НА здоровье!

Читайте "На здоровье!" и будьте здоровы!

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

Ежемесячная газета для пациентов и врачей 12+

Издается с января 1998 г. Выходит в первую неделю месяца.

№ 7-8 (175) ИЮЛЬ-АВГУСТ, 2013 г.

ОЛИМПИЙСКИЕ УСПЕХИ МЕДИКОВ

В честь Дня медицинского работника состоялась традиционная XXIV Летняя спартакиада работников здравоохранения. В ней приняли участие примерно 3,5 тысячи человек, объединенных в 32 команды из разных медицинских учреждений. Спартакиада стала настоящим праздником физической культуры, коллективной поддержки и прекрасного настроения!

Мероприятие началось с парада участников соревнований. Стройными, разноцветными колоннами с флагами, перетягами участники прошли круг почета на стадионе «Победа».

Организаторами спартакиады выступили: обком Профсоюза работников здравоохранения, Департамент по молодежной политике, физической культуре и спорту Томской области, Департамент здравоохранения Томской области. Представители этих организаций пожелали всем участникам новых спортивных рекордов.

Непосредственное проведение соревнований возлагалось на судейскую коллегию, которую неизменно возглавляет Наталья Никитина, член Президиума обкома Профсоюза, ответственная за спортивно-массовую работу, преподаватель областного медицинского колледжа.

(Окончание на 2-й стр.)

НА КОМПЛЕКСНОЙ ОТРАСЛЕВОЙ СПАРТАКИАДЕ

Круглогодичная комплексная отраслевая спартакиада профсоюза работников здравоохранения включала состязания по плаванию, шахматам, стрельбе, волейболу, лыжам, настольному теннису, дартсу.

• В первой подгруппе (организации численностью более 300 человек) **первое место** занял коллектив СибГМУ, **на втором месте** – НИИ кардиологии СО РАМН, **на третьем** – ОКБ.

• Во второй подгруппе (организации численностью до 300 человек) **на первом месте** спортсмены Областной туберкулезной больницы, **на втором** – Областного медицинского колледжа, **на третьем** – Областного физкультурного диспансера.

НА ЛЕТНЕЙ МЕЖРАЙОННОЙ СПАРТАКИАДЕ

28 июня состоялась районная Летняя спартакиада работников здравоохранения в с. Бакчар. Ее организаторами выступили обком Профсоюза работников здравоохранения ТО, администрация и ЦРБ Бакчарского района.

Команды из пяти районов (примерно 70 человек) соревновались во встречной легкоатлетической эстафете, прыжках в длину с места, дартсе, стрельбе из пневмовинтовки, мини-футболу и веселой эстафете. Победителем признана Бакчарская ЦРБ (главный врач Наталья Мазур, председатель профкома Алексей Мальцев), на втором месте – Кривошеинская ЦРБ, третье место присуждено Чаинской ЦРБ. Шегарская и Молчановская ЦРБ поделили 4 и 5 места.

Магнитно-Резонансная Томография

Тысячи томичей выбрали нас за:
- Качество и скорость обслуживания
- Профессионализм врачей
- Точность результатов
- Современное оборудование

ЛДЦ МИБС
Нас рекомендуют близким!

Ул. Рабочая, 21 (Больница скорой помощи).
Звоните: (3822) 66-11-11, 66-11-00,
без выходных, с 7.00 до 23.00.

ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ. НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ.

ОТКРЫТОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО
МЕДТЕХНИКА

- Медицинское оборудование:
  - Поставка
  - Монтаж
  - Ремонт
  - Сервисное обслуживание
- Изделия медицинского назначения
- Медицинские товары для населения

На правах рекламы.

ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Ул. Источная, 6 (ост. «Главпочтамт»), тел./факс: 51-21-84, 51-20-41;
ул. Усова, 37 (ост. «Магазин «Юбилейный»), тел./факс: 54-03-17.

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.)

На правах рекламы.

Офис: пр. Ленина, 94, офис 408,
тел./факс: 510-738, 512-278,
511-865, 514-199, 516-708
e-mail: delrus@mail.tomsknet.ru.

Сервисный центр: пр. Мира, 13/3.
тел./факс - 620-811,
e-mail: delrusservice@mail.tomsknet.ru.
http://www.delrus.ru

ОЛИМПИЙСКИЕ УСПЕХИ МЕДИКОВ

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Особенностью спартакиады этого года стали изменения в порядке участия в соревнованиях: чтобы получить зачет, из 7 обязательных видов состязаний можно было выбрать 5. Участники состязались в эстафетах «Малышок» (3-5 лет и 5-7 лет) и «Юность» (8-14 лет), семейных стартах, беге, прыжках в длину с места, стритболе, гиревом спорте, перетягивании каната, ходьбе на ходулях.

Особенно активно проявили себя юные чемпионы. Всем участникам детских забегов, независимо от результатов, были вручены сладкие призы.

По итогам общекомандного **первенства в первой подгруппе (организации численностью более 300 человек)** первое место занял коллектив Областной клинической больницы. На втором месте – активная и дружная участница подобных соревнований – команда НИИ кардиологии СО РАМН. Третье место присуждено коллективу роддома №4, что свидетельствует о возросшей активности спортсменов этого ЛПУ.

Во **второй подгруппе (организации численностью до 300 человек)** впервые лидером стал коллектив Областного противотуберкулезного диспансера. За ним следует команда роддома №1, а на третьем месте дебютанты – представители Областного бюро судебно-медицинской экспертизы.

Судья соревнований Наталья Никитина так прокомментировала итоги состязаний:

- За спортивными достижениями стоит кропотливая организационная работа лидеров профсоюзных организаций учреждений и ответственных за спортивно-массовую работу, которые являются капитанами команд. Обычно эти люди сами занимаются спортом и активно вовлекают в эти занятия коллег. Хочу отметить работу профсоюзного активиста ОКБ Александра Журавлева, заведующего отделением токсикологии, кандидата медицинских наук. Он мастер спорта по плаванию, активно занимается другими видами спорта. В профорганизации НИИ кардиологии за спортивную работу отвечает заведующий отделением Сергей Демьянов, он увлекается волейболом, лыжами, легкой атлетикой.

На летней спартакиаде команда медицинского университета была четвертой в своей подгруппе, а в комплексной круглогодичной отраслевой спартакиаде стала впервые лидером! Это весомое достижение для коллектива СибГМУ.

Большой сюрприз преподнесла команда Областного бюро судебно-медицинской экспертизы. Она впервые приняла участие в спартакиаде и сразу оказалась в числе бронзовых призеров в своей подгруппе (председатель профорганизации Наталья Фоминцева).

Стоит отметить постоянных активных участников летней и круглогодичной спартакиад, которые имеют большой потенциал. Это коллективы Областной туберкулезной больницы, Областной психиатрической больницы, Центра гигиены и эпидемиологии, МСЧ №2.

Организацией спортивно-массовой работы в коллективах традиционно занимаются профсоюзы. Эта работа дает хорошие результаты, что подтверждают высокий уровень проведения соревнований и массовость участников. Спорт, занятия физической культурой должны быть неотъемлемой частью здорового образа жизни людей в белых халатах.

«На наших спартакиадах, которые проводятся в течение всего года, активисты, с одной стороны, демонстрируют свои возможности, а с другой – привлекают к этим занятиям новых участников. Забота о здоровье членов своих коллективов – одна из главных задач профсоюзов. Все участники состязаний были отмечены Благодарственными письмами, победителям вручены дипломы и кубки, денежные премии»,- отметила председатель обкома Профсоюза работников здравоохранения ТО Наталия Букреева.

Она поблагодарила главных врачей ЛПУ, обеспечивших участие коллективов в мероприятии.

Валентина АНТОНОВА

На правах рекламы.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ОТ ХАРТМАНН

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА ДЛЯ УХОДА ЗА РАНАМИ

1 Обработать руки дезинфицирующим средством
2 Промыть рану антисептическим средством
3 Подсушить рану и кожу вокруг раны стерильной салфеткой
4 Наложить на рану стерильную мазевую асептическую повязку
5 Наложить впитывающую салфетку
6 Зафиксировать повязку бинтом или пластырем, или наложить самоклеющуюся впитывающую повязку.

БРАНОЛИНД Н
ранозаживляющая атравматичная повязка с антисептическим действием

КОСМОПОР Е
самоклеящаяся стерильная впитывающая повязка

ПЕХА-ХАФТ
бинт, который не нужно завязывать

КОСМОС
воздухопроницаемый пластырь для небольших ран

СТЕРИЛЛИУМ
профессиональный антисептик для кожи рук.

HARTMANN

Бесплатная горячая линия ПАУЛЬ ХАРТМАНН: 8 800 505 12 12 Сайт: www.перевязка-рана.рф

10 ЛУЧШИХ МЕДУЧРЕЖДЕНИЙ ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Пациенты в анкетах назвали лучшие, по их мнению, лечебно-профилактические учреждения нашей области.

Лучшим учреждением здравоохранения, по мнению пациентов, стала детская городская больница № 4 города Томска. В топ-10 также вошли роддом № 1, городская больница скорой медицинской помощи, областной перинатальный центр, детская городская больница № 1, Первомайская ЦРБ, МСЧ «Строитель», МСЧ № 1, детский центр восстановительного лечения и Молчановская ЦРБ.

Инициатором опроса выступил Совет главных врачей Томской области. Анкета, цель которой — выявить удовлетворенность пациентов качеством и доступностью медицинской помощи, размещена на сайте областного департамента здравоохранения в августе 2011 года.

«За это время в голосовании приняли участие около 12 тысяч человек, — подчеркнул председатель Совета главных врачей Томской области, главврач ОКБ Михаил Лукашов. — Выявились явные лидеры отрасли, некоторым из них уже во второй раз в День медицинского работника мы вручили сертификаты доверия. Но, помимо анкетных данных, мы получили от своих пациентов массу конструктивных предложений и откликов».

Анкету «Оцени работу своей поликлиники» может заполнить любой житель Томской области. Если нет доступа к Интернету, можно позвонить на «горячую линию» департамента здравоохранения Томской области: 516-616 (бесплатный для жителей Томска) и 8-800-350-8850 (бесплатный звонок для жителей районов Томской области).

(Информации из открытых источников).

НОВЫЙ ПОРЯДОК ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

В 2013 году на территории Томской области, как и в других регионах, проходит всеобщая диспансеризация взрослого населения.

Если раньше она проводилась только для работающего населения, то с 2013 года ее добровольно могут пройти все жители России в возрасте от 21 года до 99 лет. Хотя диспансеризация носит название «обязательной и всеобщей», по факту она имеет добровольный характер. Все осмотры и анализы в рамках диспансеризации будут бесплатны, но обязательно нужно будет предоставить полис медицинского страхования.

Медики будут проверять взрослых, начиная с 21 года, один раз в 3 года. Дети будут проходить обследования ежегодно, углубленная диспансеризация у детей – в 1 год, 3 года, 6 и 7 лет, 10 лет, 14, 15, 16 и 17 лет.

Проходить диспансеризацию люди будут в тех поликлиниках, к которым они прикреплены согласно полису медицинского страхования (то есть по месту жительства или по месту работы).

Перечень осмотров и исследований очень широкий, туда входят и анализы крови, и УЗИ, и осмотры врачей-специалистов. Диспансеризация будет проводиться в два этапа: первый этап – скрининг, и второй этап – дообследование. Первый этап будет включать заполнение анкеты, содержащей 40 пунктов. В ней вы ответите на вопросы о своем самочувствии и имеющихся вредных привычках.

Если вы желаете проверить свое здоровье в рамках обязательной диспансеризации населения, то вам нужно обратиться к своему участковому врачу-терапевту.

Все данные о состоянии вашего здоровья запишут в «Паспорт здоровья», который до следующей диспансеризации будет храниться у вас.

Летние впечатления сбережет Cosmos
Cosmos – для всех, кто любит лето

Cosmos®

Сибирское лето - такое долгожданное и такое короткое... Когда до него остается совсем немного, мы торопим время и заранее начинаем приготовления.
Велосипеды, ролики, теннисные ракетки и пляжные коврики, пикники у костра и длительные прогулки – все это уже ждет нас, обещает подарить незабываемые впечатления, наполнить жизнь радостью солнца, движения и ... возможностью получить травму.

Ушибы, ссадины, порезы и мозоли – неизменные спутники летних развлечений, активных игр и любимых босоножек.
Чтобы эти мелкие травмы не испортили лучшие моменты Вашего лета, компания PAUL HARTMANN разработала серию защитных пластырей Cosmos.
Позаботьтесь, чтобы летом с Вами был Cosmos. И Cosmos позаботится о Вас.

Aqua / Аква
Для длительных водных процедур (душ, бассейн, море и т.д.)

Hydro-Active / Гидроактивный
Облегчает боль, ускоряет заживление мозолей

Water-resistant / Водостойкий
Для кратковременного контакта с водой

Sport / Спорт
Полиуретановый слой смягчает давление на рану

Sensitive / Сенситив
Для особо чувствительной кожи

Textile Elastic / Текстильный эластичный
Для округлых частей тела и сгибов

Comfort / Комфорт
Антисептический с хлоргексидином; сочетает свойства водостойкого и эластичного пластыря

Kids / Детский
С весёлыми картинками

Classic / Классический
С перфорацией для усиленной воздухопроницаемости

Гипоаллергенные
Не приклеиваются к ране
Удаляются безболезненно
Не раздражают кожу
Воздухо-проницаемые

БЕСПЛАТНАЯ ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ 8-800-505-12-12
www.перевязка-рана.рф

HARTMANN

На правах рекламы.

Сервисный центр "МЕЛФОН"

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. НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ.

На правах рекламы.

БАЗА «ОБСКОЙ ВЕТЕРОК»-
прекрасное место для отдыха

- Располагается в 50 км от г. Томска в экологически чистом хвойном лесу на берегу реки Оби, на охраняемой территории, обработаной от клещей.
- Расселение: 2-х местные комнаты, летние домики на 5-6 человек.
- Стоимость проживания 1 человека за 1 сутки - 300 руб.

Телефон для справок 556-116.

Газета «На здоровье!» 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 и главный редактор В.А. Антонова. Юр. адрес издателя и редакции: г. Томск-55, ул. 30-летия Победы, 5 – 12. тел. 8 913-802-49-52, e-mail: valantonova@yandex.ru. Верстка и дизайн — М. Антоновой.

Ответственность за содержание материалов несут авторы. За содержание рекламы — рекламодатели. Мнение редакции необязательно совпадает с мнением авторов. Газета отпечатана в ЗАО «Пресса» (Томск, ул. Дальне-Ключевская, 62).

Номер подписан 4.07.2013. Время подписания в печать: по графику — 18.00, фактическое – 18.00. Газета распространяется бесплатно. Тираж 5 000 экземпляров. Заказ № 4624. Дата выхода в свет: 4.07.2013 г.

Клиника профессора
ЗАПУСКАЛОВА

Комплексный подход в лечении органа зрения

- Офтальмология – комплексная диагностика и лечение
- Детский эндокринолог
- Эндокринолог
- Аллерголог-иммунолог
- УЗД органа зрения
- Невролог
- Психотерапевт
- Физиотерапевт
- Медицинский массаж
- Забор крови на анализы

На правах рекламы.

АДРЕС: ул. Мокрушина, 9, строение 16, бизнес-центр «ВЕРТИКАЛЬ», 9 этаж.
ЧАСЫ РАБОТЫ: понедельник, вторник, четверг, суббота - 8.00–20.00 среда, пятница 9.00–20.00 – дни ребенка.
ТЕЛЕФОНЫ ДЛЯ СПРАВОК: 41-19-19, 93-33-19.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

БЕЗОПАСНОСТЬ И КОМФОРТ- НАШИ ПРИОРИТЕТЫ!

Туристическое агентство «Спэйс» - одна из крупнейших и надежных компаний Томска в сфере туризма на рынке более 15 лет!

Деятельность компании направлена на оказание услуг по организации различных видов отдыха, как корпоративного, так и индивидуального.

Особое направление в деятельности-детские **программы, которые предполагают оздоровление целых групп детей в санаториях России и за рубежом.** Акцент делается на безопасности и хороших условиях пребывания детей. Поэтому в нашем штате сотрудников работают опытные специалисты: врачи и вожатые. Детские программы — это наша гордость!

В 2013 году наши дети посетят:
- детский санаторий «ВИТА», г. Анапа;
- детский летний лагерь на Мальте;
- международный детский лагерь «Мистрал-2», Болгария;
- международный лагерь в Греции;
- спортивный лагерь в Китае;
- «Пражские каникулы», Чехия;
- лечебный центр для лечения детей с ортопедическими заболеваниями и ДЦП, Китай.

Уже готовы новые программы и направления:
- зимние каникулы для детей и подростков в Англии, США, Канаде;
- языковые курсы для взрослых и детей в различных странах мира — Англия, США, Канада, Новая Зеландия, Австралия, Мальта, Франция, Ирландия;
- обучение в вузах и рабочие стажировки за границей.

Для взрослых мы предлагаем зарубежные туры во все доступные точки земного шара. Но предлагаем мы только то, что уже сами посетили и что действительно знаем.

Что бы вы ни выбрали — активные отдых в горах или морское побережье - наша компания всегда рада предложить вам восхитительные пляжи, свежий воздух, чистое море, живописные горы и дикую природу. Вас ждут Турция, Вьетнам, Китай, Египет, Европейские страны, паломнические туры, автобусные туры по Европе! Вы можете совершить незабываемые путешествия по Хорватии и Черногории. Эксклюзив этих предложений — прямые вылеты из Новосибирска. Весь мир открыт для вас. Одно из приоритетных направлений — экскурсионные программы по Томску и области для гостей города.

Но хорошо отдохнуть можно и не уезжая за границу, ведь наша сибирская природа тоже по-своему замечательна! Насладиться ею вы можете, побывав на нашей собственной базе отдыха «Озерный рай». Если вы устали от городской суеты, хотите расслабиться душой и телом, вам непременно нужно побывать в «Озерном рае», где вы сможете хорошо провести время в уютной гостинице или палатках, вдохнуть чистый воздух и искупаться в прозрачной воде озер. Рыбалка, баня, шашлыки, развлечения ждут вас в «Озерном рае»! И самое главное — здесь вам всегда рады!

База находится неподалеку от села Мельниково, и вам потребуется немного времени, чтобы добраться от автовокзала до места назначения — лишь спуститься по дороге к Оби.

Обращайтесь к нам, и наши опытные менеджеры сделают все, чтобы, вернувшись из путешествия, дальнего или ближнего, вы сказали: «Отдых прошел на отлично!»

Адрес турагентства «Спэйс»:
г.Томск, ул. Елизаровых, 21-а,
тел.: (3822) 42-61-01, 42-17-62.
Заявку можно отправить на russia@spacetravel.tomsk.ru

На правах рекламы.

На правах рекламы.

НОВЫЙ ПРЕПАРАТ

STOP диарея

Стопдиар
нифуроксазид

Диарея - не повод расставаться с друзьями!

Гедеон Рихтер

- **Быстро и мягко устраняет причину диареи**
- **Не нарушает кишечную флору**
- **Разрешен детям с 7 лет и беременным**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

НИИ кардиологии Сибирского отделения РАМН

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)**
- **САМЫЕ НИЗКИЕ ЦЕНЫ (бесконтрастное исследование головного мозга - 1800 руб.; бесконтрастное исследование позвоночника -1800 руб.)**

Работаем с 8.00 до 18.00 при необходимости и позднее!

На правах рекламы.

г. Томск, ул. Киевская, 111-1, НИИ кардиологии СО РАМН, кабинет МРТ.
Тел. (3822) 55-71-49, (3822) 56-10-50 (консультация заведующего).

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.