

Единый стандарт безопасности

Депутаты Мосгордумы предлагают установить требования к деятельности по временному присмотру за несовершеннолетними, в частности, к работе детских игровых зон, расположенных в торговых-развлекательных центрах. Соответствующий проект федерального закона, разработанный московским парламентом, будет внесен на рассмотрение Государственной Думой. Документ предусматривает наличие у сотрудников игровых комнат медицинских книжек, отсутствие судимостей. Само помещение и игрушки должны соответствовать санитарно-эпидемиологическим требованиям.

Прорыв в будущее



Московский инновационный кластер (объединение субъектов деятельности из различных отраслей) раскроет потенциал столичной экономики. Цель его создания – разработка и внедрение новых технологий, обеспечение координации деятельности в сфере промышленности, науки, образования, ИТ и др. По мнению столичных парламентариев, принятый ими Закон «Об инновационном кластере города Москвы» даст новый импульс развитию высокотехнологичных производств, а также позволит создать новые рабочие места. Внедряющим передовые технологии предприятиям власти предоставляют серьезные преференции и льготы.

Незаменимая паутина



К 2024 году метро будет в шаговой доступности у 94% москвичей. Для реализации данной цели столичным бюджетом запланирован 561 млрд руб. Это позволит построить 134 км новых линий метро, 55 новых станций, 5 электродепо, произвести реконструкцию одного депо.

Удаленный доступ

Москвичи смогут отдать свой голос на выборах депутатов столичного парламента осенью текущего года через Интернет. В Госдуму РФ внесен законопроект «О проведении эксперимента по организации и осуществлению дистанционного электронного голосования на выборах депутатов Московской городской Думы седьмого созыва». Округа, в которых будет апробирован пилотный проект, уточняются.

ШАР ЗДОРОВЬЯ



№ 3 (60)
март 2019

#ВместесВами

Периодическое ежемесячное информационно-публицистическое издание



СРОЧНО В НОМЕР!

На связи с городом

Жители мегаполиса постоянно вынуждены сталкиваться с проблемами, характерными для большого города: не хватает магазинов в шаговой доступности, возле дома слабое освещение, недостаточно парковочных мест, мало детских досуговых учреждений. Приходится тратить большое количество времени на попытки разобраться, у кого попросить помощи, где проходят границы ответственности тех или иных городских служб, территориальных органов власти, каковы их полномочия.

Безусловно, зона наших интересов по повышению уровня комфорта и безопасности находится в первую очередь в том районе, где мы постоянно проживаем. Основным уполномоченным органом власти здесь является управа. Она находится ближе всего к людям и первой реагирует на их жалобы и предложения. Главные задачи управы – создавать и поддерживать порядок в районе, обеспечивать непрерывную и продуктивную работу всех подчиненных учреждений, поддерживать благосостояние граждан, защищать их интересы. Важно отметить, что управа напрямую контролирует деятельность управляющих компаний и служб ЖКХ. Самой, пожалуй, известной из них является «Жилищник».

Чтобы дать возможность москвичам ближе познакомиться с работой городских структур, депутат Мосгордумы по избирательному округу № 36 Оль-

га Викторовна Шаропова реализует проект «Один день с управой». «Шар здоровья» решил подробно узнать об этой инициативе.

— **Ольга Викторовна, расскажите в чем актуальность Вашего проекта? Как он реализуется?**

— Многие годы работы в сфере охраны общественного здоровья привели к пониманию, что только постоянный и честный диалог рождает доверие и продуктивное взаимодействие. Этому принципу я следую и в своей депутатской деятельности. На еженедельных встречах с москвичами я часто сталкиваюсь с тем, что люди не понимают, в чьей компетенции находится решение их вопроса. Попав не в ту инстанцию, такие обращения начинают блуждать между городскими службами в поисках конечного ответственного лица. Проблема замораживается на неопределенный срок. Как следствие, у жителей возникает раздражение, недоверие к органам власти. Мне очень хочется помочь людям, сделать так, чтобы они воочию увидели, как функционируют городские структуры, что делается для решения обозначенных ими проблем.

На основании поступивших обращений я решаю, какие вопросы требуют оперативного визуального контроля, личных переговоров с уполномоченными лицами, и строю маршрут через соответствующие учреждения и объекты.

Окончание на стр. > 4

ЮГО-ЗАПАД СЕГОДНЯ



Первый в столице бесплатный пункт стерилизации бездомных животных открылся на Ленинском проспекте, д. 86. Ежедневно в Москве рождаются сотни неустраиваемых котят и щенков, которые в большинстве случаев оказываются на улице из-за безответственности и жестокости хозяев. Вырастая, они продолжают приносить потомство, а значит, численность бездомных животных продолжает расти из года в год. В одних только 13 московских приютах для животных содержится около 16 тыс. собак и 700 кошек. Стерилизация – единственный гуманный способ решения проблемы, неотъемлемая часть проявления заботы по отношению к своему питомцу. В ветеринарных клиниках данная услуга стоит дорого и зачастую не по карману владельцам четвероногих. Поэтому спрос на бесплатные операции высок. Получить консультацию или записаться на прием в пункт стерилизации можно по телефону: 8 (495) 664-41-62.



На улице Наметкина столичные власти планируют построить новый подземный пешеходный переход, призванный упростить многие пешеходные маршруты, что, например, позволит быстрее добраться до ближайших станций метро «Калужская» и «Новые Черемушки». По информации официального сайта Москомархитектуры, в проекте учтены условия для комфортного перемещения маломобильных категорий граждан: в переходе будут установлены лифты, слабовидящим москвичам поможет сориентироваться напольная тактильная плитка.



Какие экологические профессии появятся в будущем? В чем их важность? На эти и многие другие вопросы о сохранении экосистем на планете москвичи смогут узнать в научно-познавательном досугово-семейном центре «Экопарк будущего», открытие которого запланировано в 2020 году в ландшафтном заказнике «Теплый Стан». В парке предусмотрены четыре тематических павильона: «Атмосфера», «Вода», «Почва», «Свет». Кроме этого будет выпущена Белая книга Москвы – уникальное издание, предназначенное для детей с полной или частичной потерей зрения. Она расскажет школьникам об особо охраняемых природных территориях столицы, редких видах животных, растений и грибов, которые можно встретить в городе, правильном экологическом поведении и бережном отношении к природе.

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

**ПОЛЕЗНО
ЗНАТЬ
ОСТОРОЖНО,
ГАЗ!**



> 2

**ВРАЧЕБНЫЙ
КОНСИЛИУМ
ОБЕЗВРЕЖИВАЕМ
ЯЗВУ ЖЕЛУДКА**



> 6

**РЕЗОНАНС
КУДА
ПОЕХАТЬ ЗА
ЗДОРОВЬЕМ?**



> 7

СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА

В рамках депутатской деятельности ко мне обращаются москвичи с просьбой помочь в получении той или иной социальной льготы, разъяснить порядок предоставления. Чтобы необходимая информация была достоверной, я обратилась за помощью в ее подготовке к специалистам Управления социальной защиты населения по Юго-Западному округу, которая и публикуется в данной рубрике.

Депутат МГД О.В. Шарапова

Инвалидность можно оформить при условии, если имеется:

- нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеванием, последствиями травм или дефектами;
- ограничение жизнедеятельности (полная или частичная утрата гражданином способности или возможности осуществлять самообслуживание, самостоятельно передвигаться, ориентироваться, общаться, контролировать свое поведение, обучаться или заниматься трудовой деятельностью);
- необходимость в мерах социальной защиты, включая реабилитацию и абилитацию.

Решение о признании инвалидом принимается по результатам медико-социальной экспертизы (МСЭ).

В зависимости от состояния здоровья взрослым присваивается I, II или III группа инвалидности, детям до 18 лет – категория «ребенок-инвалид».

Направления на медико-социальную экспертизу выдают медицинские организации. Поэтому за направлением на МСЭ лучше всего обращаться к лечащему врачу либо к главному врачу медицинской организации. После того как получено направление, необходимо записаться на медико-социальную экспертизу в бюро МСЭ.

ОФОРМЛЕНИЕ ИНВАЛИДНОСТИ

Чтобы записаться на медико-социальную экспертизу, вам понадобятся:

- заявление (может быть заполнено как самим гражданином, так и его представителем);
- документ, удостоверяющий личность (оригинал и копия);
- направление на МСЭ, выданное лечащим врачом;
- трудовая книжка (оригинал и копия);
- профессионально-производственная характеристика с места работы – для работающих граждан;
- медицинские или военно-медицинские документы, свидетельствующие о со-

стоянии здоровья гражданина (амбулаторная карта, выписки из стационаров, заключения консультантов, результаты обследования, красноармейская или военная книжка, справка о ранении и другое);

- СНИЛС;
- если документы будет подавать представитель – доверенность на представителя и его паспорт.

В некоторых случаях могут понадобиться дополнительные документы.

Заявление о проведении медико-социальной экспертизы может рассматриваться до одного месяца со дня подачи заявления.

Медико-социальная экспертиза проводится в бюро МСЭ по месту жительства. В некоторых случаях МСЭ может проводиться:

- в Главном бюро МСЭ в случае обжалования им решения бюро, а также по направлению бюро в случаях, требующих специальных видов обследования;

● в Федеральном бюро МСЭ – в случае обжалования им решения Главного бюро МСЭ в случаях, требующих особо сложных специальных видов обследования;

- на дому – если гражданин не может явиться в бюро (Главное бюро МСЭ, Федеральное бюро МСЭ) по состоянию здоровья, что подтверждается заключением медицинской организации, или в стационаре, где гражданин находится на лечении, или заочно по решению соответствующего бюро.

В ходе экспертизы специалисты бюро изучат представленные документы, проведут анализ социально-бытовых, профессионально-трудовых, психологических и других данных.



Решение о признании инвалидом или об отказе в признании инвалидом принимается простым большинством голосов специалистов, проводивших медико-социальную экспертизу, на основе обсуждения результатов медико-социальной экспертизы. По итогам составляется акт медико-социальной экспертизы. Кроме того, специалисты бюро после проведения медико-социальной экспертизы подготовят для вас индивидуальную программу реабилитации и абилитации (ИПРА).

Необходимый пакет документов для ребенка:

- заявление (дети старше 14 лет заполняют и подписывают заявление самостоятельно, за детей младше 14 лет – законные представители);
- документ, удостоверяющий личность (для детей младше 14 лет – свидетельство о рождении, для детей старше 14 лет – паспорт);
- направление на МСЭ, выданное лечащим врачом;
- медицинские документы, свидетельствующие о со-

стоянии здоровья гражданина (амбулаторная карта, выписки из стационаров, заключения консультантов, результаты обследования – обычно выдаются врачом, выдавшим направление на МСЭ);
- СНИЛС;
- паспорт родителя или опекуна;
- опекуну (представителю органа опеки и попечительства) – документ об установлении опеки.

Гражданину, признанному инвалидом, выдаются:

- справка, подтверждающая факт установления инвалидности, с указанием группы инвалидности;
- индивидуальная программа реабилитации или абилитации (ИПРА). Гражданину, не признанному инвалидом, по его желанию выдается справка о результатах медико-социальной экспертизы.

Датой установления инвалидности считается день поступления в бюро

заявления о проведении МСЭ. Инвалидность устанавливается до 1 числа месяца, следующего за месяцем, на который назначено проведение очередной МСЭ (переосвидетельствования).

Переосвидетельствование инвалидов I группы проводится 1 раз в 2 года, инвалидов II и III групп – 1 раз в год, а детей-инвалидов – 1 раз в течение срока, на который ребен-

ку установлена категория «ребенок-инвалид».

Переосвидетельствование может быть проведено заблаговременно, но не более чем за 2 месяца до истечения установленного срока инвалидности.

Если инвалидность установлена без указания срока переосвидетельствования либо если переосвидетельствование необходимо провести ранее уста-

новленного срока, оно может проводиться:

- по личному заявлению инвалида (либо его законного или уполномоченного представителя);
- по направлению медицинской организации в связи с изменением состояния здоровья;
- при осуществлении Главным бюро МСЭ, Федеральным бюро МСЭ контроля за решениями, принятыми соответственно бюро, Главным бюро МСЭ.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

ПАМЯТКА ПО ПРАВИЛАМ ПОЛЬЗОВАНИЯ ГАЗОМ В БЫТУ

Ответственность

Ответственность за безопасное пользование бытовыми газовыми приборами в квартирах и за их содержание возлагается на собственников и нанимателей помещений!



Ремонт газового оборудования производится работниками Службы Сервиса АО «Мосгаз» на платной основе.

Лица, пользующиеся газом, обязаны:

- содержать в чистоте газовые плиты, водонагреватели, котлы;
- проверять тягу до включения и во время работы приборов;
- не закрывать краны газовых стояков в квартирах первого этажа;
- не разрешать детям пользоваться газовыми приборами;
- по окончании пользования закрыть краны на приборах и перед ними;
- при неисправности вызвать работников службы «Мосгаз»: 8 495 660-20-01;
- следить за состоянием гибкого шланга (должен быть сертифицирован);
- допускать в квартиру работников службы «Мосгаз» в любое время суток;
- при появлении запаха газа прекратить пользование, закрыть краны, открыть форточки, вызвать аварийную службу «Мосгаз» по телефонам: 104 или 112.

Мосгаз напоминает:

- самовольная газификация дома и замена газовых приборов;
- пользование неисправными газовыми плитами, водонагревателями;
- применение открытого огня для обнаружения утечки газа;
- хранение и применение в квартирах баллонов с сжиженными газами

МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ВЗРЫВУ ГАЗА, ПОЖАРУ В КВАРТИРЕ И РАЗРУШЕНИЮ ДОМА!!!

Куда звонить

МОСГАЗ

8 499 613-40-21 ☎
8 499 317-06-18 ☎

Службы внутридомового газового оборудования в Ю3АО

АКТУАЛЬНО



ЗОЖ через МОЛОДЕЖЬ

Без физического и психоэмоционального здоровья человек не способен реализовать заложенный в нем потенциал, полноценно развиваться как личность, достигая значимых целей.

Низкая физическая активность, вредные привычки, стрессы, неблагоприятные экологические условия, неправильное питание и многие другие негативные факторы со временем приводят к возникновению серьезных заболеваний.

Несмотря на активную популяризацию в обществе культуры здорового образа жизни, многие из нас по-прежнему не могут выкроить время для прохождения профилактических медицинских осмотров. А ведь лечить последствия

всегда тяжелее, чем предотвратить появление недугов. Кроме того, тем, кто далек от медицины и спорта, сложно сразу разобраться в том массиве рекомендаций, диет, комплексов физических упражнений, которые широко предлагаются в средствах массовой информации. Что полезно, а что нет? К какому совету в итоге прислушаться?

Для того чтобы помочь москвичам овладеть базисными знаниями о здоровом образе жизни,

информировать, как убеждать от тех или иных опасных болезней, о важности их профилактики и своевременного обращения за помощью к специалистам, Департамент здравоохранения столицы запустил просветительский проект «ЗОЖ через молодежь». Молодые врачи московских больниц проводят интерактивные лекции, семинары, мастер-классы, тренинги по тематикам дней Всемирной организации здравоохранения. Все программы

медики разработали самостоятельно таким образом, чтобы они были максимально интересны и доступны для понимания обычных людей всех возрастов. Однако именно молодежи свойственно расточительно относиться к своему здоровью, поэтому предполагается, что рекомендации, исходящие от сверстников, будут восприняты с должным вниманием.

Молодежный совет ГКБ им. В.В. Виноградова с первых дней присоединился к проекту и полным ходом ведет просветительскую работу на территории Юго-Западного округа. С начала 2019 года молодые врачи провели тематические семинары, посвященные профилактике онкологии, сохранению слуха, которые прошли в больнице в формате дней открытых дверей, в ТЦСО «Ломоносовский», филиал «Обручевский», ТЦСО «Зюзино», филиал «Котловка», общеобразовательных школах № 626, 1995, 1998, 121. И это только начало! Жители округа могут свободно принимать участие в данных мероприятиях. Для этого необходимо всего лишь несколько простых шагов: позвонить по телефону 8-495-103-46-66, узнать: где, когда, на какую тему пройдет следующий семинар, и, конечно, прийти.



«Свое здоровье надо беречь собственными усилиями. Если ты не готов изменить свою жизнь, тебе невозможно помочь».

Гиппократ



ИСТОРИЧЕСКАЯ СПРАВКА



Самый главный праздник года

После завершения Второй мировой войны остро стоял вопрос о восстановлении подорванного здоровья сотен тысяч пострадавших от нее людей, как армии, так и простого народа. Это послужило мощным стимулом для объединения врачей из многих стран мира во Всемирную организацию здравоохранения (ВОЗ). Ее устав был принят 7 апреля 1948 года. Начиная с 1950 года этот день отмечается как Всемирный день здоровья. Наша страна

является полноправным членом организации с момента ее основания. Российские ученые совместно со специалистами ВОЗ занимаются решением проблем здравоохранения, таких как борьба с опасными заболеваниями, эпидемиями, в мировом масштабе. В традицию празднования Всемирного дня здоровья повсеместно входит проведение различных тематических научных конференций и форумов, просветительских лекций и акций, призванных напомнить о важности своевременной заботы о своем здоровье.

● ОТ СЛОВА К ДЕЛУ

Поддержка на каждом этапе

Основной причиной развития сердечной недостаточности у людей является инфаркт, в результате которого снижается сократительная способность сердечной мышцы. Кардиология сегодня достигла больших успехов, у врачей появились новые возможности для лечения пациентов. Возникает парадокс: больных лечат лучше, а людей с сердечной недостаточностью становится больше. Все дело в том, что раньше инфаркт часто приводил к летальному исходу, сейчас же смертность от этого заболевания уменьшилась в разы. Продолжительность жизни увеличилась, но перенесенный инфаркт не проходит бесследно — у пациента развивается сердечная недостаточность, борьбу с которой кардиологи считают важнейшей задачей. Для оказания эффективной и качественной медицинской помощи таким пациентам в 2016 году в ГКБ им. В.В. Виноградова по инициативе администрации больницы, и в первую очередь ее главного врача Ольги Викторовны Шараповой, был создан Центр сердечной недостаточности. В работе Центра участвуют отделение кардиореанимации и отделение кардиологии в тесном контакте с кафедрой внутренних болезней РУДН. Пациент здесь наблюдается как стационарно, так и амбулаторно. Пройдя терапевтический курс лечения непосредственно в больнице, он не остается без внимания специалистов, и выписавшись домой, продолжает приходить на прием к своему врачу, который контролирует его состояние и корректирует при необходимости медикаментозное лечение. Такие контрольные визиты имеют большое значение, ведь они гарантируют, что терапия проводится в нужном направлении. Одна из целей Центра сердечной недостаточ-

ности — научить человека жить со своим заболеванием и правильно заботиться о своем здоровье. Находясь в стационаре, пациенты занимаются в Школе сердечной недостаточности, где врачи объясняют им, как контролировать симптомы, вести дневник состояния, дают рекомендации по режиму питания, по соблюдению водно-солевого баланса, рассказывают о допустимых нагрузках и образе жизни в целом.

Специалистами больницы и сотрудниками кафедры разработаны алгоритмы, по которым можно с точностью оценить текущее состояние пациента.

Основные симптомы сердечной недостаточности, на которые человек обращает внимание, — это одышка, непереносимость нагрузок, общая слабость, отеки конечностей. Все это говорит о наличии застойных явлений в легких, которые лечатся назначением специализированных препаратов. Иногда внешние отеки уходят, но внутренние могут оставаться, и для их диагностирования сотрудники Центра применяют дополнительные методы исследований. Инструментальная оценка наличия жидкости в организме наряду с комплексным подходом в терапии дают свои позитивные результаты в борьбе с сердечной недостаточностью. Огромное значение имеет непрерывный, «бесшовный», подход к лечению пациентов: поступление в стационар, ранний визит после выписки и затем длительное наблюдение. Если же болезнь прогрессирует, то пациента госпитализируют — постоянный контроль дает возможность сделать это вовремя, не допуская развития острых состояний.

Функционирование Центра сердечной недостаточности позволяет не только продлить жизнь большому количеству людей, но и сделать ее более качественной и полноценной.



● ЖДЕМ АИСТА

Вместе с первых дней жизни



Когда малыш появляется на свет, в его организме происходит целый ряд изменений. Поэтому на данном этапе кроме любви и заботы мамы он нуждается в наблюдении опытного врача-неонатолога (занимающегося здоровьем младенцев и новорожденных), который поможет ребенку благополучно адаптироваться к внешней среде.

Работа Детской клиники, ныне располагающейся на ул. Профсоюзная, д. 24, к. 3, началась в 2012 году на базе роддома № 4. После объединения роддома и ГКБ им. В.В. Виноградова клиника превратилась в самостоятельное педиатрическое отделение больницы.

Отличительная особенность Детской клиники в том, что врачи имеют колоссальный опыт, приобретенный за годы работы в одном из лучших роддомов столицы, и двойную специализацию — педиатрия и неонатология. Это большая редкость. На практике далеко не каждый врач-педиатр знает все тонкости и особенности неонатального периода (первые 28 дней жизни).

Преобладающее число пациенток, стоящих на учете по беременности в женских консультациях ГКБ им. В.В. Виноградова, выбирают для своих родов роддом № 4. Для будущих мам врачи Детской клиники проводят курсы подготовки к родам, состоящие из тематических лекций и практических занятий. Все это дает возможность специалистам Детской клиники заранее познакомиться с женщиной, видеть ее непосредственно в процессе родов, продолжать наблюдение малыша после его появления на свет.

Так уж заведено, что каждая мама при выписке из роддома получает сертификат на бесплатную консультацию врача-неонатолога в Детской клинике в течение 30 первых дней жизни малыша. Именно в этот период у родителей возникает огромное количество вопросов по уходу за ребенком, зачастую сложно выбрать клинику, и получается, что

первый месяц выпадает из наблюдения. В результате к врачам попадают детки с недостаточной прибавкой в весе, с затянувшейся желтухой новорожденных или с другими проблемами, которые могли бы быть решены раньше и доставили бы меньше беспокойств родителям, а главное — самому малышу. Услугами Детской клиники предусмотрен и патронаж новорожденного на дому. Ведь до месяца у детей еще недостаточно развит иммунитет, поэтому в этот время лучше избегать появления с ребенком в общественных местах.

В последующем при желании родители могут и дальше наблюдать своего малыша в Детской клинике до возраста 1–3 лет: получить консультации врача-педиатра, узких специалистов, таких как невролог, травматолог, хирург; провести диагностические исследования — УЗИ, нейросонографию, ЭКГ, ЭХО-КГ сердца, клинические анализы крови и вакцинацию согласно календарю прививок.

Кроме этого в Детской клинике давно и успешно реализуется специальная программа поддержки грудного вскармливания. Врачи-неонатологи обладают обширными знаниями причин отсутствия лактации и имеют большой опыт налаживания этого индивидуального для каждой мамы процесса.

Специалисты не только выявят, но и разъяснят причину появления у новорожденного колика, помогут мамам разобраться с поведенческими реакциями ребенка, научат понимать даже по характеру плача о потребностях малыша.

У Детской клиники светлое, просторное, уютное помещение, удобное как для мам, так и для детей, с игровыми уголками, комнатой для пеленания. Расписание приемов построено так, чтобы пациенты как можно меньше пересекались друг с другом.

Медперсонал с большой ответственностью, любовью, заботой относится к работе и всегда рад своим маленьким пациентам.

СРОЧНО В НОМЕР!

На связи с горо

Окончание. Начало на стр. <1

Рабочую поездку по району я совершаю вместе с главой управы. Еще один плюс таких визитов — возможность узнать мнение жителей о происходящих преобразованиях. Все наши перемещения и обсуждения транслируются в прямом эфире на моей официальной странице в социальной сети Фейсбук. Люди могут оставлять комментарии, задавать вопросы. В прямом эфире я могу на них ответить или прошу прокомментировать главу управы.

— На этой неделе мой визит состоялся в Обручевский район. Если говорить о его специфике, это, пожалуй, один из самых динамично развивающихся

районов на территории Юго-Западного округа. За прошедшие 20 лет снесено 86 ветхих пятиэтажных жилых домов. В новые квартиры было переселено более 10 тысяч семей. Причем переселение обречено в основном осуществлялось в районе их проживания. Здесь хорошо развита спортивная инфраструктура: равномерно распределены спортивные площадки, физкультурно-оздоровительные комплексы, стадионы и катки. Однако жители очень просят построить еще один бассейн. Для района с населением более 85 000 человек того одного, что есть, конечно, недостаточно. Есть потребность и в строительстве детской музыкальной школы, капитальном ремонте всех трех поликлиник района.

— Первую остановку в районе я сделала на ул. Новаторов, д. 34, к. 5. Рядом с этим адресом расположен прекрасный народный парк, здесь каждые выходные проходят детские мероприятия, гуляет много молодых мам с колясками, детишек и пожилых людей. Ранее местные жители обратились ко мне с просьбой оградить их от вредного воздействия огромной телевизионной антенны и сопутствующего массивного оборудования, установленного на крыше центрального теплового пункта. Мне, как врачу, отлично известно, насколько опасно постоянное облучение, неизбежно исходящее от подобных приборов. Используя свои депутатские полномочия, я подготовила письмо в адрес заместителя Мэра Москвы по вопросам ЖКХ Петра Павловича Бирюкова с просьбой помочь разрешить вопрос по демонтажу несанкционированного объекта. На встрече жители радостно сообщили мне, что антенну в короткие сроки убрали.

Затем я отправилась в территориальный центр социального обслуживания. На сегодня центр — настоящее место притяжения, в первую очередь для участников программы «Активное долголетие». Жители поделились своими ярки-



ми, позитивными впечатлениями от новых возможностей для личного развития и общения, которые она открывает. Это изучение иностранных языков, компьютерная грамотность, йога и многое другое.

Далее мы направились с визитом в клуб «Надежда». Замечательное досуговое учреждение. За многие годы работы оно очень полюбилось москвичам. В ходе беседы ее директор и основатель Надежда Владимировна Петракова попросила меня поспособствовать благоустройству территории, непосредственно прилегающей к клубу. Его посещает очень много детей, в теплое вре-



НОВОСТИ #ГКБВИН

Дороги, которые мы выбираем

Врач — пожалуй, одна из самых древних, важных для человечества, уважаемых профессий. Она требует высокого чувства ответственности и полной самоотдачи. Процесс овладения знаниями сложный и длительный. Хороший врач — это результат неспящего упорного труда и серьезной самодисциплины. Вступая на путь медицины, очень важно не ошибиться в призвании, не потратить время впустую.

Чтобы дать возможность подрастающему поколению сделать правильный выбор, в ГКБ им. В.В. Виноградова не первый год проходят встречи с учащимися медицинских классов школ юго-запада в рамках программы профориентации — «Моя будущая профессия — врач». Первое мероприятие в этом году состоялось в марте, в нем

приняли участие свыше 160 учеников 8 — 11-х классов. Ребята получили уникальную возможность познакомиться с реальной медициной: увидеть изнутри, как работает больница, вместе с врачами принимать пациентов в приемных отделениях, побывать в перевязочных и операционных, посмотреть вживую, как функционирует современное медицинское оборудование и оказывается высокотехнологичная помощь, познакомиться и пообщаться с врачами, среди которых много молодых, но уже добившихся признания в профессиональной среде специалистов.

Сотрудники больницы старались, чтобы ребята получили истинное представление о разных врачебных специальностях, «примерили» их на себя. Во время практических занятий они с энту-

зиазмом учились делать искусственное дыхание на специальных манекенах-тренажерах. Не менее увлекательными были мастер-классы по наложению гипсовых повязок и «искусству бинтования». Настоящими хирургическими инструментами и иглами ребята зашивали терпеливого ослика и другие мягкие игрушки, стараясь делать все, как истинные хирурги.

Тем, кто хотел испытать себя по-настоящему и погрузиться еще глубже

в профессию, предложили стать участниками проекта «Волонтеры в медицине», который предполагает добровольную помощь медицинскому персоналу в уходе за пациентами. Этот бесценный опыт может ребятам принести правильное решение и облегчит поступление в медицинский вуз. Случайных людей в медицине не бывает.

ГКБ им. В.В. Виноградова скоро вновь распахнет свои радушные двери для юных, горячих сердец.



ДОМ



СТАРТОВАЯ ПЛОЩАДКА ДЛЯ ПРОГРАММЫ РЕНОВАЦИИ: ПЕРЕСЕЧЕНИЕ УЛИЦ ГАРИБАЛЬДИ И АКАДЕМИКА ПИЛЮГИНА

мя года ребята устраивают для местных жителей настоящие праздники с танцевальными и вокальными выступлениями. Сейчас пятачок возле клуба заставлен автотранспортом, кроме того, машины бесконечно курсируют по нему, как по сквозному проезду между жилыми домами. Это представляет угрозу детской безопасности. По моей просьбе глава управы Вячеслав Владимирович Хизирьянов пообещал составить смету на проведение работ по благоустройству данной территории. Я обязательно возьму на контроль реализацию этой нужной инициативы.

Я искренне радовалась тому, как облагородили пешеходную зону, располагаясь в десятках метров от клуба. Более 30 лет здесь работал пункт приема вторсырья. Место было просто антисанитарное. Люди много лет просили его ликвидировать и наконец были услышаны. Теперь здесь есть детские горки, качели, лавочки. Замечательная получилась зона для отдыха.

Пожалуй, самым впечатляющим и интересным стало посещение строящегося дома на стартовой площадке для программы реновации на пересечении улиц Гарибальди и Акаде-

мика Пилюгина. Переезд в новое жилье — огромный стресс для людей. Задолго до этого момента они начинают переживать: куда их переселят, какие будут условия? Страхи понятные и закономерные. Мне удалось побывать в одной из готовых квартир. Квартиры будут сдаваться с полной отделкой: на стенах обои, которые будущие хозяева смогут перекрасить в желаемый цвет, на полу — ламинат, на потолке — люстры, установлены современные межкомнатные двери. Повсюду проведена электропроводка. В кухне предусмотрены розетки для телевизора, вентиляционной вытяжки, в ванной — для стиральной машины. В санузле также сделаны подвесные потолки. Сдача дома запланирована на декабрь 2019 года. Уверена, что новоселы будут очень довольны.

Напоследок я взглянула еще на один строительный объект, правда, в Черемушках. Там тоже строится современный дом по программе реновации с парковкой на 84 машино-места. Хочу отметить, что люди переселяют в близлежащие дома, которые строятся специально для них. Это минимизирует стресс от переезда. Вот такая у меня была насыщенная программа.

— **Какими еще полезными для обреченцев новостями Вы могли бы поделиться по итогам поездки?**

— Тема, которая всегда волнует людей, — благоустройство. В нынешнем году управой запланиро-

ваны масштабные работы по реконструкции существующих и обустройству новых пешеходных зон, в частности: пешеходной зоны — от д. 105, к. 2 до д. 107, к. 3 по Ленинскому проспекту; пешеходной зоны в районе д. 16 по улице Новаторов. Также будут завершены работы по реконструкции пешеходной зоны от д. 34 к. 7 по улице Новаторов до д. 11 по улице Обручева. Запланирован ввод в эксплуатацию ряда важных социальных объектов: неонатального корпуса родильного дома № 4, учебно-лабораторных корпусов клинической больницы РУДН и 18-этажного общежития для студентов; торгового комплекса на улице Академика Волгина.

На особом депутатском контроле я держу ситуацию с благоустройством пешеходной зоны между улицами Островитянова и Саморы Машела, а также с сохранением храма преподобного Иосифа Волоцкого в Старом Беляеве.

Приятно видеть горожан, которые, имея активную гражданскую позицию, стремятся на своем уровне включиться в управление городом. Надеюсь, проект «Один день с управой» поможет им лучше ориентироваться в этом процессе, а любимые районы станут еще быстрее преобразовываться благодаря нашим совместным усилиям.

«Шар здоровья» однозначно присоединится к этому замечательному проекту, чтобы всегда держать вас, дорогие читатели, на связи с городом.

ИСТОКИ

Быть женщиной — великий шаг



В.И. ГЕДРОЙЦ



В.А. КАШЕВАРОВА-РУДНЕВА



Н.П. БЕХТЕРЕВА

Трудно не согласиться со словами классика. Каково же тогда быть женщиной, творящей историю: идти вперед наперекор всем преградам, разрушать стены из людского непонимания и зависти, становиться первооткрывателем?

Всем нам в той или иной степени известны врачи, прославившие российскую медицину: И.М. Сеченов, Н.В. Склифосовский, В.П. Филатов и многие другие. Их именами названы ведущие образовательные и лечебные учреждения страны. Однако мало кто из немедицинской среды знает, что первой в России женщиной — дипломированным врачом, специализировавшимся в области акушерства и гинекологии, стала Варвара Александровна Кашеварова-Руднева (1842—1899).

Первый профессиональный опыт Варвара Александровна получила в 20 лет, когда ее назначили повивальной бабкой Башкирского казачьего войска. Спустя время, блестяще освоив за 4 месяца годичную учебную программу Повивального института, она была зачислена в Медико-хирургическую академию. Кашеварова-Руднева стала первой женщиной, защитившей докторскую диссертацию по медицине. Ее труды вошли во многие руководства по акушерству, научные статьи публиковались в отечественных и зарубежных журналах.

С тем фактом, что своему развитию хирургия обязана исключительно мужчинам, поспорят достижения одной из первых российских женщин-хирургов — Веры Игнатьевны Гедройц (1870—1932). Окончив медицинские курсы петербургского анатома П. Лесгафта, она уехала в

Швейцарию, где с отличием окончила медицинский факультет Лозаннского университета. Вернувшись в Россию, работала заводским врачом в Калужской губернии, успешно сдала экзамены в Московском университете и получила диплом «женщины-врача». В рядах добровольцев на фронтах Русско-японской войны Вера Игнатьевна разработала технику ряда полостных операций, впервые в мире применив подобные методы в условиях боевых действий. Ее идеи об оперативном лечении проникающих ранений стали серьезным новаторством в мировой науке, изменившим в дальнейшем взгляды на стандарты оказания медицинской помощи при ранении в живот.

Женщины — ученые и врачи внесли свой весомый вклад и в исследование нервной системы. Наталья Петровна Бехтерева (1924—2008) — всемирно известный российский нейрофизиолог, научный руководитель Института мозга человека Российской академии наук, более полувека посвятила изучению самого таинственного человеческого органа. Дочь «врага народа», она пережила блокаду Ленинграда, окончила 1-й Ленинградский медицинский институт им. И.П. Павлова, затем аспирантуру Института физиологии Российской академии медицинских наук. Наталья Петровна создала оригинальную научную школу в области физиологии здорового и больного мозга человека, а также новую ветвь неврологии и нейрохирургии.

Жизненный путь этих великих женщин по сей день восхищает, вдохновляет нас смело браться за дело, к которому лежит душа, и совершенствовать мир.

Феерия вкуса

Во все времена традиции служили объединяющим началом для людей, спланивали волею непреходящих общечеловеческих ценностей. Многочисленные обычаи в нашей стране имеют особенно глубокие исторические корни. Мы живем в эпоху цифровых технологий, но, как и сотни лет назад, не можем представить себе окончание зимы без празднования Масленицы.

В ГКБ им. В.В. Виленкова тоже есть свои давние традиции. Так, приход весны невозможно представить без «Весенней капели» — ежегодного конкурса кулинарного мастерства, который проходит накануне Международного женского дня. Этот долгожданный праздник не только знаменует приход теплых и солнечных дней, но и дает возможность прекрасной половине медицинского коллектива больницы проявить себя

искусными кулинарами и поварами.

Каждый год участникам конкурса задается новая тема. На этот раз она звучала так: «Театр начинается с буфета!» И отнюдь не случайно: 2019 год объявлен президентом нашей страны Годом театра. За раскрытие необычной темы медики взялись с энтузиазмом: кулинарные шедевры были представлены в стилистике театральных буфетов — с учетом их богатой истории и разнообразия вкусов московской. При этом полезность меню была в приоритете — никакой жирной, соленой и другой «вредной» пищи! Для победы было важно не только вкусно приготовить блюдо, но и креативно его оформить и представить. Здесь врачи и медсестры показали весь свой творческий потенциал: танцевали лезгинку, пели частушки, наряжались в театральные костюмы и



мастерили декорации! Не обошелся конкурс без всеми любимых масленичных блинов. Самым монументальным произведением кулинарного искусства был признан юбилейный торт, приготовленный филиалом

№ 1 — женской консультации № 13 в честь своего 45-летия. Ну а в конкурсе победила дружба, ведь главный приз — это отличное настроение, непринужденное общение и радость совместного творчества!

ВРАЧЕБНЫЙ КОНСИЛИУМ

Опасности межсезонья



О.С. АРИШЕВА,
врач-гастроэнтеролог
терапевтического
отделения
ГКБ им. В.В. Виноградова,
к.м.н.

Язвенная болезнь желудка — это хроническое рецидивирующее заболевание, характеризующееся наличием язвенных дефектов слизистой оболочки желудка. Чаще всего это заболевание диагностируется у мужчин в возрасте 20 — 50 лет, но и женщины подвержены возникновению данной патологии.

Язвенная болезнь протекает с чередованием периодов обострения и ослабления симптомов. Наибольшее количество обострений приходится на межсезонье. Весной и осенью происходит перестройка всего организма, и он оказывается особенно уязвимым перед внешними и внутренними факторами, при этом даже небольшое снижение иммунитета или эмоциональная перегрузка может привести к обострению язвенной болезни. Поэтому тем, кто страдает от

этого заболевания или находится в группе риска, стоит проявить осторожность.

Наряду с общепринятыми причинами язвенной болезни, такими как нерегулярное питание, стресс, курение, злоупотребление алкоголем, наследственная предрасположенность, в настоящее время ведущее место отводится активности вредоносной бактерии — хеликобактер пилори (*Helicobacter pylori*). Именно этот микроорганизм, устойчивый к агрессивной среде желудка, по мере своей жизнедеятельности на фоне повторяющихся стрессовых ситуаций, нерегулярного питания, снижения иммунитета и других факторов может приводить к образованию язв и рака желудка.

Тревожными симптомами язвенной болезни являются боли в эпигастральной области (между нижней частью ребер и пупком) после



БАКТЕРИЯ ХЕЛИКОБАКТЕР ПИЛОРИ

приема пищи, уменьшающиеся в результате приема специальных препаратов по нейтрализации в желудке соляной кислоты, изжога, тошнота, отрыжка, снижение аппетита. Но подтвердить или опровергнуть диагноз можно лишь после консультации с врачом и визуального осмотра стенок желудка при помощи специального видеоборудования, проводимого через рот и пищевод (гастроскопии). Во время данного исследования, как правило, проводится диагностика на предмет наличия в организме бактерии хеликобактер пилори.

В межсезонье язвенная болезнь может дать о себе знать с такого грозного



Слизистая оболочка желудка
Язва желудка

осложнения, как кровотечение из открытого язвенного дефекта или образования сквозного отверстия в стенке желудка с разлитием соляной кислоты и содержимого желудка в брюшную полость (прободение). Кровотечение может протекать по-разному: иногда это рвота кровью, а иногда появление сильной слабости и черного, как деготь, стула. Прободение сопровождается сильнейшими кинжальными болями в области желудка.



О.В. ШАРАПОВА,
главный врач
ГКБ им. В.В. Виноградова

Главной целью лечения язвенной болезни является снижение выделение соляной кислоты и устранения основных причин, приводящих к язвообразованию.

Обязательным является снижение эмоциональной нагрузки. Не обойтись и без правильного питания. Чтобы избежать обострений язвенной болезни, старайтесь питаться регулярно, 3 — 4 раза в день, с обязательным незначительным приемом пищи в вечернее время. Не стоит злоупотреблять специями, острыми соусами, жареным, крепкими мясными бульонами.

При наличии язвенной болезни в межсезонье стоит особенно тщательно следить за своим здоровьем. Ведь она часто сочетается с

воспалением желчного пузыря, желчнокаменной болезнью, заболеваниями кишечника. Обострение этих сопутствующих заболеваний может вызвать обострение самой язвы.

При наличии симптомов язвенной болезни следует незамедлительно обратиться к специалисту для обследования и назначения терапии. Препараты, используемые для лечения язвенной болезни, призваны в значительной степени снизить агрессивные свойства желудочного сока. В случае если результаты исследований на наличие в организме бактерии хеликобактер пилори дали положительный результат, врач назначает прием антибактериальных препаратов.

Все эти мероприятия в целом позволяют в течение многих лет, не обращая внимания на межсезонный период, не вспоминать о данном заболевании и убеждать себя от таких серьезных осложнений, как кровотечение, прободение и рак.

ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР

Наркоз можно образно сравнить с полетом на самолете. Разница лишь в том, что после приземления благодарные пассажиры с облегчением аплодируют командиру экипажа, воздавая должное его мастерству, а пациент, просыпаясь после операции, не может оценить работу анестезиолога-реаниматолога из-за воздействия медикаментов.



— Зачастую пациенты благодарят за спасение только хирурга. Мария Васильевна, а какова роль анестезиолога-реаниматолога в данном процессе?

— Она чрезвычайно важна, порой даже важнее, чем у хирурга. Последний отвечает за техническую сторону выполнения оперативного вмешательства: сшить разрывы тканей, удалить опухоль, правильно сопоставить кости. Задача анестезиолога более глобальная — защитить весь организм пациента, сберечь его от операционной травмы, которую невольно наносит хирург. Анестезиолог должен обеспечить гарантированное обезболивание, управляемое выключение сознания, расслабление нужных мышц, устойчивую работу дыхательной и сердечно-сосудистой систем, сбалансированный обмен веществ, защиту нервной системы от стресса, а организма — от шока.

— Как бороться со страхом вдруг не проснуться после наркоза?

Призвание — побеждать боль

«Шар здоровья» побеседовал на эту тему с заместителем главного врача ГКБ им. В.В. Виноградова по анестезиологии и реанимации, к.м.н. М.В. Вацик.

— При подготовке к плановой операции пациенту следует заранее встретиться и побеседовать с анестезиологом, желательнее с тем, который и будет давать наркоз, задать ему все интересующие вопросы. В нашей больнице такая практика существует уже несколько лет. В консультативно-диагностическом отделении организован амбулаторный прием анестезиологов. Его цель — выяснить, есть ли у пациента риски проведения анестезии, при необходимости назначить дополнительные обследования, обсудить и выбрать оптимальный для пациента вид анестезии. В скором времени такие приемы будут проводиться у нас и дистанционно, в формате телемедицинских консультаций.

— Какие методы анестезии применяются вашей службой?

— Наши специалисты владеют всеми возможными техниками проведения анестезий и реанимационных мероприятий. Мы обеспечены полным спектром современного оборудования и новейших препаратов. Например, при подключении пациента к ИВЛ используются видеоларингоскопы, позволяющие даже в самых сложных случаях надежно установить дыхательную трубку в трахею. Специальные аппараты УЗИ обеспечивают точность при введении анестетика во время блокады отдельных нервов. Кроме этого, мы можем точно измерять

артериальное давление и десятки других показателей с помощью катетера, вводимого в артерию. Эти и многие другие меры позволяют тяжелобольным пациентам благополучно переносить операции и критические состояния.

— Какой принцип работы открытой реанимации в вашей больнице?

— Надо отметить, мы одними из первых в Москве, еще до соответствующего приказа Минздрава, открыли реанимацию и впустили родственников в реанимационные залы.

Родственники, приезжая, должны быть готовы к определенному ожиданию, пока врач стабилизирует состояние пациента. Его нельзя дергать и отвлекать. В нужный момент он сам все объяснит. Приехать можно в любое время. На проходной необходимо сообщить фамилию пациента, охрана предупредит персонал, и вас пропустят. Если возникают вопросы, их можно решить, позвонив в круглосуточный контакт-центр по телефону: 8(495)103-46-66.

— Расскажите, пожалуйста, интересный случай из Вашей практики.

— В 2011 году я заведовала отделением анестезиологии и реанимации в больнице города Домодедово. Стандартная маршрутизация строилась так, что любых пациентов из аэропорта (объекта федерального значения), минуя нас, госпитализи-

ровали в московские стационары. Поэтому сообщение о том, что всех тяжелораненых после теракта везут в нашу больницу, поступившее сразу после взрыва, стало большой неожиданностью. Мы были не готовы к этому ни психологически, ни технически: 6 коек в реанимации и всего 3 операционных на 24 пострадавших. Нужно было что-то делать. Тогда я прямо в шок-зале приемного отделения организовала сортировку пострадавших по степени тяжести их состояния, оперативно решала, кого отправлять в операционную, кого — на исследования. Но «скорые» прибывали и прибывали, оставляли пациентов и спешно уезжали. Тогда, собрав волю в кулак, я что есть мочи закричала: «Скорые», я никого не отпускаю. Вы все работаете со своими больными до тех пор, пока я лично по очереди у вас их не заберу. Пожалуйста, используйте, если нужно, наше оборудование, медикаменты, но от своих больных не отходите». К моему удивлению, они подчинились. Мы справились благодаря правильному распределению ролей и слаженной работе всего коллектива больницы. Итогом стали 22 спасенные жизни.

Опытный медицинский «экипаж» анестезиолога-реанимационной службы ГКБ им. В.В. Виноградова в состоянии справиться с любыми внештатными ситуациями.

«Если сон облегчает страдания, болезнь не смертельна».
Гиппократ

НЕДООЦЕНЕННЫЙ ВИТАМИН



Дефицит витамина D приводит:

- у детей – к рахиту;
- у беременных – к нарушению формирования иммунитета плода;
- у взрослых и детей – к нарушению сна, памяти, развитию сахарного диабета, ожирения, сердечно-сосудистых и онкозаболеваний, заболеваний щитовидной железы.

Дефицит витамина D чрезвычайно опасен. Это не только «детский» витамин, участвующий в обмене кальция и фосфора. Его нехватка может привести к ряду серьезных проблем со здоровьем у взрослых.

Причины дефицита витамина D:

- недостаточное поступление с пищей;
- недостаток солнечных лучей;
- загрязнение атмосферы

Симптомы рахита

I стадия

Начало рахита: нарушение сна | выраженное беспокойство | выраженная потливость

II стадия

Цветущий рахит: нарушение конфигурации костей | запаздывание прорезывания зубов | мышечная слабость

III стадия

Тяжелый рахит: изменение функции печени, почек, ЖКТ | анемия | нарушение деятельности центральной нервной системы

Лечение

- Пребывание на свежем воздухе.
- Прием препаратов магния.
- Прием хвойных и солевых ванн.
- Лечебная физкультура и массаж.
- Прием препаратов, улучшающих обменные процессы.
- Прием лечебных доз витамина D (назначается специалистом).

Профилактика



Достаточное пребывание на свежем воздухе:
детям зимой – не менее 3-х часов в сутки;
детям летом – более 4-х часов в сутки.

Употребление в пищу жирной рыбы, жирных молочных продуктов, яичного желтка. Питание кормящей матери должно быть сбалансировано.

Прием профилактической дозы витамина D (она зависит от возраста, состояния здоровья и образа жизни). Норма содержания в крови – 30-50 нг/мл.



Е.И. ЛАТАРЦЕВА, заведующая отделением педиатрии ГKB им. В.В. Виноградова, врач-педиатр, врач-неонатолог

В отпуск – за здоровьем!

РЕЗОНАНС

С каждым годом медицинский туризм набирает все большую популярность во всем мире. Основная цель данного путешествия – получение высококвалифицированной медицинской помощи за пределами своего региона проживания.

Безусловно, когда встает вопрос о сохранении собственного здоровья и жизни, мы готовы платить любые деньги и ехать хоть на край света, если невозможно получить необходимое лечение в своем городе.

Однако парадокс в том, что россияне все чаще предпочитают лечиться за границей, в то время как выездной медицинский туризм в нашей стране стремительно набирает свои обороты.

Есть мнение, что наши



сограждане делают выбор в пользу иностранных клиник по причине нехватки современного оборудования и медикаментов, невозможности получения высокотехнологичной помощи, требующей соответствующей материальной базы, недостаточного развития системы медицинской реабилитации. По данным международных исследований, в пятерку стран, наиболее привлекательных для медицинского туризма, вошли Канада, Великобритания, Израиль, Сингапур, Индия. В свою очередь, Россию

в лечебных целях чаще всего посещают жители Средней и Юго-Восточной Азии, а также наши соотечественники из Германии, Израиля, Финляндии.

По данным Минздрава, в 2016 году за помощью к российским медикам обратились свыше 66 тысяч иностранных пациентов. По поручению Президента России В.В. Путина, в 2017 году в профильном ведомстве был запущен проектный офис по разработке и реализации программы развития выездного медицинского туризма.

МНЕНИЕ

Сегодня повсеместно можно услышать, что россияне все чаще уезжают лечиться за рубеж по причине неудовлетворенности отечественной медициной. Хочу встать на защиту своих коллег не из солидарности, а по объективным причинам. Наши врачи получают блестящее образование, одно из лучших в мире. В столице во всех лечебных учреждениях доступен широкий спектр высокотехнологичной помощи, проводятся уникальные операции на сердце, суставах, создана так называемая инфарктная и инсультная сеть. Москва переходит на новые стандарты химиотерапии, что позволит существенно продлить жизнь людям с онкологическими заболеваниями. Наши сограждане из других регионов России имеют возможность госпитализироваться в столичные стационары и получать все виды медицинской помощи совершенно бесплатно благодаря программе «Москва – столица здоровья». Так, в ГKB им. В.В. Виноградова, которую я возглавляю, в рамках данного проекта в 2018 году были пролечены свыше 200 человек. Ежегодно в нашей больнице увеличивается число пациентов из

разных стран. Их выбор обусловлен, конечно, не только значительно более низкой стоимостью медицинской помощи, но и высоким качеством ее оказания. Приведу пример. Совсем недавно в нашу больницу поступил пациент из Лондона с травмой кисти. Английские врачи сделали заключение, что даже после проведенной операции несколько пальцев не будут больше полноценно функционировать. Стоимость лечения при этом составит 5000 фунтов стерлингов. Сумма оказалась неподъемная, и наш пациент стал искать альтернативу, изучал условия и цены на сайтах многих московских клиник. В итоге выбор был сделан в пользу нашей больницы. Хирурги успешно провели операцию, полностью восстановив физиологическую подвижность пальцев и всей кисти. У российской медицины есть отличные специалисты, высокие технологии, огромный потенциал для развития, чтобы излечивать любые недуги.

О.В. ШАРАПОВА, главный врач ГKB им. В.В. Виноградова, заслуженный врач РФ, депутат МГД

ДНИ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ ГБУЗ «ГКБ ИМ. В.В. ВИНОГРАДОВА ДЗМ» НА ПЕРИОД С 01.04.2019 г. ПО 30.04.2019 г.



Роддом № 4
Москва, ул. Новаторов, д. 3,
конференц-зал

Для семейных пар, ожидающих рождения ребенка



11.04.2019 14:00
25.04.2019 14:00



Запись через колл-центр
8 (495) 103 46 66



С 14 по 28 апреля роддом закрывается на плановую профилактическую санитарно-гигиеническую обработку

Обсудим: подробную информацию о родильном доме. Правила госпитализации в роддом по всем источникам финансирования (ОМС, платно); виды и порядок заключения договоров; возможность присутствия мужа или членов семьи на родах; подготовку к родам, течение родов, обезболивание в родах, заготовку пуповинной крови для выделения и хранения стволовых клеток, послеродовое пребывание мамы и новорожденного, наблюдение ребенка в детской клинике до 1 года, вакцинацию новорожденного и т.д.

Проводит: Кузнецова Нина Петровна – заслуженный врач РФ, врач высшей квалификационной категории, врач акушер-гинеколог



ГКБ им. В.В. Виноградова
Москва, ул. Вавилова, д. 61,
корпус 1, конференц-зал

Для пациентов с сердечной недостаточностью и риском ее развития



11.04.2019 14:00



Запись через колл-центр
8 (495) 103 46 66



Обсудим: симптомы и признаки сердечной недостаточности, медикаментозные и немедикаментозные методы лечения; работу Центра сердечной недостаточности в ГKB им. В.В. Виноградова

Проводит: Мерай Имад Ахмадович – заведующий отделением кардиорезимации, к.м.н., доцент кафедры факультетской терапии РУДН

«Правда и мифы о сахарном диабете»



25.04.2019 17:00



Запись через колл-центр
8 (495) 103 46 66



Обсудим: основные типы сахарного диабета; симптомы заболевания; способы диагностики; основные принципы лечения: самоконтроль, правильное питание, физическая активность. Инсулинотерапия, гипогликемия, осложнения.

Проводят: Сибикина Елена Александровна - врач-терапевт, заведующая терапевтическим отделением; Серебров Александр Николаевич – врач-эндокринолог, к.м.н.



Приемные дни депутата (апрель 2019):

– 2-я среда месяца с 16:00 до 18:00, ул. Новочеремушкинская, д. 49, корп. 1 (этаж 1)



16 апреля с 14:00 до 16:00, Успенский пер., д. 14, стр. 1 (приемная МГД)

Помощник: вторник, четверг с 10:00 до 19:00, Новочеремушкинская, д. 49, корп. 1 (этаж 1)

Новости. Комментарии. Оценки
#ОШарапова #Депутат #МГД #ГКБ64

sharapova_mgd

sharapova.mgd

@sharapova.mgd



Депутата Ольга Викторовна ШАРАПОВА ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ ОКРУГ № 36 ТЕЛ.: 8 (964) 574-91-53

ОВНЫ (21.03. – 21.04.)
Овнам срочно надо обратить внимание на здоровье. Занимайтесь спортом и пейте витамины – весь год будете бодры. Апрель у вас пройдет спокойно и удачно, никаких препятствий не предвидится. В конце месяца посетите родственников, займитесь домом и хозяйством – это будет полезно.

ТЕЛЫЦЫ (21.04. – 21.05.)
Тельцы, в апреле помните: харизма не дает права на наглость. Включайте свое обаяние и решайте недопонимания с любимыми и начальством. Друзья или родные потеряют деньги и обратятся к вам за помощью. В конце апреля начнется подъем в делах, до этого откажитесь от любых деловых встреч.

БЛИЗНЕЦЫ (21.05. – 21.06.)
Близнецов ожидает шквал чувств. В апреле вы будете страстно ссориться, разводиться, скандалить. Но ваша вторая половина не сможет оторваться от вас. У вас будут просить прощения, вам будут дарить роскошные подарки, забрасывать вас цветами. Отличное время, чтобы сменить имидж.

РАК (21.06. – 21.07.)
Апрель для Раков будет исключительно удачен во всем. Гармония в семье, удачные дела, вы верховодите в любом вопросе и отлично отдыхаете с друзьями. Да, не забудьте – деньги вы тоже в апреле здорово зарабатываете.

ЛЕВ (21.07. – 21.08.)
Чем позитивнее Львы будут относиться к людям и событиям, тем больше приятных встреч и успешных дел они к себе притянут. Только не вздумайте никого критиковать, себя тоже. У вас есть серьезные шансы преуспеть и крупно заработать, не отравляйте себе победу! Все равно вы лучше всех.

ДЕВА (21.08. – 21.09.)
Деве предстоит такой вихрь событий, что лучше запастись терпением! Бурное выяснение отношений со второй половиной закончится новым медовым месяцем. В работе калейдоскоп событий, но вы со всем справитесь и даже отобьетесь в конце апреля от конкурентов.

ГОРОСКОП НА АПРЕЛЬ

ВЕСЫ (21.09. – 21.10.)
Весы должны принять участие в каждом апрельском празднике. Все ваши достоинства пригодятся в личной жизни и в работе, но успехи будут сравнительно скромными. Займитесь анализом своих дел и распланируйте ближайшие полгода. В конце месяца могут быть кадровые перестановки на работе.

СКОРПИОН (21.10. – 21.11.)
Скорпионы должны заняться здоровьем, особенно репродуктивной системой. В первой половине месяца ведите себя скромно, зато после 8-го числа у вас повысится тонус и пойдет волна позитивных событий и встреч. Все планы осуществляются без усилий с вашей стороны.

СТРЕЛЕЦ (21.11. – 21.12.)
Стрельцы в начале месяца полны энергии и планов, к середине апреля придется немного притормозить, но ненадолго. После 20-го числа вы сможете укрепить свои позиции на работе и дома, а также можете помочь взрослым детям или родственникам. Идеальное время для отпуска на юге.

КОЗЕРОГ (21.12. – 21.01.)
Худеть, худеть и еще раз худеть – лозунг Козерогов на весь апрель. Чистите организм, сидите на диете, занимайтесь спортом. Только в самом конце апреля вы можете отправиться на шопинг. Это будут удачные покупки, тем более что вы похудели и похорошели.

ВОДОЛЕЙ (21.01. – 21.02.)
Водолеям нужно быть осторожнее с новыми людьми и финансами, возможен обман. Весь месяц вам лучше провести тихо и незаметно. В конце апреля вы можете заняться благоустройством дома, ремонтом и небольшими покупками для дачи. Аккуратно рассчитывайте бюджет, иначе можете попасть в долги.

РЫБЫ (21.02. – 21.03.)
Рыбкам в апреле нужно заняться здоровьем, особенно позвоночником и суставами. Чтобы не запустить хроническое заболевание, отправляйтесь к врачу. Но в остальном месяце очень благоприятный. В конце апреля отправляйтесь в любые деловые поездки – вам во всем будет сопутствовать успех.

Он приходит во время еды	Летописец чьей-то жизни	Неиспользованная часть средств	Человек, имеющий увечья					Стройматериал для костей	Младший брат ресторана	Снежная буря	Морской разбойник
			Бариста по-русски	Патологическое образование, полость	Одноименные суставы	Амбулаторная и игральная					
Золотоносный рудник	Гельминт отряда нематод						Жена А. Миронова	Имя Бисмарка		И музыкальный, и сердечный	Житель Хельсинки
			Вело... пробег	Бывает и сыпной, и брюшной	Материал для анализа	Учитель с глобусом					
Муж, имя: (греч.) хорошо пишущий	Круг обсуждаемых вопросов					Род войск	Остров Поля Гогена				
			Вялость мышц	Наем помещения во врем. польз.	Масляная, акварельная, эмалевая					Золотой голос России	Страна пирамид
Город в Ставропольском крае	Транспорт для перевозки умерших					Бесправная труженица	Вуди ...				
Заслон, щит от к.-л. волнового воздействия	Самое главное и естественное понятие теории	Прибор, показывающий время		Вид театрального искусства	Прием званых гостей			Бартер как процесс	Ночная птица		Воробьянинов
		Полость между челюстями	Прибрежная плакса (ботанич.)			Корифей литературы					
Канцелярский пластырь	Дворянин, помещик в царской России			Укладка паркета				... царя Соломона			
		Мост через овраг				Меньше положенного на весах					
Любовная гематома	Лиса в русских сказках			Глава казачьего войска				Медицинский хлопок			

● ДОБРЫЙ ДРУГ

Они ищут свой дом и любящих хозяев!

ЧЕРНУШКА: метис средних размеров, возраст около 4 лет, здорова, привита, стерилизована, к поводку и выгулу приучена. Очень умная и уравновешенная собака, добрая, ласковая, спокойная, ненавязчивая. Недавно прошла курс занятий на послушание. В данный момент содержится на временной передержке. Возможна доставка по Москве и МО. Юлия, тел.: 8-968-009-62-54.



ШАНТИ: возраст – 1,5 года, к поводку и выгулу приучен, привит, здоров, кастрирован. Пес нежный и очень добрый, легко обучаемый, знает несколько команд, имеет волевой характер и проявляет охранные качества, прекрасно ладит с детьми, не конфликтует с кошками. Наталья, тел.: 8-906-752-57-17.



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: КАЛЕСКА; ПРИИСК; КАЛЫЦЫ; ЛОТ; ОБМЕН; КОПИ; ВАТА; ВИДУК; НЕДОВЕС; РЫЖАЯ; АТАМАН; ТАМТИ; ЛОТ; ОБМЕН; КОПИ; ВАТА; ИПАТОВО; ФЛОТ; КАТАФАЛК; РОТ; РАБА; СКОТ; ОПЕРА; КЛАССИК; БАРИН; НАСТИЛ; ЗАСОС; ГОЛУБИНА; МОТ; ТИФ; КАЛ; АТОНИА; АРЕНА; КРАСКА; ЭЖРА; ОТБО; АЛЕН; ЧАСЬ; РАУТ; ИВА; ВЬЮГА; ПИРАТ; ОТТО; РИТМ; ФИНИ; БАСКОВ; ЕЛИПЕТ; СОВА; КИСА; ПО ВЕРТИКАЛИ: АПЕТИТ; БИОГРАФ; ОСТАТОК; КИСТА; ЛОКТИ; КАРТА; КОФЕВАР; ПО ВЕРТИКАЛИ: АПЕТИТ; БИОГРАФ; ОСТАТОК; КИСТА; ЛОКТИ; КАРТА; КОФЕВАР;

ШАР ЗДОРОВЬЯ

Учредитель:
Общество с ограниченной ответственностью
«Управляемая медицинская помощь»

И.о. главного редактора: Левашко М.И.
Газета зарегистрирована в Управлении
Федеральной службы по надзору в сфере
связи, информационных технологий и массо-
вых коммуникаций по Москве и Московской
области.

Электронная почта:
w9036699702@gmail.com
Выходит ежемесячно
Распространяется бесплатно в Юго-Западном
административном округе г. Москвы
Отпечатано АО «Красная Звезда». 123007,

г. Москва, Хорошевское шоссе, д. 38
Тираж: 100 000 экз.
Заказ: № 1061-2019
Подписано в печать: 20.03.2019
Свидетельство о регистрации СМИ:
ПИ № Ту50-61903 от 12.02.2014 г.

Адрес редакции:
107140 г. Москва,
ул. Верхняя Красносельская,
д. 20, стр. 1
Тел.: +7 (499) 606-03-02