НА здоровье!

Читайте "На здоровье!" и будьте здоровы!

Дипломант Всероссийского конкурса СМИ "Здоровая жизнь в здоровом обществе" – 2006 г.

Ежемесячная медицинская газета 12+ | Издается с января 1998 г. Выходит в первую неделю месяца. | №4 (192) | АПРЕЛЬ, 2015 г.

Профессор Татьяна Кривоногова в центре «Здоровая мама-крепкий малыш»

СЕРДЦЕ ОТДАЮ ДЕТЯМ

Делом всей жизни Татьяны Кривоноговой, профессора СибГМУ, доктора медицинских наук, врача-педиатра высшей категории, руководителя центра «Здоровая мама – крепкий малыш» стала забота о здоровье будущих мам и детей.

Наша героиня относится к числу тех людей, у которых сбываются мечты. Но для этого она сама прикладывает немало усилий.

Буду детским врачом!

Татьяна, в девичестве носившая «пушкинскую» фамилию Ларина, выросла в семье простой, рабочей. Мама трудилась в клинике Яблокова (факультетской терапии) Томского мединститута раздатчицей. Маленькая Таня любила бывать в клинике, наблюдать за всем, что там происходит. Дома же охотно ставила «уколы» всем куклам и очень рано решила стать врачом, причем обязательно детским. Этого же очень хотела и мама. Мечта сбылась в 1974 году. Татьяна поступила на педиатрический факультет и активно включилась в учебный процесс. Впрочем, так же охотно она выполняла и любые общественные поручения, без нее не обходился ни один праздник на факультете.

Большая любовь

После первого курса в составе студенческого стройотряда (ССО) Татьяна отправилась на север области. И тут ее настигли большие чувства, почти как пушкинскую героиню. Избранника звали Николай, он учился на лечебном факультете курсом старше. Чтобы быть с любимой на параллельном курсе, он даже взял академотпуск. Скоро Татьяна изменила свою поэтическую фамилию на мужнину и стала Кривоноговой. А перед выпускным балом в студенческой семье родился первенец Максим.

Сейчас этой семье уже 37 лет. Муж все эти годы – первый помощник во всех делах, касается ли это научной работы или домашних забот. Сегодня Николай Кривоногов - доктор меднаук, профессор, сотрудник НИИ кардиологии.

Любовь же стала определяющим началом в ее жизни. Прежде всего – в профессии.

Врач и ученый

Первое серьезное погружение в педиатрию у Татьяны случилось во время прохождения интернатуры в родильном доме №1. До сих пор она считает своим учителем неонатолога Галину Михайловну Байкову, которая увлекла ее своей специальностью. После окончания вуза вслед за мужем Татьяна поехала в Москву и первый практический опыт приобрела в одном из роддомов, где ей довелось даже заведовать детским отделением.

- Я благодарна старшим коллегам, которые не побоялись доверить вчерашней выпускнице ответственную работу, - вспоминает сегодня Татьяна Сергеевна.

Думается, большую роль сыграли не только хорошие знания, но и такие черты характера, как напористость, ответственность, желание отдавать работе столько времени, сколько потребуется.

Вернувшись в Томск, она, по приглашению зав. кафедрой факультета повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов (ФПК и ППС) мединститута Людмилы Александровны Матвеевой, поступила в ординатуру. Через 2 года после окончания ординатуры Кривоногова блестяще защитила кандидатскую диссертацию на тему, связанную со здоровьем беременных женщин. Профессор Матвеева стала для нее также учителем, который приобщил к научной деятельности.

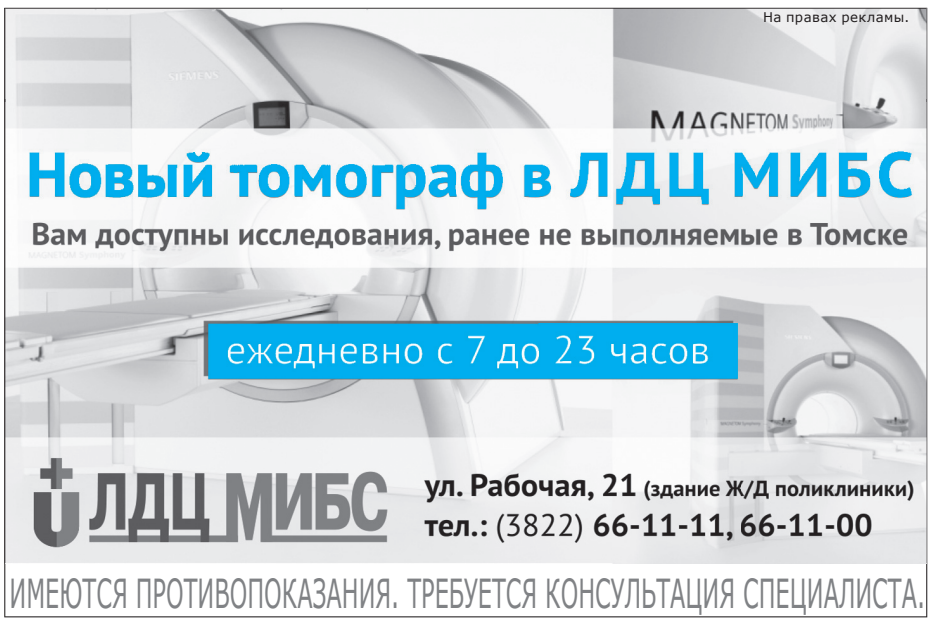
Но был момент, когда учитель вначале не одобрил направление усилий своей подопечной. У педиатра Татьяны Кривоноговой родилась идея: помочь беременной женщине морально и физически подготовиться к родам, сделать так, чтобы женщина максимально физиологично родила, причем здорового ребенка. Эта идея привлекательна для любого времени, но особенно актуальна она была в 90-е годы, когда рождаемость пошла на спад, а экономический кризис порождал стрессы, неуверенность в себе и в завтрашнем дне – все это отражалось и на самочувствии беременных женщин.

Татьяна Сергеевна разработала целый комплекс оздоровительных методик, привлекла к работе специалистов. Сама активно проводила занятия. И появились первые результаты. Женщины у Кривоноговой практически не ложились на сохранение, не употребляли медикаментов, достаточно легко рожали. Дети раньше своих сверстников начинали сидеть, ходить, говорить. И главное – будущие мамочки перестали бояться родов.

Как признавалась одна из них: «На роды шла как на праздник с флажком. На занятиях создается полная уверенность, что все будет хорошо». Татьяна Сергеевна и на себе проверила эффективность оздоровительных методик, родив второго ребенка в зрелом возрасте.

(Окончание на 4-й стр.)

На правах рекламы.



Еламед Сибирь

Поставка продукции ОАО «Елатомский приборный завод»

со склада в Томске

- Медицинская мебель;
- Дезинфекционное оборудование;
- Расходные материалы;
- Физиотерапевтическое оборудование;
- Медицинские изделия для лабораторных исследований.

На правах рекламы.

Адрес: мкр. Каскад, д. 13, т.: 215-661, 78-19-77, e-mail: elatomsk@mail.ru

Каталоги продукции на сайте — http://elamed.com/catalog/view/

Эксклюзивный дистрибьютор ДЕЛЬРУС®

КОМПЛЕКСНОЕ ОСНАЩЕНИЕ
медицинских учреждений, промышленных и научно-исследовательских лабораторий оборудованием и расходными материалами.

СЕРВИСНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ
медицинского, лабораторного и технологического оборудования.
(Лиц. №99-08-000587 от 30.07.2009 г.)

Офис: пр. Ленина, 110, 5-й этаж, e-mail: delrus@mail.tomsknet.ru
Сервисный центр: пр. Фрунзе, 240-а, стр. 10, e-mail: delrusservice@mail.tomsknet.ru
Тел./факс: 909-600, 909-200. Сайт — http://delrus.tomsk.ru

На правах рекламы.

НА здоровье! №4, апрель, 2015 г. http://medgazeta-tomsk.ru valantonova@yandex.ru

МОРЕ ДЕТСКИХ УЛЫБОК

С 1 по 8 июня 2015 года в г. Томске пройдет Всероссийская миссия для детей с врожденными и приобретенными дефектами лица и конечностей «Улыбнись-2015»

Организатором акции выступает НИИ микрохирургии, который регулярно проводит различные акции помощи детям с пороками развития челюстно-лицевой области.

Специалисты НИИ микрохирургии во главе с доктором медицинских наук, профессором, заслуженным врачом РФ, врачом-хирургом высшей категории, членом Международного общества реконструктивных микрохирургов, Общества пластических, реконструктивных хирургов России и Общества реконструктивных и пластических хирургов Германии **Владимиром Байтингером** совместно с докторами-участниками международных благотворительных акций «Operation Smile»: доктором Партхой Садху и челюстно-лицевым хирургом Ольгой Белых (организатором миссии «Улыбнись-2012» в г. Иркутске) проведут бесплатные консультации всем обратившимся, а также высокотехнологичные операции по полису ОМС.

С 2000 года Томский НИИ микрохирургии стал одним из крупнейших центров хирургии врожденных пороков лица. За 14 лет работы здесь проведено 12 акций, из которых 2 - совместно с американской организацией «Operation Smile» (2001, 2002 гг.) и 6 - совместно с немецким представительством международной организации «Interplast» (2004-2012). За это время квалифицированную помощь в клинике института получили более 650 детей России и ближнего зарубежья. Благодаря визитам немецких и американских хирургов, а также обучению томских специалистов из НИИ микрохирургии в США (Norfolk, Hospital «Sentara»), с 2002 года такие операции внедрены в клиническую практику НИИ микрохирургии.

Доктор Партха Садху (Индия) – ведущий челюстно-лицевой хирург международной благотворительной организации «Operation Smile», выполнивший более 4 500 операций в области хирургии расщелин губы, нёба и ортогнатической хирургии

Ольга Белых, ведущий хирург челюстно-лицевого отделения детской клинической больницы г. Иркутска, врач высшей категории, кандидат медицинских наук, лицензированный хирург международной благотворительной организации «Operation Smile»

Директор НИИ микрохирургии, профессор Владимир Байтингер - организатор уже 13-й миссии для детей

информация

Для получения помощи в рамках миссии "Улыбнись - 2015" необходимы следующие документы:

1. Направление из поликлиники на высокотехнологичную медпомощь (ВМП) в АНО «НИИ микрохирургии»;
2. Свидетельство о рождении (паспорт);
3. Действующий полис ОМС;
4. Результаты обследований:
- общий анализ крови, мочи,
- биохимический анализ крови (глюкоза, белок, мочевина, креатинин, билирубин, трансаминазы);
- свертывающая система крови;
- ЭКГ, флюорография ОГК;
- группа крови, резус-фактор, RW, анализ крови на определение гепатита В и С, ВИЧ.

Справка об отсутствии инфекционного заболевания (карантина) для детей до 14 лет.

ДАВНОСТЬ АНАЛИЗОВ И КОНСУЛЬТАЦИЙ **ДО 10 ДНЕЙ!**

По всем интересующим вопросам обращайтесь по круглосуточному телефону (3822) 940-540;
E-mail: niimicro@yandex.ru;
Официальная страничка акции - http://www.microsurgeryinstitute.com/blago.html.

ОФТАЛЬМОЛОГИЯ ВЫСОКОГО УРОВНЯ

Высокопрофессиональные специалисты Клиники профессора Запускалова могут предложить пациентам широкий спектр медицинских услуг по диагностике и лечению глазных болезней, подбору очковой и контактной коррекции.

Комплексный подход

Болезни глаз очень часто сопровождают такие распространенные общие заболевания, как сахарный диабет, гипертоническая болезнь, аутоиммунные и аллергические болезни, неврологические синдромы. Поэтому в клинике организован прием высококвалифицированных врачей смежных специальностей: эндокринолога, аллерголога-иммунолога, невролога, терапевта и психотерапевта.

Такой комплексный подход позволяет своевременно выявить причину заболевания впервые обратившегося к нам пациента, выбрать наиболее эффективную стратегию лечения и улучшить не только зрение, но и общее состояние здоровья пациента, подарив ему радость жизни и новый позитивный взгляд на мир.

Все заболевания глаза

Сегодня в клинике проводят лечение близорукости, дальнозоркости, астигматизма, катаракты различного происхождения, глаукомы (в том числе в сочетании с катарактой в рамках одного вмешательства), заболеваний сетчатки, сосудистой оболочки глаза и зрительного нерва, патологии слезных путей, заболеваний роговицы, стекловидного тела, диабетических поражений глаз.

Специалисты используют современные технологии хирургических вмешательств на глазу. Некоторые виды операций, разработанные на кафедре офтальмологии СибГМУ и внедренные в клинике, уникальны, запатентованы и успешно применяются в лечении заболеваний глаз.

На правах рекламы.

О профессионализме врачебного персонала свидетельствует тот факт, что в клинике ведут приемы профессора, доктора медицинских наук, врачи-офтальмологи высшей категории.

Диагностика за 2 часа

В нашей клинике пациент может пройти комплексную диагностику зрения. Всего за 2 часа можно получить полную картину состояния ваших глаз.

Очень важно знать, что благодаря преимуществам современных методов вся диагностика в клинике проводится бесконтактно, безболезненно, быстро и при этом максимально точно. Бесконтактные способы диагностики устраняют опасность попадания инфекции или механического повреждения глаза.

В результате многолетнего опыта работы нашими специалистами разработан алгоритм диагностики пациентов различных возрастных групп – ведь патологические состояния глаза имеют возрастные особенности.

Особое внимание уделяется маленьким пациентам.

информация

Виды офтальмологической помощи, оказываемой в системе ОМС:

- врожденный стеноз и стриктура слезного протока;
- панретинальная лазерная коагуляция при диабетической ретинопатии;
- панретинальная лазерная коагуляция при заболеваниях сетчатки;
- оперативное лечение косоглазия рецессия, теннорафия глазной мышцы;
- антиглаукомная операция при оперировании первичной открытоугольной глаукомы и при вторичной глаукоме (передняя витреотомия);
- фокальная лазерная коагуляция глазного дна при воспалительно-дегенеративных заболеваниях сетчатки;
- операция эписклерального пломбирования при отслойке сетчатки; факоэмульсификация катаракты с имплантацией ИОЛ.

Разработана комплексная программа сохранения здоровье глаз во время беременности и родов.

Отдельное направление клиники – помощь пациентам старшего возраста.

Наша диагностика построена на принципе индивидуального подхода к пациенту. Мы учитываем особенности каждого организма и подбираем консервативные или хирургические методы лечения.

Другой важный момент заключается в том, что пациенты могут сразу после приема у специалиста сдать необходимые анализы в клинике - мы сотрудничаем с ведущими диагностическими лабораториями.

«Клиника профессора Запускалова»
Адрес: ул. Мокрушина, 9, стр. 16
БЦ «Вертикаль», 9 этаж.
Тел. (3822) 902-901.
Время работы: пн. – сб. 8.00 – 20.00
http://zapuskalov-clinic.ru,
e-mail: info@zapuskalov-clinic.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

в томских медицинских НИИ

НОВЫЙ МЕТОД ТЕРАПИИ ИНФАРКТА

В томском НИИ кардиологии впервые в России разработана и внедрена в клиническую практику технология лечения больных с инфарктом миокарда с помощью отечественного инновационного препарата «Фортелизин».

«Фортелизин» впервые применили в Томске, а также полностью отработали всю технологию комбинированной терапии. Теперь тромболитик может ввести врач скорой помощи при первом же контакте с больным. Препарат разжижает кровь, и через некоторое время можно выполнять стентирование», — пояснил академик РАН Ростислав Карпов.

ОПРЕДЕЛЕН ГЕН УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТИ ДЕТЕЙ

Томский НИИ медицинской генетики провел исследования не описанных ранее мутаций и их влияния на возникновение умственной отсталости у детей, которые открывают путь к созданию лекарств, способных облегчить жизнь маленьких пациентов.

Теперь томские генетики планируют из стволовых клеток получить нейроны и посмотреть, как работают гены, какие изменения происходят в нейронах, можно ли скорректировать эти изменения.

По словам исследователей, если в питательную среду добавлять химические вещества, можно увидеть их действие и реакцию генов, а в перспективе — найти лекарство. Также появляется возможность тестировать препараты на модельной системе линии клеток именно больного человека.

ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ

Компания «Биолит» разработала эффективные растительные парафармацевтики для укрепления сердечно-сосудистой системы

На протяжении нескольких десятков лет компания «Биолит» разрабатывает и производит эффективные лечебно-профилактические продукты на основе растительных и минеральных компонентов Сибири и Алтая. И, конечно, богатейший ассортимент компании включает средства, созданные для здоровья сердца и сосудов.

Использование качественных растительных биоактивных комплексов является очень эффективным методом не только профилактики, но и комплексного лечения острых и хронических заболеваний сердечно-сосудистой системы. Специальные продукты на основе экстрактов и соков лекарственных растений способны не просто снимать симптомы, а воздействовать именно на механизмы развития болезни, помогая организму постепенно избавляться от патологических нарушений и возвращаться в здоровое состояние! Компания «Биолит» имеет огромный опыт разработки и производства таких продуктов. Во многих странах мира тысячи людей с заболеваниями сердца и сосудов по достоинству оценили эффективность и качество продукции «Биолит».

Представляем вашему вниманию несколько «бестселлеров» - продуктов для здоровья сердечно-сосудистой системы, пользующихся стабильным успехом на протяжении многих лет.

«РЕЙШИ-КАН»

Разработке биологическиактивного комплекса «РЕЙШИ-КАН» предшествовало изучение специалистами «Биолита» опыта восточной медицины, где гриб рейши (Ganoderma lucidum, он же Трутовик лакированный) чрезвычайно популярен. Тысячелетиями он используется для восполнения жизненных сил, бодрости, активного долголетия и борьбы со множеством недугов. Сегодня в Китае и Японии гриб рейши выращивается для медицинских целей в промышленных масштабах. «Биолит» использует в производстве дикорастущий гриб рейши, собранный на Алтае. Алтайский гриб – уникален и по ряду свойств значительно превосходит своих собратьев из Японии и Китая.

Лечебные свойства экстракта алтайского гриба рейши были изучены в Томске - в доклинических исследованиях на лабораторных животных, проведенных ООО «Биолит» совместно с Томским НИИ кардиологии (лаборатория экспериментальной кардиологии, под руководством доктора медицинских наук, профессора Л. Н. Маслова).

В ходе исследований было выявлено, что применение экстракта рейши значительно уменьшает размеры зоны омертвения (некроза) клеток миокарда при инфаркте и повышает их устойчивость к кислородному голоданию. Кроме того, выяснилось, что применение экстракта рейши нормализует текучесть крови (реологические свойства), предотвращая избыточное тромбообразование и восстанавливая работу капилляров.

Интересные результаты дали клинические исследования «РЕЙШИ-КАН», которые проводились на базе НИИ клинической и экспериментальной лимфологии СО РАМН (г. Новосибирск) под руководством академика РАМН В. И. Коненкова. Изучалась эффективность и безопасность применения БАД «РЕЙШИ-КАН» на фоне гипотензивной терапии у пациентов с нестабильной артериальной гипертонией.

Выяснилось, что у пациентов с гипертонической болезнью курсовое применение стандартных фармацевтических препаратов в комплексе с «РЕЙШИ-КАН» привело к более эффективному снижению как систолического, так и диастолического давления. Это позволило избежать увеличения дозировки или назначения дополнительных медикаментозных средств. Кроме того, в ходе исследований был отмечен выраженный седативный (успокаивающий) эффект «РЕЙШИ-КАН». У пациентов произошло снижение частоты сердечных сокращений, улучшился сон, снизились тревожность и нервная возбудимость. Это очень важно для больных с гипертонической болезнью, так как психологический фактор играет серьезную роль в возникновении и прогрессировании данного заболевания.

Исследователи отметили очень хорошую переносимость продукта и отсутствие побочных реакций, что позволяет рекомендовать БАД «РЕЙШИ-КАН» для профилактики, а также в комплексном лечении пациентов *с неустойчивой умеренной артериальной гипертензией и сопутствующим нарушением липидного обмена. Применение «РЕЙШИ-КАН» способствует улучшению прогноза заболевания и повышению качества жизни.*

«РЕЙШИ-КАН» также рекомендован для профилактики и комплексной терапии церебрального атеросклероза, ишемической болезни сердца, облитерирующего эндартериита, тромбофлебита, нарушений мозгового кровообращения.

«АРГОЗИД»

Эффективность БАД «АРГОЗИД» изучалась в клинике Томского НИИ кардиологии.

Исследования показали, что «АРГОЗИД» обладает общеукрепляющим, гипотензивным, антиаритмическим действиями, восстанавливает обменные процессы в сердечной мышце, успокаивает нервную систему и благотворно влияет на кровоток. У женщин климактерического возраста «АРГОЗИД» эффективно предупреждает развитие ишемической болезни сердца.

«АРГОЗИД» рекомендован для профилактики и усиления эффекта медикаментозной терапии при:

- начальной артериальной гипертонии и гипертонической болезни I-II степени;

- ишемической болезни сердца и недостаточности кровообращения;

- нарушении обменных процессов в сердечной мышце, атеросклерозе, состояниях после инфаркта;

- функциональных нарушениях работы сердца.

«МАРИКАД»

БАД разработан на основе вытяжки из икры морских ежей специалистами ООО «Биолит» в сотрудничестве с учеными Тихоокеанского научно-исследовательского института рыбного хозяйства и океанографии (ТИНРО). Икра морских ежей - наиболее популярный продукт среди японцев, которые занимают первое место в мире по продолжительности жизни.

«МАРИКАД» обладает свойством снижать отложения холестерина в стенках сосудов, уменьшает риск образования тромбов и оказывает полезное регулирующее влияние на работу сердца и сосудов, благодаря высокому содержанию редких незаменимых жирных кислот, особенно Омега-3.

Для более широкого комплексного действия в состав продукта, кроме гидролизата икры морских ежей, были включены растительные экстракты: зизифоры, манжетки, виноградных косточек и аронии - известные своим оздоровительным действием на сердечно-сосудистую систему.

Благодаря совокупности свойств, «МАРИКАД» оказывает *гипотензивное, сосудоукрепляющее и противоотечное действия, способствует восстановлению нормального сердечного ритма, улучшает питание и обменные процессы в миокарде.*

«МАРИКАД» эффективен в комплексной терапии и профилактике:

- пограничной артериальной гипертонии, гипертонической болезни I-II степени, симптоматической гипертензии;

- ишемической болезни сердца и недостаточности кровообращения;

- нарушений обмена в сердечной мышце;

- атеросклероза;

- состояний после инфаркта миокарда, инсульта;

- синдрома вегетативной дисфункции по гипертоническому и кардиальному типам;

- нейроциркуляторной (вегетососудистой) дистонии;

- венозной недостаточности, варикозной болезни, артериита, тромбофлебита, васкулита и других заболеваний сосудов, состояний после перенесенных операций на сосудах;

- атеросклероза, гиперхолестеринемии.

На правах рекламы.

«Рейши-кан»

СОСТАВ: экстракт гриба рейши; сухие концентраты ягодных соков облепихи, клюквы; клетчатка из шрота облепихи и клюквы, оболочки пшеницы и семян лопуха; стевиозид.

В составе рейши найдены знаменитые бета-глюканы, обладающие выраженными противоопухолевыми и противовоспалительными свойствами. Продукт богат протеинами, эргостеринами, полисахаридами, ценными органическими кислотами, витаминами, микро- и макроэлементами.

«РЕЙШИ-КАН» улучшает обмен веществ, снижает уровень холестерина и может использоваться больными сахарным диабетом. Биоактивные вещества рейши оказывают мощное нормализующее действие на иммунную систему, противоаллергическое, антибактериальное, противовирусное, антиоксидантное, гепатопротекторное и умеренное болеутоляющее действия, улучшают реологические свойства крови и препятствуют тромбообразованию, повышают эффективность использования кислорода клетками, способствуют снижению артериального давления при артериальной гипертонии. Употребление «РЕЙШИ-КАН» способствует повышению умственной и физической работоспособности, повышению устойчивости организма человека к негативному воздействию различных неблагоприятных факторов окружающей среды.

«Аргозид»

СОСТАВ: экстракты травы пустырника, зизифоры, манжетки, плодов калины, боярышника, шишек хмеля.

Продукт богат флавоноидами, полифенолами, витаминами, антиоксидантами.

«АРГОЗИД» способствует защите сердца, сосудов и всего организма от токсичного действия свободных радикалов, оказывает успокаивающее действие, снижает нагрузку на сердце, улучшает текучесть крови, восстанавливает работу капилляров, предотвращает образование тромбов, нормализует липидный состав крови и артериальное давление, восстанавливает ритм сердца.

«Марикад»

СОСТАВ: гидролизат икры морских ежей, сухие экстракты травы манжетки, травы зизифоры, ягод аронии, виноградных косточек, аэросил («белый уголь»).

Является источником ценных жирных кислот, антиоксидантов, витаминов, микромакроэлементов.

Комплекс веществ вытяжки из икры морских ежей обеспечивает мощное антиоксидантное действие, нормализует обмен холестерина, регулирует процессы тромбообразования, активирует процессы кроветворения.

«МАРИКАД» применяется при стенокардии, гипертонии, улучшает коронарное кровообращение, снижает вязкость крови, риск возникновения атеросклероза.

Продукт обладает спазмолитическими свойствами и укрепляет капилляры.

Приобрести БАДы и др. продукцию «Биолит» можно в ИЦ АРГО (http://argo.rpo.ru), в аптеках и магазинах города, а также в фирменных магазинах «Биолит» по адресам:
• пр. Ленина, 93 (остановка «Главпочтамт»),
• пр. Комсомольский, 58, павильон № 1 (Фрунзенский рынок, остановка «Дом книги»).
Сайт - http://biolit.ru,
тел.: 8 (3822)25-02-67, 8-901-612-02-67.

Сервис «ДОСТАВКА НА ДОМ»!

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

НА здоровье! №4, апрель, 2015 г. http://medgazeta-tomsk.ru valantonova@yandex.ru

КАК УЛУЧШИТЬ РАБОТУ МОЗГА И ПОВЫСИТЬ НАСТРОЕНИЕ **БЕЗ МЕДИКАМЕНТОВ**?

В психологическом центре «Стратегия» предлагают уникальный запатентованный метод генерации «альфа-ритмов», позволяющий наладить работу головного мозга, прийти в согласие с внешним миром и научиться спокойно реагировать на его раздражители.

Науке известно, что головной мозг излучает электромагнитные волны разных частот, которые регистрируются с помощью специального прибора — электроэнцефалографа. Слаженная работа организма, хорошее самочувствие зависят от согласованной работы мозга, а их нестабильность неминуемо сказывается на психологическом и физиологическом состоянии.

В течение дня у человека преобладают бета-ритмы, ночью во время сна — дельта- и тета-ритмы. Альфа-ритмы возникают, когда мы закрываем глаза и начинаем расслабляться. Именно они отвечают за покой, восстановление и равновесие. В «альфа-состоянии» человеческий мозг продуцирует больше бета-эндорфинов, энкефалинов, отвечающих за радость, стрессоустойчивость и уменьшение боли.

На приеме в центре «Стратегия» клиентам при помощи электроэнцефалографа сначала проводят диагностику мозга. Результаты обрабатываются на компьютере при помощи специального программного обеспечения, таким образом вычисляются индивидуальные альфа-ритмы человека. Затем на эти ритмы накладывается расслабляющая музыка. Клиент слушает в наушниках индивидуальную коррекционную программу, его частотные характеристики синхронизуются с альфа-ритмами, и в итоге деятельность головного мозга нормализуется.

Чтобы подтвердить эффективность метода, специалисты центра сравнивают энцефалограмму, сделанную во время первого приема, с энцефалограммой после нескольких таких сеансов. Для того чтобы физически ощутить изменение своего состояния, клиенту необходимо ежедневно прослушивать запись в течение 2-3 месяцев.

Данный способ показан для преодоления депрессивных состояний человека, при неврологических состояниях, при коррекции эмоционального выгорания, при задержке речевого развития и гиперактивности у детей.

Способ восстановления ритмической активности мозга разработан на основе многолетних исследований в экспериментальной лаборатории Стерлитамакской государственной педагогической академии Республики Башкортостан (патент №2306852).

Приглашаем всех желающих познакомиться с действенным методом. Восстановление альфа-ритма – Ваш путь к психическому, физическому и социальному здоровью.

ул. Карла Ильмера, 10/1,
www.alfastimul.ucoz.ru,
тел.: 8-913-858-08-07,
8-906-949-29-91.

На правах рекламы.

ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

СЕРДЦЕ ОТДАЮ ДЕТЯМ

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Когда сыну Николаю исполнилось 3 месяца, Кривоногова стала анализировать и систематизировать материал для докторской диссертации, которую защитила в 2007 году. Тема нашла полную поддержку у профессора Матвеевой.

Вот эта черта - ставить перед собой цель, идти к ее достижению, не оглядываясь на скептиков, определяет всю деятельность нашей героини. А содружество науки и практики удачно сочетается в ее родном детище.

Центр - детище

Задуманный ею центр «Здоровая мама – крепкий малыш» потребовал очень многого: нужно было заручиться поддержкой не только коллег-медиков, но и представителей исполнительной и законодательной власти.

Необходимо было найти помещение, оборудовать его, подобрать коллектив. Не сразу все получилось. Но ее убежденность, проработанность проекта, наличие уже практического опыта по работе с беременными женщинами и с детьми на разных площадках в детсадах сыграли свою роль.

> Татьяна Кривоногова: «Нужно всегда идти вперед – и не оглядываться назад. Когда несешь в мир позитив, теплые чувства – мир тебе откликнется тем же!»

- Я благодарна за поддержку экс-губернатору Виктору Крессу, экс-депутату Чингизу Акатаеву, Алексею Балановскому, бывшему главврачу роддома №1 и заммэра, а также многим другим людям, которые в силу служебных обязанностей или личного неравнодушия помогли родиться нашему центру, - говорит Татьяна Сергеевна.

Сегодня Центру чуть более 20 лет. За это время здесь обследовано почти 3,5 тысячи беременных, имеющих различные соматические заболевания и факторы риска, а также более 16 тысяч детей. Беременность у женщин в 91,5% заканчивается естественными родами.

Центр пользуется большой популярностью не только у томичек, но и жительниц других регионов. Сегодня среди женщин есть такие, кто пришел к Татьяне Сергеевне уже с четвертой, с пятой беременностью. Приходят женщины, которые сами появились на свет под наблюдением доктора Кривоноговой.

- Это огромное счастье и удовлетворение от работы, когда женщины успешно рожают, причем здоровеньких, смышленых ребятишек, - делится директор центра. – Когда я беру на руки такого малыша – ощущение, что он мне очень близкий, родной человечек!

Центр хорошо известен специалистам Сибири. Он является практической базой для кафедры педиатрии ФПК и ППС СибГМУ (слушатели факультета приезжают на учебу со всего региона от Урала до Дальнего Востока), а также для кафедр клинической психологии НИ ТГУ и ТГПУ.

Как профессор медуниверситета Татьяна Сергеевна несет большую нагрузку: помимо занятий со слушателями она участвует в проведении многих конференций, симпозиумов; издает научные труды и методические пособия.

Много забот у нее в Центре и в детсадах, на базе которых Кривоногова ведет занятия с детьми с ограниченными возможностями. Тем не менее она всегда в хорошем настроении, прекрасно выглядит, бодра и энергична.

На вопрос, в чем секрет успешной женщины, она ответила так: «Нужно всегда идти вперед – и не оглядываться назад. Себя не жалеть, не лениться – но любить. Когда несешь в мир позитив, теплые чувства – мир тебе откликнется тем же!».

В апреле она отметит юбилей, и за этими словами – жизненный опыт состоявшегося профессионала и счастливой женщины.

Валентина АНТОНОВА

Томский НИИ кардиологии
кабинет
магнитно-резонансной томографии

Самые современные методы магнитно-резонансной томографии в первом в Томской области кабинете МРТ (основан в 1995 г.): новейший и лучший МР-томограф Vantage Titan производства Toshiba Medical, низкопольный открытый МР-томограф Magnetom Open для страдающих клаустрофобией, опытные врачи — доктора и кандидаты медицинских наук.

- БЫСТРАЯ ВЫДАЧА РЕЗУЛЬТАТОВ в цифровой (CD-ROM) и пленочной формах
- ИССЛЕДОВАНИЯ У ВСЕХ КАТЕГОРИЙ ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ (даже с момента рождения)
- НИЗКИЕ ЦЕНЫ

Работаем с 8.00 до 18.00, при необходимости и позднее!

На правах рекламы.

Г. Томск, ул. Киевская, 111-а, НИИ кардиологии, кабинет МРТ.
Тел.: (3822) 55-71-49, (3822) 56-10-50 (консультация заведующего).

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

КОМЕСТРА-ТОМЬ
страховая корпорация

Страхование от клещевого энцефалита, болезни Лайма и ЭРЛИХИОЗА

Лиц. С №1867 70 ФССН.
На правах рекламы.

- Для коллективов - **СКИДКИ.**
- Страховая сумма (профилактика, диагностика, лечение, обеспечение медикаментами, санаторное восстановление) за счет «Коместры» -

500 000 рублей!!!

закажи полис на сайте **www.komestra.tomsk.ru**

НОВАЯ ПРОГРАММА
«ВЕСЕННИЙ ОБЕРЕГ. ВСЕ ВКЛЮЧЕНО»

Офисы «Коместры» в г. Томске:
- **пр. Фрунзе, 115, тел. 44-00-88,**
- **ул. Красноармейская, 103, тел. 51-72-48.**

Офис «Коместры» в г. Северске:
пр. Коммунистический, 94,
тел. (3823) 52-47-07.

На правах рекламы.

компания Реклама Онлайн
агентство полного цикла

Все виды рекламы. Все регионы РФ и СНГ.

Пресса, Радио, ТВ, Транспорт, Метро, BTL/Промо, Интернет, Наружка

(812) 401-64-64
(495) 737-54-64
(383) 227-64-64
www.reklama-online.ru

ООО «Группа компаний «Реклама Онлайн», г. Новосибирск, ул. Немировича-Данченко, 104, ОГРН 1105476018361.

Сервисный центр "МЕЛФОН"

На правах рекламы

импортные
СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Тел.: 62-41-70, 8-903-915-69-76.
e-mail: office@melfon-70.ru, http://melfon-70.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

У ГАЗЕТЫ «НА ЗДОРОВЬЕ!» НОВЫЙ САЙТ - http://medgazeta-tomsk.ru

На нем можно найти выпуски газеты в формате PDF с 2007 года. Постоянны разделы «О газете», «Рекламодателям», «Поиск по сайту». На главной странице - статьи из последнего номера. В рубриках размещаются все опубликованные материалы, начиная с 2014 года.

Читайте нашу газету в печатном и электронном вариантах!

Газета «На здоровье!», №4 (192), апрель, 2015 г. Газета зарегистрирована Западно-Сибирским региональным управлением регистрации и контроля за соблюдением законодательства РФ в области печати и средств массовой информации Государственного комитета Российской Федерации и печати. Свидетельство о регистрации №Г-01509 от 23.04.1998 г.

Учредитель, издатель, главный редактор — В. А. Антонова. Юр. адрес издателя и редакции: г. Томск-55, ул. 30-летия Победы, 5-12. т/ф. 49-24-07. e-mail: valantonova@yandex.ru. Верстка и дизайн — М. А. Антоновой. Ответственность за содержание материалов несут авторы. За содержание рекламы — рекламодатели. Мнение редакции необязательно совпадает с мнением авторов.

Газета отпечатана в ЗАО «Пресса» (г. Томск, ул. Дальне-Ключевская, 62). Номер подписан 06.04.2015. Время подписания в печать: по графику — 18.00, фактическое — 18.00. Газета распространяется бесплатно. Заказ №3857. Тираж — 5 000 экземпляров. Дата выхода в свет: 06.04.2015 г.