люберецкого района, орденоносцу,



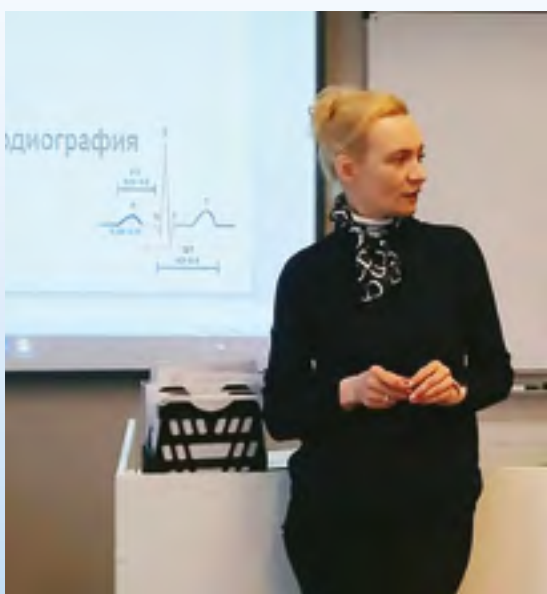
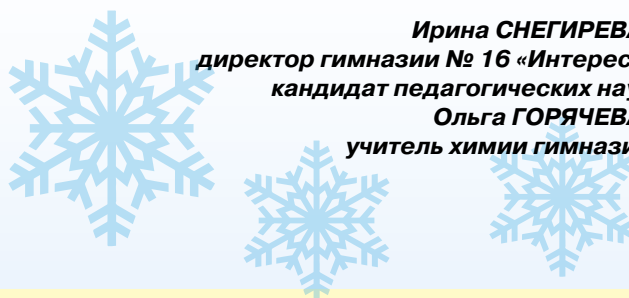
За спиной - надежная смена

общественному деятелю, основателю системы здравоохранения в нашем городе и районе. Экспозиция была создана по инициативе руководителя администрации города Люберцы И.Г. Назарьевой, при поддержке медицинской династии Грамолиной – Митченко. Исследовательская работа по подготовке экскурсий, оформлении экспозиции, посвященной А.Ф. Грамолиной, проводилась под руководством заместителя директора по воспитательной работе Л.С. Ащеуловой. Самое активное участие в организации музея приняли директор гимназии И.В. Снегирева, замдиректора по АХЧ С.А. Аносова и, конечно, гимназисты: Школьник А., Ворожищева М., Кряжева В. И сегодня в музее проходят встречи с врачами, волонтерские акции, классные

часы, направленные на профессиональное самоопределение школьников.

Мы гордимся нашими выпускниками! За 10 лет 25 выпускников поступили на стоматологические факультеты, 106 – на лечебное дело, 7 человек пошли в медицинские колледжи, 12 - поступили в медицинские вузы по целевому направлению, а значит, вернутся работать в Люберцы.

Ирина СНЕГИРЕВА,
директор гимназии № 16 «Интерес»,
кандидат педагогических наук
Ольга ГОРЯЧЕВА,
учитель химии гимназии



Н.Л. Феоктистова
в гимназии № 16

Цифры и факты

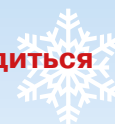
25 выпускников гимназии поступили на стоматологические факультеты,
106 – на факультеты лечебного дела,
7 человек – в медицинские колледжи, **12** – в медицинские вузы по целевому направлению, а значит, вернутся работать в Люберцы.



БЕРЕГИ ЗУБКИ СМОЛОДУ!



Как приучить детей не бояться человека в белом халате и садиться в стоматологическое кресло без страха.



Стоматологический кабинет открыт в детсаду «Светофорик»

Следующий проект доктора Феоктистовой – пожалуй, единственный в Московской области и звучит он так: «Формирование устойчивых привычек в области гигиены полости рта для дошкольников».

- Кариес временных зубов относится к распространенной патологии у детей дошкольного возраста. По данным стоматологических исследований, распространенность кариеса временных (молочных) зубов у дошкольников наблюдается уже в возрасте двух лет и составляет 24,9 – 39,3%, а к 6 годам уровень интенсивности кариеса зубов значительно увеличивается до 75,68%, - рассказывает Наталья Феоктистова.

Вот почему эта идея владеет ею как профессионалом – хирургом-стоматологом высшей категории и как общественным деятелем – она является председателем комиссии по здравоохранению и качеству жизни граждан Общественной палаты городского округа Люберцы.

В нынешнем году при содействии коллеги по Общественной палате Марины Комель был открыт стоматологический профилактический кабинет в детском саду «Светофорик» п. Октябрьский. Цель его – обучить педагогический персонал, который работает с детьми.

И вот в шкафчике у каждого ребенка появились стакан с зубной щеткой и зубная паста. Теперь после каждого приема пищи дети спешат почистить зубы. Но чистить тоже можно по-разному. Чтобы проверить качество чистки зубов, приходит врач-стоматолог. Специальная жидкость помогает ему определить чистоту зубов. Если зубы окрашиваются в красный или синий цвет, то они почищены неправильно. А если зубы белые – значит знания усвоены успешно.

Этот урок идет перед зеркалом. И взрослые на месте подсказывают деткам, как правильно чистить зубы.

И еще. В дошкольном учреждении установлено стоматологическое кресло. Дети, играя, садятся в него, привыкают к нему, рассматривают, где что лежит у врача. И поход к детскому стоматологу в настоящую поли-





Члены Общественной палаты г.о. Люберцы Юрий Исаев, Марина Комель, Наталья Феоктистова, Наталья Муравьева, Михаил Зайденберг и главный врач Московской областной стоматологической поликлиники Марина Сойхер (в центре) на открытии стоматологического кабинета.



***Н.Л. Феоктистова объясняет ребенку,
как правильно чистить зубы***



Айболит советует детям чистить зубы

клинику для таких малышек уже не станет чрезвычайным происшествием.

Есть еще немаловажная причина беспокойства врачей: плохие зубы часто служат причиной заболеваний других органов: суставов, почек, сердца. Кариес относится к болезням зубов мультифакториальной природы, то есть формируется он при одновременном воздействии нескольких причинных факторов.

Наиболее значимые причины кариеса:

- ✓ Недостаточная гигиена полости рта (или ее полное отсутствие), в случае чего на зубах остаются частицы пищи, являющиеся отличной средой для обитания и размножения бактерий.

- ✓ Большое количество углеводов в пище ребенка. Углеводы способствуют возникновению кариеса сразу

по двум направлениям: они служат источником питания для бактерий, и в процессе их распада образуются органические кислоты, повреждающие эмаль зубов.

- ✓ Недостаток в рационе ребенка пищи, требующей интенсивного жевания.

- ✓ Недостаток фторидов и кальция в воде и пище. Фториды защищают и укрепляют эмаль зубов, не давая кариесу возможности развиваться, а кальций - один из основных строительных материалов зуба.

- ✓ Физиологически низкая сопротивляемость тканей детских зубов к агентам, вызывающим кариес из-за частых вирусных инфекций, снижающих общую сопротивляемость организма.

Устранить эти недостатки – значит укрепить здоровье ребенка.



КОНФЕРЕНЦИЯ ДЛЯ ЛЮБЕРЕЦКИХ СТОМАТОЛОГОВ



А.М. Шестаков, Н.Л. Феоктистова, Р.В. Антоненков на конференции





Интересная лекция

В ТРЦ «Орбита» прошли обучение 50 стоматологов нашего округа во время семинара на тему «Лекарственные средства в стоматологии. Безопасность использования», сообщает «Люберецкий округ».

Мероприятие прошло при поддержке Министерства здравоохранения Московской области, Комиссии по здравоохранению и качеству жизни Общественной палаты г.о. Люберцы (председатель Наталья Феоктистова) и при участии заместителя председателя Общественной палаты городского округа Люберцы Андрея Шестаков.

Полость рта — это зеркало организма. Болезни органов полости рта — самые распространённые заболе-

вания человека, самые беспокоящие и в то же время плохо известные широким кругам общества. Слизистая оболочка, выстилающая полость рта, приспособлена к постоянному контакту с раздражающими факторами. Она устойчива к воздействию механических, физических, химических раздражителей, к контакту с богатой флорой полости рта. Болезни полости рта могут развиваться в ответ на воздействие различных травматических факторов, болезнетворных микроорганизмов, вирусов, могут явиться следствием патологии внутренних органов и систем человека.

Как сказал Парацельс: «Всё — яд, всё — лекарство; то и другое определяет доза».



В зрительном зале конференции



Лекцию читает к. м. н., главный врач ГБУЗ Московской области «Московская областная стоматологическая поликлиника» Марина Сойхер.

Для того, чтобы правильно оказать помощь, провести лечение, назначить (по необходимости) медикаментозное лечение, стоматологи непрерывно совершенствуют свои знания.

Это в полной мере относится к люберецким стоматологам, чьи знания много лет помогают врачам в том, чтобы не пропустить тяжёлые, в том числе онкологические, заболевания. Врачи, получая новые знания, спасают жизни людей, сохраняют здоровье. Они прошли обучение у светил стоматологии.

Организаторы выражают большую признательность депутату Мособлдумы Дмитрию Дениско за предоставленную возможность провести данное мероприятие.

Перед слушателями выступили:

Сойхер Марина Ивановна, к.м.н., главный врач ГБУЗ Московской области «Московская областная стоматологическая поликлиника», доцент кафедры детской, профилактической стоматологии и ортодонтии Университета МЗ РФ имени И. М. Сеченова.

Анисимова Евгения Николаевна, к.м.н., доцент ФБГОУ МГМСУ им. А. И. Евдокимова, врач-стоматолог, член Всемирной (IFDAS) федерации стоматологических анестезиологических обществ.

Аксамит Людмила Анатольевна, к.м.н., доцент ФБГОУ МГМСУ им. А. И. Евдокимова, врач-стоматолог.

Фото: Владимир Плужников

НОВЫЙ ЖУРНАЛ О ЗДОРОВЬЕ ВЫШЕЛ В ЛЮБЕРЦАХ



Гости презентации журнала

В КАРТИННОЙ ГАЛЕРЕЕ СОСТОЯЛАСЬ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ЖУРНАЛА «ЛЮБЕРЕЦКИЙ ОКРУГ - ЗДОРОВЫЙ ОКРУГ», ГЛАВНЫМ РЕДАКТОРОМ КОТОРОГО ЯВЛЯЕТСЯ ЧЛЕН ОБЩЕСТВЕННОЙ ПАЛАТЫ ОКРУГА, АКТИВИСТ ЛЮБЕРЕЦКОГО ОТДЕЛЕНИЯ «СОЮЗА ЖЕНЩИН РОССИИ», ИЗВЕСТНЫЙ ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ НАТАЛЬЯ ФЕОКТИСТОВА.



В союзе женщин - сила! У фотозоны - подруги и единомышленники

Презентация прошла в рамках XVII-й Люберецкой Медиа-недели.

На страницах нового издания напечатаны материалы об истории здравоохранения, что перекликается с продолжающимся празднованием 400-летия Люберец.

От имени главы округа участников приветствовала заместитель главы администрации Марина Зинкина, благословил новое издание представитель Люберецкого благочиния иерей Иоанн Сипович.

В зале также находились люберецкие депутаты, главный врач Люберецкой областной больницы Дмитрий Семенцов, председатель Общественной палаты Петр Ульянов, руководитель Люберецкого отделения Союза женщин России Елена Верховых, главный редактор газеты «Люберецкий округ» Рустам Хансверов и другие.

Чествовали ветерана здравоохранения Зою Михайлову, династию врачей Гуляевых. Добрými словами вспоминали ветерана здравоохранения Люберец Анну Грамолину, которая всю свою жизнь трудилась в районе.

— На страницах нового издания будут печататься материалы, посвященные профилактике заболеваний, уходу за детьми, статьи научно-популярного характера. Люберецкие врачи поделаются полезными советами о том, как вести правильный образ жизни, оказать первую помощь, сохранить своё здоровье и здоровье своих близких, — рассказала главный редактор журнала Наталья Феокистова.

Эмма БОРИСОВА



Новый журнал благословил иерей Иоанн Сипович



Фото: Станислав Свечников



К СЛОВУ

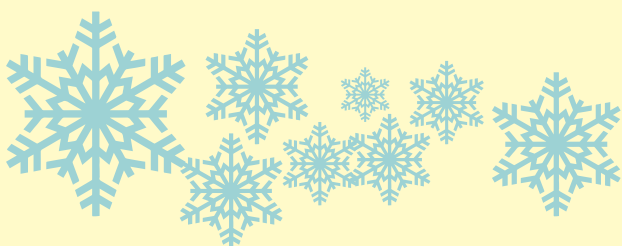
Губернатор Московской области Андрей Воробьёв считает, что одной из задач властей является обеспечение региона медицинскими кадрами. «Мы ищем жемчужины, привлекаем лучших врачей. Для этого предусмотрели ряд мероприятий. Самое эффективное — когда врач, приезжающий из другого региона, по сути, имеет бесплатное жильё. Это компенсация аренды. И второй эффективный способ — когда врач приглашает своего друга», — рассказал Воробьёв.

ВАЖНО

На презентацию журнала были приглашены люберецкие врачи, депутаты, педагоги. Все те, кто заинтересован в развитии люберецкой системы здравоохранения, в популяризации среди населения округа здорового образа жизни.

ЦИТАТА

Отец Иоанн поздравил присутствующих от лица Люберецкого благочиния с праздником Воздвижения Креста Господня, поблагодарил работников здравоохранения за их жертвенные труды и пожелал журналу процветания.



ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Марина ЗИНКИНА,
заместитель главы администрации
городского округа Люберцы:

«Благодарю всех, кто принял участие в создании журнала. Очень полезное издание. В будущем на его страницах будут печататься материалы, посвященные профилактике различных заболеваний, уходу за детьми и научно-популярные статьи. Желаю журналу процветания».

ЗНАНИЯ, ПОМНОЖЕННЫЕ НА ОПЫТ



**Врач медицинского центра «Марусино» Алексей Кочергин.****45 лет, родился 28 августа 1978 г.**

В 2001 г. окончил Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И. Пирогова (педиатрия). Базовое образование.

Врач акушер-гинеколог, врач общей практики, УЗИ-диагностики. Опыт работы более 20 лет.

Вся диагностика /лечение по направлению акушерство /гинекология/. Ведение беременности. Скрининги 1,2,3.

Общее УЗИ (малый таз, молочные железы, брюшная полость, щитовидная железа, сосуды). Манипуляции (ВМС, кольпоскопия, ГСГ и т.д.). Бесплодие.

Лечение гинекологических/терапевтических заболеваний по международным стандартам.

Доказательная медицина.

Врач общей практики.

Лечение терапевтических заболеваний по международным стандартам.

- ✓ Ведение основных терапевтических заболеваний по современным протоколам.
- ✓ Работа врачом общей практики. Лечение патологий.
- ✓ Терапия, Педиатрия, ЛОР + манипуляции.
- ✓ Кардиология.
- ✓ Ревматология.
- ✓ Нефрология.
- ✓ Неврология.
- ✓ Пульмонология.
- ✓ Гастроэнтерология.
- ✓ Гематология.
- ✓ ЭКГ (+расшифровка)

Обращайтесь: Медцентр «Марусино».**Телефоны горячей линии:****+7 495 477-57-74****+7 (925) 970-13-12**



АНТИБИОТИКИ В НАШЕЙ ЖИЗНИ



10 мифов. Или как не нужно лечить

Многие столетия человек боролся с инфекциями. Выживал в неравной борьбе с возбудителями болезней только с помощью собственного иммунитета. Эффективных средств борьбы с опасными заболеваниями и состояниями (чума, холера, сифилис, сепсис, раневая инфекция) не было. Выживали сильнейшие. Средняя продолжительность жизни составляла около 40 лет.



МИФЫ ОБ АНТИБИОТИКАХ



Всё изменилось благодаря случайности. В 1928 году Флеминг в случайно забытой культуральной чаше обнаружил удивительную плесень, которая угнетала колонию бактерий. Так был открыт пенициллин — первый антибиотик, который переломил исход борьбы человека с бактериями и спас миллионы людей от неминуемой гибели.

Сейчас, в XXI веке, никого не удивляет повседневное назначение антибиотиков при различных заболеваниях. Они вошли в рутинную практику врачей. Однако, все ли назначения правильные? Всегда ли нужно применять антибиотики?

Какие есть подводные камни при их использовании?

Я постараюсь раскрыть 10 мифов, с которыми постоянно сталкиваются пациенты (и врачи) при терапии антибиотиками (далее — АБ) на амбулаторном приеме

в поликлинике. Все рекомендации даны в соответствии с международными протоколами антибиотикотерапии.

Миф 1

«У дочки — ангина, хотели полечить чем по сильнее. Педиатр прописал 10 уколов цефтриаксона внутримышечно. Уже 5-й доделываем»,

На амбулаторном приеме НЕ НАЗНАЧАЮТСЯ инъекционные антибиотики. Все инъекции (внутривенные, в основном) — для больницы, для тяжелых случаев, когда необходим быстрый ответ на опасную инфекцию. Для лечения на дому есть эффективные АБ в виде таблеток. А для детей — в виде сиропов. Используйте их для амбулаторной терапии.



Миф 2

«У меня заболело горло. Я пошла и сама купила себе антибиотик Х. Почему Х? Фармацевт посоветовал. Пью, вроде стало легче...»

Все антибиотики назначает ТОЛЬКО врач. По показаниям. По рецепту. АБ очень много, и все они разного действия. Врач может понять, какой нужен (или в 90% не нужен).

К сожалению, устойчивость (резистентность) к антибиотикам приобретает мировые масштабы. Не в последнюю очередь благодаря бесконтрольным их покупкам со стороны населения.

Поэтому при любом заболевании обращайтесь к врачу. Он проведет диагностику и выпишет необходимый препарат.

Также фармацевт в аптеке не имеет право рекомендовать антибиотики. Только отпускать их, согласно рецепту врача.

Миф 3

«Пропила АБ и тут понос. Ну, все, флору загубила! Куплю-ка бактерий для её восстановления...»

Кишечная флора почти не изменяется под действием антибиотиков. Общий вес бактериальной микрофлоры в кишечнике достигает 2–3 кг!

Нет показаний для назначения высушенных бактерий с недоказанной эффективностью.

Миф 4

«У меня иногда нос на кошку чешется. Пью антигистаминные. Вот сейчас АБ назначили, нужно супрастин попить, а то сыпь будет...»

Антигистаминные препараты назначаются только в случае развития аллергии (например, крапивницы). Нет показаний для их профилактического использования вместе с курсом АБ.

Миф 5

«Вот кашляю я тут. Врач АБ дал. Пропила 2 дня и легче стало. Больше не пью».

Каждый АБ назначается КУРСОМ. Нельзя самостоятельно нарушать/ сокращать курс прописанного врачом приема.

Чтобы не получить хроническую инфекцию и не АБ — резистентность.

Миф 6

«У меня заболело ухо/горло, температура, плохо. Доктор взял посев. АБ не назначил. Теперь ждём неделю, пока придёт результат посева».

Нет показаний для назначения посева (в 95% случаев на амбулаторном приеме), т.к. это — очень долго (недели). Если доктор подозревает бактериальную инфекцию, СРАЗУ назначается АБ. Эмпирически. Большинство АБ — широкого спектра действия и перекрывают всю возможную флору.

Посевы нужны, когда бактериальная инфекция не отвечает на терапию АБ. Но такие состояния чаще всего возникают в условиях стационара при тяжелых/ критических состояниях.

Миф 7

«Я кашляю с неделю. Пошла к доктору, он сказал взять ампулу антибиотика и делать ингаляции...»

Антибиотики в ампулах для в/в, в/м введения НЕ ИСПОЛЬЗУЮТСЯ для ингаляций в связи с неэффективностью. Есть отдельные формы антибиотиков, которые применяются ингаляционно для лечения особых заболеваний (муковисцидоз).

Миф 8

«Есть слабые и сильные АБ»

Такого деления нет. Есть АБ широкого спектра (действуют на много разных бактерий) и узкого спектра (действуют на отдельные микроорганизмы). Какой АБ и как назначать — решает врач на очной консультации.

Миф 9

«Врач назначил лечить ангину антибиотиком 14 дней. Меньше нельзя, неэффективно»

Современные АБ позволяют проводить короткие (до 5 дней) эффективные курсы лечения. Или даже однократный прием с прекрасными результатами!

Миф 10

«Пропью АБ, ничего особенного не будет, безопасно».

Доктор (и пациент) ВСЕГДА должны думать об аллергии на АБ. Самая частая аллергия — на АБ пенициллинового ряда (ампициллин, амоксициллин, амоксиклав).

Если есть аллергия на этот ряд, ТАКЖЕ может быть перекрестная аллергия на цефалоспорины.

Будьте очень аккуратны, анафилактический шок заканчивается печально ДАЖЕ в условиях подготовленной реанимации в больнице.

Не болейте!

И всегда обращайтесь к проверенному доктору для диагностики и лечения заболевания и возможного назначения антибиотиков.

Алексей КОЧЕРГИН,

врач «Медицинского центра «Марусино»

Фото: yunostsibiri.ru



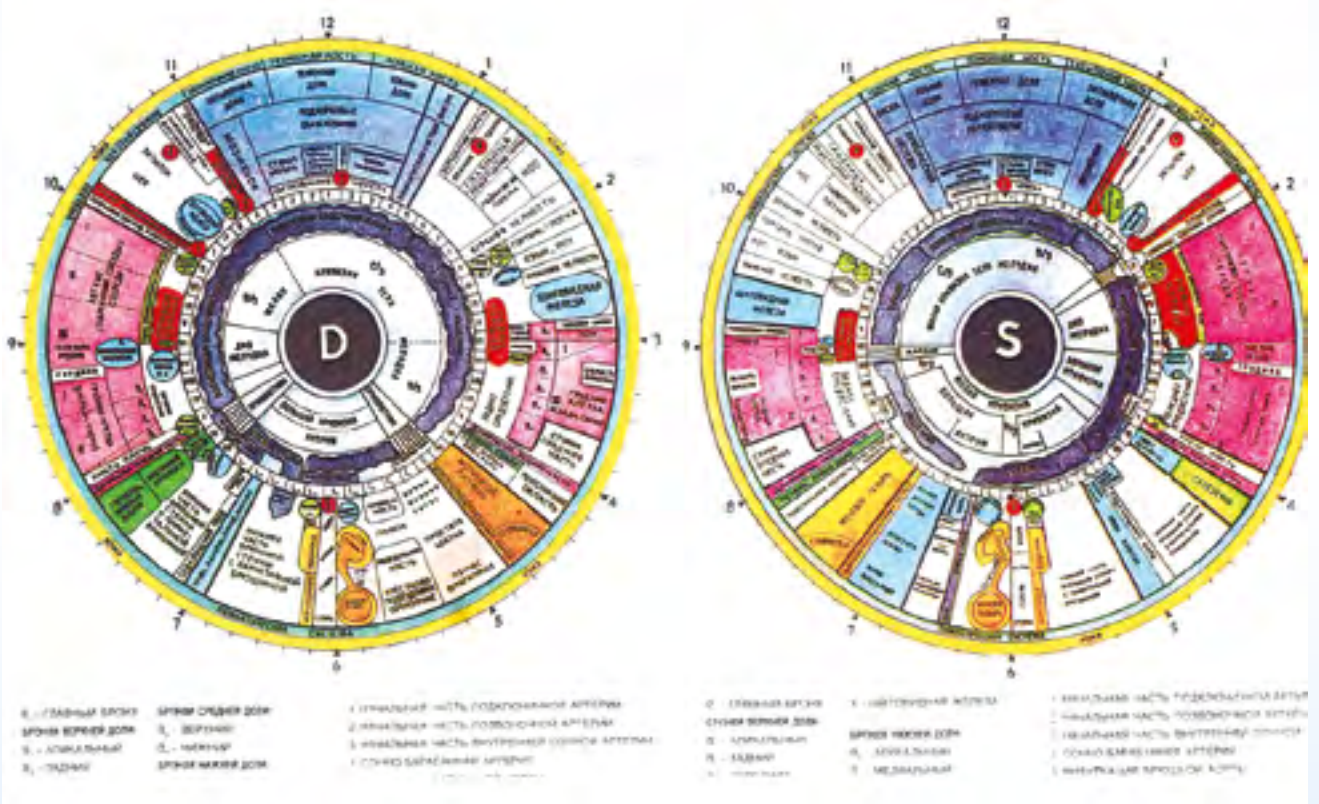
ИСКУССТВО ДИАГНОСТИКИ ПО ЛИЦУ

Первые попытки прочесть тайны лица, определить внутреннее состояние организма по внешним признакам были сделаны в Китае, где распознавание болезни по лицу человека было названо искусством Сянь-Мин, что приблизительно переводится как «чтение по лицу». Это знание было тайным, и великие мастера Сянь-Мин передавали свой опыт немногим ученикам.

В этом разделе нашего журнала будем рассказывать о таинствах чтения по лицу.

СХЕМА ПРОЕКЦИОННЫХ ЗОН ТЕЛА ЧЕЛОВЕКА НА РАДУЖКЕ

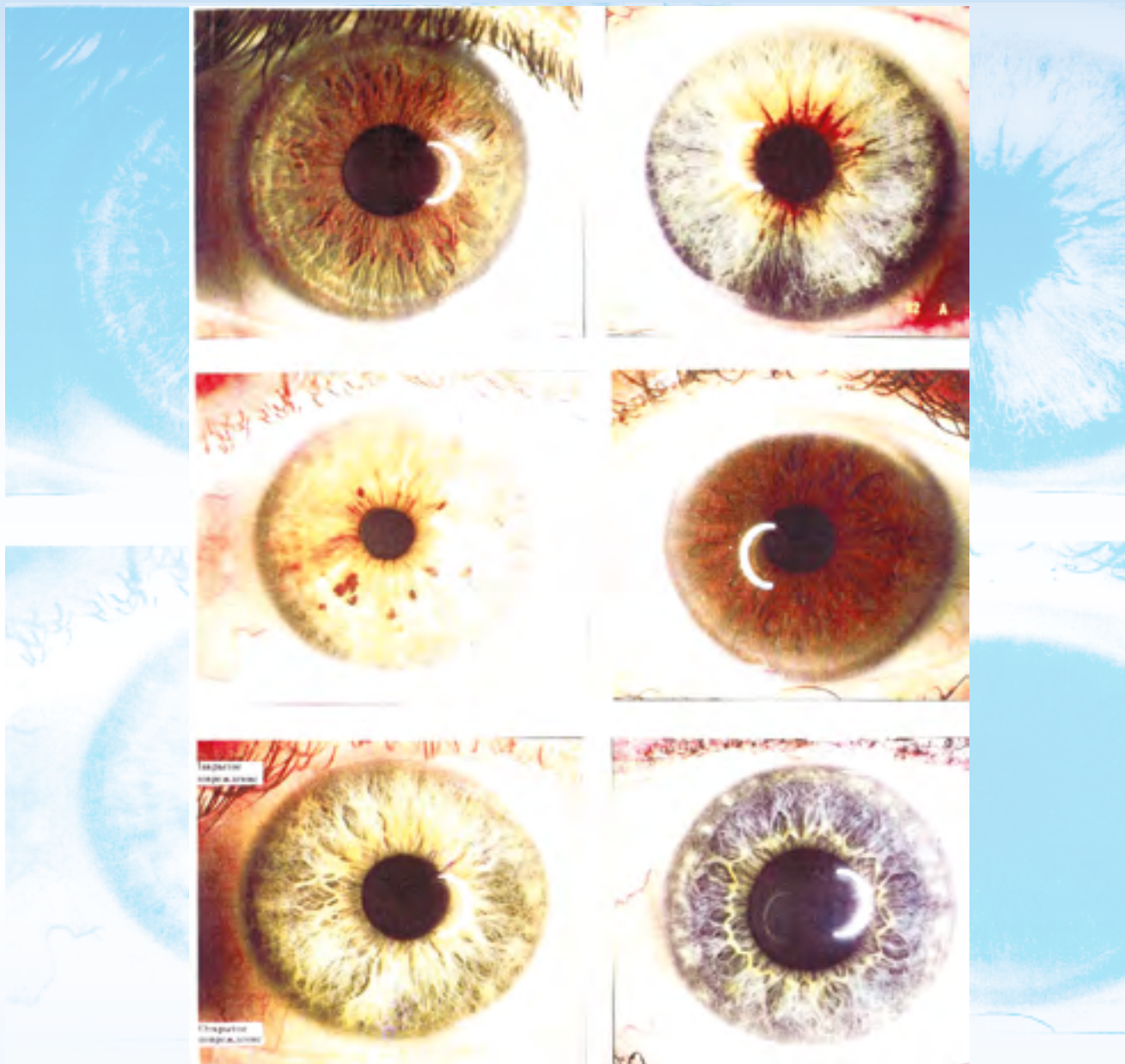
ПО Е. ВЕЛЬХОВЕ



Иридодиагностика

А сегодня расскажем о методе диагностики по радужной оболочке глаза — иридодиагностике. Сторонники метода считают, что болезни органов приводят к изменению рисунка радужной оболочки, но научные исследования, проведенные методами доказательной медицины, показали, что вероятность правильно определить диагноз с помощью иридодиагностики не выше обычной случайности.

Однако, как практикующие врачи, так и студенты медицинских образовательных учреждений, знают, что для правильной постановки диагноза важны грамотно собранные анамнестические данные, клинические данные, диагностические данные, правильный план обследования больного, а также полное обследование, которые требуют огромных знаний, а это означает, что врачу нужно обладать широким кругозором, при этом обладатель широкого кругозора не обязательно глубоко интересуется какой-то конкретной темой, а это словосочетание относится к тем людям, которые хорошо ориентируются в большом количестве знаний в разных сферах.



Что мы видим на радужке

Итак, радужка формируется к 6–7 месяцам беременности, зрачок — к 8-му. До этого времени область зрачка затянута сосудистой перепонкой, которая рассасывается на восьмом месяце беременности.

Врачи изучают структуру, т.е. ряд анатомических образований радужки для диагностики заболеваний. Повторюсь, этот метод не панацея, а как дополнительный метод знаний, помогающий людям.

На радужке мы видим проекционные зоны разных органов и на сегодняшний день хорошо изучена иридодиагностика при заболеваниях гепатобилиарной системы и поджелудочной железы, заболевания желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой системы, почек, органов дыхания и т.д.

Конечно, диагностика важна хорошая, комплексная и грамотная, но для помощи больному дальше необходимы не менее важные знания и умения в лечении болезней и патологий.

Поэтому мир медицины — это таинство, это искусство, искусство исцеления и мир огромных знаний с богатейшей историей.

Наталья ФЕОКТИСТОВА,

главный врач «Медицинского центра «Марусино»



Человеку надо мало...

Человеку надо мало:
чтоб искал
и находил.
Чтоб имелись для начала
Друг — один
и враг — один...
Человеку надо мало:
чтоб тропинка вдаль вела.
Чтоб жила на свете
мама.
Сколько нужно ей — жила...
Человеку надо мало:
после грома — тишину.
Голубой клочок тумана.
Жизнь — одну.
И смерть — одну.

Утром свежую газету —
с Человечеством родство.
И всего одну планету:
Землю!
Только и всего.
И — межзвездную дорогу
да мечту о скоростях.
Это, в сущности, — немного.
Это, в общем-то, — пустяк.
Невеликая награда.
Невысокий пьедестал.
Человеку мало надо.
Лишь бы дома кто-то
ждал.

Роберт РОЖДЕСТВЕНСКИЙ

СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА ФЕОКТИСТОВОЙ



КАЧЕСТВЕННАЯ СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

Наши услуги:

- ✓ Терапевтическая стоматология
- ✓ Хирургическая стоматология
- ✓ Ортопедическая стоматология
- ✓ Ортодонтия
- ✓ Лечение пародонтита
- ✓ Имплантология
- ✓ Лазерная стоматология
- ✓ Пародонтология



**г. Люберцы, ул. 3-е почтовое отделение,
дом №51 (городок «Б»)**

+ 7 (495) 744-98-06 + 7 (903) 745-45-65

Понедельник - Пятница 9:00-20:00

Суббота - Воскресенье 9:00-18:00

НАШ САЙТ



Получайте квалифицированную медицинскую помощь в городском округе Люберцы

Наш медицинский центр "Марусино" создан врачами - фанатами своего дела, именно для того, чтобы помочь людям укрепить или восстановить здоровье максимально эффективными способами.

Феоктистова Наталья Львовна

Главный врач
Врач-стоматолог-хирург
высшей категории

УСЛУГИ МЕДИЦИНСКОГО ЦЕНТРА

Анализы

Стоматология

Гинекология

УЗИ

Хирургия

Терапия

Педиатрия

Офтальмология

Отоларингология

Травматология

Кардиология

Эндокринология

Вакцинация

Рентген

Мы предлагаем гибкий график работы опытных и хорошо подготовленных специалистов, а так же возможность сдачи анализов.

Гибкость графика работы центра позволяет оказывать необходимую помощь нашим пациентам не только в будни, но и в выходные и праздничные дни.

Медицинский центр работает ежедневно с 8:00 - 20:00

Самое ценное, что есть у человека в жизни, и в то же время самое хрупкое это здоровье!

Специалисты медцентра «Марусино» с удовольствием расскажут вам как нужно действовать для профилактики заболеваний или восстановления здоровья

Телефоны горячей линии:

+7 495 477-57-74

+7 (925) 970-13-12

Уважаемые пациенты!
Для вашего удобства и быстрого получения необходимой информации звоните нам на горячую линию.

Онлайн-запись на прием доступна на сайте: