

на

Читайте "На здоровье!"
и будьте здоровы!



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

на здоровье !

Ежемесячная газета для врачей и пациентов

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

№ 11 (145) НОЯБРЬ, 2010 г.



ПОБЕДИТЕЛИ ФАРМКОНКУРСА

(Материал об этом читайте на 3-й стр.)

В конце октября были подведены итоги открытого конкурса профессионального мастерства «Фармпредприятие-2010».

На снимках: директор ООО «Аптека Вита» Олег Иванников получил золотой диплом и статуэтку победителя в номинации «Работодатель года» из рук заместителя губернатора Томской области по социальной политике Владимира Самокиша; победитель в номинации «Лучший топ-менеджер» Светлана Ефремова (ООО «Аптека Вита») и победитель в номинации «Менеджер высшего звена» Юрий Грушаков (ООО «Живая аптека»).

УНИВЕРСАЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ КОМПАНИИ «ТОПАЗ»

ООО «ТОПАЗ» - российская компания, поставляющая изделия медицинского назначения и медицинское оборудование в лечебные учреждения Томска, Томской области и других регионов России.

- В ассортименте широко представлены различные материалы для всех областей современной хирургии.
- ЛитАр - универсальный полусинтетический биодеградирующий композитный имплантат нового поколения, представляющий собой интегрированную систему из коллагеновых или альгинатных волокон и выращенных на них по запатентованной технологии наноразмерных кристаллов гидроксоапатита. Материал эффективно восстанавливает дефекты разных тканей организма в соответствии с нормальным анатомическим строением, то есть в том объеме и в той форме, в которых была ткань до возникновения дефекта (имеются в виду негенетические дефекты), независимо от типа ткани: костная, хрящевая, ткани внутренних органов, миокард сердца, волокна периферических нервов.



Наш адрес: Томск, ул. Нахимова, 13/6,
факс (3822) 42-16-54, тел. 41-45-79.
e-mail: Alextopaz@mail.tomsknet.ru.

На правах
рекламы.



ОТКРЫТОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО
МЕДТЕХНИКА

На правах
рекламы.

✓ Медицинское оборудование:

- Поставка
- Монтаж
- Ремонт
- Сервисное обслуживание

✓ Изделия медицинского назначения

✓ Медицинские товары для населения



Товары и услуги подлежат обязательной сертификации

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

Эксклюзивный
дистрибутор



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.

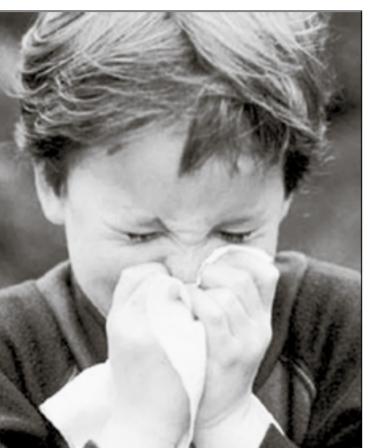
Офис: пр. Ленина, 94, офис 408,
тел./факс: 511-865,
514-199, 516-708,

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

Успехи, достигнутые в XX веке в области профилактической медицины, способствовали заметному снижению целого ряда инфекционных заболеваний. Вместе с тем продолжают оставаться серьезной проблемой здравоохранения для большинства стран мира в третьем тысячелетии острые респираторно-вирусные инфекции, и в первую очередь грипп.

Так, в Российской Федерации, по официальным данным, ежегодно в среднем экономический ущерб от ОРВИ и гриппа составляет около 77% всего ущерба от инфекционных болезней. Гриппозные эпидемии не всегда можно предсказать, время их возникновения и структура очедного штамма вируса практически не прогнозируются.

Осенью 2009 года эпидемиологическая ситуация по заболеваемости гриппом на территории РФ явилась одной из критических по странам в связи с появлением и масштабной циркуляцией нового штамма вируса гриппа A/California/04/2009 (так называемый вирус свиного гриппа). Эпидемия началась на Дальнем Востоке и быстро распространилась по всей территории РФ. Отличалась охватом всех городов и возрастных групп населения. В отличие от предыдущих эпидемических сезонов, когда наибольшее число тяжелых случаев гриппа регистрировалось у детей до 5 лет и пожилых лиц старше 65 лет, первая волна эпидемии, вызванной пандемическим вирусом гриппа, привела к высокому уровню смертности среди лиц, средний возраст которых составил 39 лет. В Томской области в 2009 г. всего было зарегистрировано около 252,5 тыс. случаев ОРВИ и гриппа, из них в период эпидемического роста заболеваемости (осенью) в 806 случаях был лабораторно подтвержден пандемический грипп. Особенно тяжело переносили грипп бере-



менные женщины, пациенты в возрасте 18–39 лет с сопутствующей патологией, не получившие сезонной вакцинопрофилактики против гриппа и поздно начавшие принимать противовирусные препараты.

Несмотря на длительные и серьезные исследования проблем гриппа и других ОРВИ, особые трудности связаны с профилактическими мероприятиями. Большое значение имеет планомерное и систематическое оздоровление организма. Это и организация рационального режима дня (достаточный сон, полноценный отдых), и рационального питания с дополнительной витаминизацией пищи, а, возможно, и профилактическим приемом витаминных комплексов, закаливание и физическое воспита-

УРОКИ ПАНДЕМИИ ГРИППА

ние (контрастное воздушное или водное закаливание, массаж).

Хороший профилактический эффект дают растительные адаптогены и биогенные стимуляторы (экстракт элеутерококка, заманихи, лимонника китайского, аралии, корня женьшена и др.). Но наиболее эффективным методом снижения заболеваемости гриппом и смертности от него является вакцинация.

Вакцинированные реже болеют бронхитом, пневмонией, обострением бронхиальной астмы и других хронических бронхолегочных заболеваний. Вакцинация снижает смертность от гриппа на 41%. Сегодня на фармацевтическом рынке имеется целый ряд отечественных и зарубежных вакцин против гриппа, причем в этом году все они приготовлены из актуальных штаммов вируса гриппа, в том числе штамма гриппа A/California/04/2009 (отечественные вакцины ГРИППОЛ и ГРИППОЛ ПЛЮС, зарубежные ВАКСИГРИПП, ИФЛЮВАК, ФЛЮАРИКС и др.).

Наиболее безопасными являются субъединичные вакцины, к числу которых относятся вакцины российского производства ГРИППОЛ. О высокой безопасности противогриппозных вакцин говорит тот факт, что их можно использовать лицам с хронической патологией, с иммунодефицитом и корицами женщинам. Защитный эффект вакцинации сохраняется в течение 6–12 месяцев. Другими средствами профилактики этих

инфекций являются противовирусные средства, которые рекомендуются назначать при подозрении или установленном контакте с больным ОРВИ.

В качестве препаратов для профилактики гриппа и других ОРВИ рекомендуются природные интерфероны: гриппферон, интерферон человеческий лейкоцитарный. В последние годы стали широко с этой целью использовать индукторы интерферонов, которые активируют естественную противовирусную защиту организма, оказывают антиоксидантный и иммуномодулирующий эффект (АРБИДОЛ, ЦИКЛОФЕРОН, НЕОВИР,



Елена КЛИМАНОВА:
«Вакцинация снижает заболеваемость не только гриппом, но и ОРЗ, вызванных другими респираторными вирусами».

КАГОЦЕЛ и др.). С целью профилактики некоторые препараты можно принимать длительно, в течение всего эпидсезона. К другим средствам профилактики относится наш отечественный препарат РЕАФЕРОН-ЕС-ЛИПИНТ (производства ЗАО «Вектор-Медика», который продемонстрировал высокую профилактическую эффективность у детей старше 7 лет и взрослых (возможно применение 2 раза в неделю в течение 4 недель). Выбор профилактического средства

Елена КЛИМАНОВА,
доцент кафедры
ФПК и ППС СибГМУ,
внештатный инфекционист
Управления здравоохранения
 администрации г. Томска.

зависит от индивидуальных особенностей организма, возраста и желания самих людей.

Министерство здравоохранения и социального развития,

а также органы надзора в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по РФ в 2010–2011 годах прогнозируют более масштабную, возможно, более тяжелую по своим последствиям новую волну ОРВИ и гриппа. Поэтому каждый человек должен подумать о сохранении своего собственного здоровья и здоровья нации в целом. К возможному новому витку заболевания ОРВИ и гриппом необходимо подготовиться и практическому здравоохранению области и г. Томска.

Для повышения знаний по актуальной проблеме в октябре департаментом здравоохранения Томской области, СибГМУ и кафедрой инфекционных болезней ФПК и ППС (зав. кафедрой профессор К.И. Чуйкова) была проведена научно-практическая конференция «Уроки пандемии гриппа А (H1N1) 2009 и подготовка к новому эпидсезону» для врачей разных специальностей города и области, которая напомнила о трудностях, с которыми пришлось столкнуться медикам в прошлом эпидсезоне и методах борьбы с гриппом и мерах его профилактики на современном этапе.

АНАФЕРОН помогает сократить длительность и интенсивность таких симптомов заболевания, как головная боль, лихорадка, насморк, кашель. Кроме того, препарат способствует повышению иммунитета, что позволяет избежать осложнений и последующих заболеваний.

Кроме того, лекарственный препарат АНАФЕРОН способствует мобилизации иммунной системы и помогает избежать заболеваний, если начать его принимать заблаговременно, для профилактики.

Проконсультируйтесь со специалистом, уточните возможные противопоказания.

АНАФЕРОН – ПОМОЖЕТ ЗАБЫТЬ О БОЛЬНИЧНОМ!

Консультации по применению препарата вы можете получить по телефону: (095) 688-92-07 с 10.00 до 17.00 по рабочим дням.

Сайт - www.anaferon.ru

Рег. № 000372/01-2001 и Р №003362/01.

На правах рекламы.

«Заложенный» нос, опухшее горло, раскальвающаяся от боли голова... Казалось бы, обычная простуда! Но она способна выить нас из колеи как минимум на неделю. А если болеть совершенно некогда? Есть ли способ избежать этого совсем или выбрать из болезни с минимальными потерями?

ВСЕ НА БОРЬБУ С ПРОСТУДОЙ И ГРИППОМ!

Недавно отечественными учеными был создан препарат АНАФЕРОН, в основе которого – сверхмалые дозы белка, который естественным образом повышает иммунную защиту организма, мобилизует его тем самым на борьбу с непрощеной болезнью.

Препарат изначально создавался для частоболеющих детей, которым не рекомендованы сильнодействующие

синтетические препараты для взрослых и назывался АНАФЕРОН детский. Его назначение – укрепление иммунитета, профилактика и лечение гриппа. Сейчас выпускаются уже два препарата – АНАФЕРОН ДЕТСКИЙ для детей и АНАФЕРОН для взрослых пациентов.

АНАФЕРОН помогает сократить длительность и интенсивность таких симптомов заболевания, как головная боль, лихорадка, насморк, кашель. Кроме того, препарат способствует повышению иммунитета, что позволяет избежать осложнений и последующих заболеваний.

Кроме того, лекарственный препарат АНАФЕРОН способствует мобилизации иммунной системы и помогает избежать заболеваний, если начать его принимать заблаговременно, для профилактики.

Проконсультируйтесь со специалистом, уточните возможные противопоказания.

АНАФЕРОН – ПОМОЖЕТ ЗАБЫТЬ О БОЛЬНИЧНОМ!

Консультации по применению препарата вы можете получить по телефону: (095) 688-92-07 с 10.00 до 17.00 по рабочим дням.

Сайт - www.anaferon.ru

Рег. № 000372/01-2001 и Р №003362/01.

На правах рекламы.

ЗАЩИТИ СВОЮ КОЖУ ОТ ЗАСУХИ!

Наша кожа постоянно подвергается воздействию различных неблагоприятных факторов, которые могут ослабить ее защитный барьер, сделать сухой и ранимой.

Для устранения и профилактики сухости кожи рекомендуется применять смягчающие и увлажняющие средства (эмоленты), восстанавливающие кожный барьер и предотвращающие потери воды.

Традиционные косметические средства образуют на поверхности кожи водонепроницаемую пленку и временно восстанавливают структуру верхних липидных слоев (за счет содержания вазелина, парафина и т.д.).

Наиболее современные средства содержат липиды, идентичные натуральным и присущие только здоровой коже. Липиды, которые содержатся в специальных косметических композициях, используются кожей как строительный материал при синтезе новых липидов, встраиваясь в липидный барьер.

Для людей с тяжелым нарушением эпидермального липидного барьера, в первую очередь связанным с такими заболеваниями, как атопический дерматит, икситоз, синильный ксероз и т.д., требуется более интенсивное восстанавливющее средство – Локобейз Рипея. Его уникальный состав позволяет быстро восстановить липидный барьер и обеспечить кожу необходимыми компонентами. Как правило, достаточно нанести тонкий слой Локобейз Рипея на сухие участки кожи один раз в течение суток, например, вечером.



кожи и частого использования в течение дня (от 1 до 4 раз в зависимости от необходимости). Локобейз Рипекрем особенно рекомендуется тем, чья кожа часто контактирует с водой. Например, всем, кто ежедневно может посещать с по мощью различных моющих средств или просто посещает душ.

Для людей с тяжелым нарушением эпидермального липидного барьера, в первую очередь связанным с такими заболеваниями, как атопический дерматит, икситоз, синильный ксероз и т.д., требуется более интенсивное восстанавливющее средство – Локобейз Рипея. Его уникальный состав позволяет быстро восстановить липидный барьер и обеспечить кожу необходимыми компонентами. Как правило, достаточно нанести тонкий слой Локобейз Рипея на сухие участки кожи один раз в течение суток, например, вечером.

Приобрести препараты и получить дополнительную консультацию по их использованию вы можете в сети аптек «САНО»:

АПТЕКА (САНО)

Наш сайт - <http://aptekasanou.ru>.

На правах рекламы.

КАК НЕ ЗАБОЛЕТЬ В ПЕРИОД ЭПИДЕМИИ ГРИППА?

Первыми от гриппа и других ОРВИ страдают люди с ослабленным иммунитетом – правило, это дети и пожилые. Дети болеют в 3 раза чаще, чем взрослые. Поэтому профилактика ОРВИ и гриппа среди детского населения остается актуальной проблемой.

Чтобы защитить себя и ребенка от гриппа необходимо применять средства экстренной профилактики. Особое место среди многочисленной группы противо-вирусных средств занимают препараты интерферона – естественного агента иммунной системы, координирующего защиту организма от любых инфекций.

РЕАФЕРОН-ЕС-ЛИПИНТ®

липосомальная пероральная форма рекомбинантного интерферона альфа-2



Включен в перечень лекарственных средств государственного резерва на случай эпидемии гриппа А(H1 N1)

(информационное письмо Росздравнадзора №01 И-Я 5/09 от 08.06.2009).

Своевременно позаботьтесь о профилактике,

По результатам исследований, проведенных в ГУ НИИ гриппа РАМН (Санкт-Петербург), прием препарата Реаферон-ЕС-Липинт 2 раза в неделю снижает риск заболевания гриппом. ОРВИ в 3 раза.

в случае заболевания выбирайте правильное лечение.

Эффективность применения Реаферон-ЕС-Липинта для лечения гриппа и ОРВИ доказана исследованиями Военно-медицинской академии г. Санкт-Петербурга: прием препарата по рекомендованным схемам в 2 раза сокращает длительность заболевания и частоту развития осложнений.

Более подробно о Реафероне-ЕС-Липинте на сайте WWW.LIPINT.RU

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ К ПРЕПАРАТУ.

Рег. №000821/01 от 19.03.07, ЛСР-00001 от 20.03.07, ЗАО "Вектор-Медика", т. (383)363-32-96.

«НОКСПРЕЙ» –

Ваш верный помощник на пути избавления от насморка

«НОКСПРЕЙ» не просто облегчает носовое дыхание и сохраняет природную влажность слизистой оболочки носа, но и предотвращает серьезные осложнения насморка!

1 Высокая эффективность
Препарат «НОКСПРЕЙ» содержит в качестве действующего вещества оксиметазолина гидрохлорида, который обладает сосудосуживающей активностью и действует до 12 часов, а также эфирные масла. Благодаря такому составу «НОКСПРЕЙ» обладает не только способностью надолго снимать отек слизистой оболочки носа, но и целым рядом дополнительных лечебных свойств. Так, ментол, камфора, эвкалипт проявляют антибактериальную и противовирусную активность, которую усиливает бензилоксалонид гидрохлорид, стимулирует местный иммунитет слизистой оболочки носа за счет усиления выработки лизоцима, интерферона, секреторного иммуноглобулина класса А, сохраняют ее природную влажность, способствуют восстановлению дренажной функции мерцательного эпителия, стимулируют процессы его регенерации.

Кроме того, природные эфирные масла «НОКСПРЕЙ» благоприятно влияют на обоняние, способствуя его восстановлению, стимулируют дыхательный центр, повышают устойчивость слизистой оболочки носа к гипоксии, предохраняют ее от раздражения и чрезмерного высыпания.

Имеются противопоказания. Требуется консультация специалиста.

Рег. №ЛС-01064 от 23.12.2005. На правах рекламы.

Спрашивайте в аптеках вашего города!



«Синий утес» - живописная здравница Сибири



Директор санатория
Юрий Максимов.



Санаторий «Синий утес» - место не просто любимое томичами, но ставшее легендой. На протяжении 46 лет Дом отдыха работал как известная сибирская здравница, а последние 15 лет - как один из лучших санаториев края. Расположенный в живописном месте, на территории особого охраняемого памятника природы, «Синий утес» привлекает к себе многочисленных отдыхающих.

Популярность санатория «Синий утес» обусловлена его близким местонахождением от города (15 километров) и удачным расположением на высоком живописном берегу реки Томи, где всегда свежий воздух с ароматами сосны и кедра; а также наличием ряда уникальных природно-лечебных факторов (артезианской воды и сапропелевых грязей).

Благодаря поддержке администрации санатория руководством СХК и ЗАТО Северск «Синий утес» приобрел современный облик и продолжает отстраиваться и развиваться. Сегодня санаторий состоит из двух жилых корпусов на 176 отдыхающих и лечебно-профилактического аквацентра. Сейчас идет строительство еще одного корпуса для от-

дыхающих, а также соляной пещеры для лечебных процедур.

Отдых с пользой для здоровья

Санаторий «Синий утес» предлагает отдыхающим для проживания 1-, 2-, 3-местные номера, а также люксы и полулюксы. Во время отдыха за здоровьем каждого будут наблюдать высококвалифицированные врачи. Медицинская служба санатория представляет собой штат из 41 специалиста. Возглавляет медицинский коллектив Сергей Комарович. Под его руководством разрабатываются направления лечебной работы.

Санаторно-курортное в санатории «Синий утес» лечение

оказывается по следующим направлениям:

- **акушерство и гинекология,**
- **дерматовенерология,**
- **неврология,**
- **педиатрия,**
- **ревматология,**
- **кардиология,**
- **терапия,**
- **травматология,**
- **физиотерапия,**
- **рефлексотерапия,**
- **УЗ-диагностика,**
- **эндокринология,**
- **аллергология**
- **иммунология,**
- **гастроэнтерология,**
- **психотерапия,**
- **профпатология,**
- **восстановительная медицина.**

Находясь на лечении, отдыхающие могут получить консультации и помочь хирурга, гинеколога, психолога, психотерапевта, гастроэнтеролога, педиатра, физиотерапевта, врача ЛФК, рефлексотерапевта и косметолога.

Специалисты разработают оздоровительную программу и назначат процедуры. Для диагностики состояния здоровья здесь функционирует современная база: УЗИ органов брюшной полости и мочеполовой системы проводится аппаратом «ALOKA-500», есть глюкометр «SMART SCAN», аппарат для диагностики по методу Фолля «Мини-эксперт ДТ», электрокардиограф «HEART MIRROR 1 IKO», аппарат для общей магнитотерапии.

Каждого пациента наблюдает лечащий врач, который проводит осмотр 1 раз в 3-4 дня. Это позволяет корректировать комплекс лечения в зависимости от динамики состояния организма. В лечебный комплекс входят запатентованные медицинские технологии:

- лечение с помощью пресноводных бессульфидных средних и высокозольных лечебных сапропелевых грязей озера Кирек;
- гликолечение (голубая, розовая, красная и белая глины);
- лечение пиявками;
- лечение с использованием минеральных вод: «Чажемто», «Ессентуки-2, 4», «Карабинская»;
- лечение с применением нафталановой 10% эмульсии для ванн, биофита (рассола) для ванн; средства для ванн серии «Тонус+».

Кроме лечения, здесь предусмотрено домашнее 4-5-разовое питание, специальное диетическое меню. Помимо традиционных напитков, предлагают фиточай по собственным оригинальным рецептам из алтайских трав, а также кислородные коктейли.

Восстановительная терапия предполагает грязелечение, водные процедуры, гальванизацию, электрофорез, ультразвуковую терапию, магнитотерапию. Опытные массажисты предложат не-

сколько видов массажа: классический, сегментарный, точечный, бионический, гинекологический, стоун-терапию. На постоянной работе работают 6 специалистов, а в летний сезон их количество увеличивается. Лечебная физкультура включает в себя групповые и индивидуальные программы, терренкур, тренажеры, саунотерапию и популярную в последнее время аквагимнастику, о которой следует сказать отдельно.

Развлекательная программа

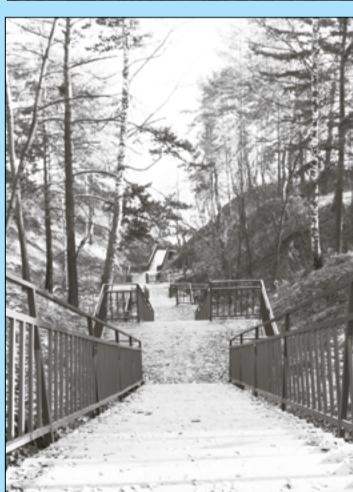
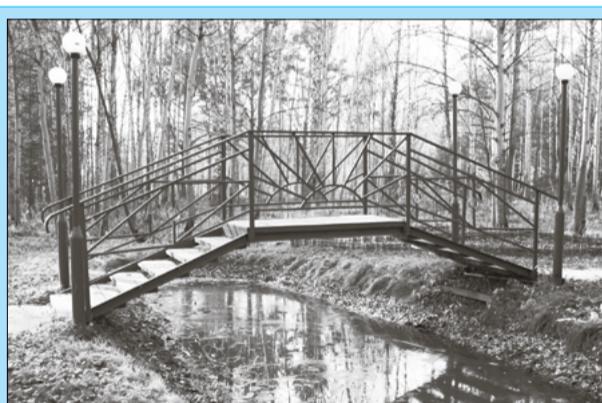
К удовольствию отдыхающих в санатории регулярно проводятся развлекательные мероприятия: культурно-массовые вечера, киносеансы, конкурсы, викторины, дискотеки. С концертами на «Синий утес» приезжает томский симфонический оркестр, различные хоровые коллективы, танцевальные ансамбли. Раз в неделю организуются выездные экскурсии по культурно-историческим местам Томска, поездки в областной театр драмы.

Для активного отдыха предусмотрены спортивные площадки, а зимой заливают каток. Коньки могут взять напрокат и покататься не только отдыхающие, но и приезжие томичи.

Санаторий «Синий утес» рад всем отдыхающим. Это прекрасное место как для продолжительного отдыха, так и для проведения праздника. Здесь есть все необходимое для обслуживания банкетов практически любого масштаба: юбилея, корпоративного торжества, свадьбы и многое другое.

Софья НЕЗАМЕСОВА.

Минимальный срок лечения путевки – 12 дней (также можно приобрести на 14, 16 и 21 день). Есть путевки «выходного дня» и «Мать и дитя». По вопросам приобретения путевок обращайтесь по телефону: 95-43-41.



Парковый ансамбль

Территория санатория представляет собой парковый ансамбль со множеством живописных уголков природы. Большое внимание сотрудники «Синего утеса» уделяют благоустройству мест для прогулок. На входе в санаторий стоит «королевская» карета, в которой очень любят фотографироваться молодожены. Напротив первого корпуса расположилась стилизованный «деревенька» с бутафорским колодцем, шала-

шом, тележкой и корзинками. Ближе к реке можно увидеть мостик через искусственный ручей. Говорят, что если загадать желание, проходя по мосту, оно непременно сбудется, а если жених перенесет на руках невесту, то их ждет счастливая и богатая жизнь.

Спуститься к самой Томи можно по длинной лестнице, которую построили в этом году по инициативе директора санатория Юрия Максимова.