

# Здоровье – это дар И ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

**Долгое время существовал стереотип, что в медицинское учреждение нужно обращаться, когда появляется какая-либо проблема и человек заболевает. Сегодня пациенты все чаще обращаются с профилактической целью – чтобы не заболеть.**

70% пациентов медицинского центра «Асклепий» относятся к категории постоянных клиентов. И это вовсе не значит, что они постоянно болеют. Напротив, большинство их них здоровы, и мы вместе проходим разные этапы жизни, решая соответствующие им задачи. Например, когда-то пациентка пришла ко мне с проблемой невынашивания, и это стало моим первым «техзаданием», как гинеколога. Мы решили эту проблему, и ребенок появился на свет, а мама стала ежегодно приходить на профилактический прием. Спустя 13 лет мы вместе планировали вторую беременность, которая так же разрешилась благополучно. Позже эта же пациентка привела ко мне свою 18-летнюю дочь, вступившую в пору взрослой жизни. А спустя какое-то время обратилась по поводу дисгормональных нарушений - признаков менопаузы, и теперь мы вместе работаем над тем, чтобы менопауза прошла как можно более гладко, с сохранением качества жизни. И подобных примеров много у любого доктора нашего центра.

Здоровье – это дар, и к нему нужно относиться бережно. Ответственность за сохранение этого дара лежит на нас самих. Беря ответственность за собственное здоровье на себя, каждый из нас делает каждодневный, ежесекундный выбор – что есть, что пить, как относиться к сигарете и новомодным кальянам, заниматься ли спортом, взять за правило профилактические визиты к доктору или пустить все на самотек...

Почему так важны регулярные медобследования? Чтобы посмотреть, все ли в порядке с организмом, и вовремя отследить тревожные состояния, не допуская перехода «состояния» в «заболевание». Время – часто определяющий фактор успешного исхода любой, самой тяжелой болезни.

К счастью, число сознательных пациентов сегодня растет, особенно среди молодежи. Людям старшего поколения, привыкшим к бесплатной советской медицине, до сих пор бывает сложно перестроиться и взять ответственность на себя. Новое поколение – другое, оно уже осознало прямую связь между здоровьем и успешностью, счастьем: если я буду здоров – смогу работать и зарабатывать - смогу создать и обеспечить семью – смогу выстроить жизнь таким образом, как того хочется мне и моим близким. Они не боятся быть «белыми воронами», отказываясь от куре-



ния, алкоголя и других вредных привычек. И если мы будем поддерживать их в формировании таких убеждений – наши дети и внуки будут более здоровыми, успешными и счастливыми. А для этого одних разговоров мало – мы должны демонстрировать отношение к этой главной ценности – здоровью – личным примером.

Медицина, со своей стороны, тоже не стоит на месте. Уровень диагностики с каждым годом растет, обгоняя вчерашние новинки, казавшиеся фантастикой. И «Асклепий», как обычно, одним из первых в регионе привозит новейшую технику, обучает передовым методам диагностики и лечения своих специалистов. Так, например, наш центр одним из первых в Приморье предложил пациентам сделать генетические паспорта. И сегодня эти исследования, позволяющие оценить риски развития любых патологий, передаваемых по наследству, а значит, вовремя принять предупредительные меры, стали нормой для многих приморцев.

Все это предпринимается нами для того, чтобы вы, наши пациенты, достойно прошли все этапы жизни, сохранив ее качество до последнего дня и выполнив свое предназначение. А для этого требуется здоровье. И мы рады помогать вам сохранять эту главную ценность жизни.

**С уважением,  
С.Н. ВАЩЕНКО, Директор МЦ «Асклепий».**



# Здоровье начинается с семьи

**Поговорка «Все мы родом из детства» подтверждает, что основы отношения к жизни и ее ценностям закладываются в семье. Как формируется культура здоровья? На чьих плечах лежит главная ответственность за это, и в чем это должно выражаться?**

Об этом мы говорили с доктором медицинских наук, гинекологом-эндокринологом МЦ «Асклепий» Светланой Николаевной Ващенко.

- Светлана Николаевна, сегодня много говорят о формировании

культуры здоровья. Она идет из семьи?

- Безусловно. Но давайте начнем с самого определения здоровья. Всемирная организация здравоохранения определяет его как физическое, психическое и социальное благополучие. Чем более здоров человек, тем большего он способен достичь в жизни. Конечно, при условии, что у него чистые помыслы и чистые взаимоотношения с окружающим миром. У здоровых людей рождаются и растут здоровые, счастливые дети. Вы скажете, это идеальная картинка? Но она вполне достижима. И наша цель –

способствовать созданию культуры здоровой семьи.

Для этого ценность здоровья должна демонстрироваться родителями не на словах, а на собственном примере. Еще недавно эта ценность оказалась потеряна - верх взяло материальное начало, но сегодня люди снова выводят ее на первый план. Здоровый образ жизни становится все более популярным. Люди стали обращать внимание на правильное питание, сознательно отказываться от алкоголя и курения, заниматься фитнесом и развиваться духовно. В таких семьях дети

впитывают отношение к здоровью как к ценности естественным путем.

**- Влияет ли на здоровье ребенка процесс его появления на свет?**

- Конечно. Чем более физиологичен процесс родов, тем лучше для ребенка и его мамы. И хотя докторам по-прежнему приходится рекомендовать кесарево сечение при наличии определенных показаний у женщины, они стараются дождаться начала родовой деятельности, чтобы процесс родов был более естественным. Есть даже теория, объясняющая разницу в поведенческих реакциях детей, которые рождаются самостоятельно, с теми, что появляются на свет путем кесарева сечения. По мнению исследователей, первые являются более целеустремленными и самостоятельными во всех сферах жизни. Спорное мнение, но оно существует. А англичане пошли в своих экспериментах еще дальше - делают разрез в области матки, и ребенок сам должен появиться на свет. Считается, что это только пойдет ему на пользу и закалит волю к жизни.

Вообще, период беременности очень важен – мысли и настрой будущей мамы влияют на психику ребенка после рождения. Неслучайно сейчас проводится много экспериментов и в отношении родов: сам процесс откладывает серьезный отпечаток на психику человека. В Южной Корее, например, есть роддом, где роды принимают в полной темноте, чтобы снизить уровень стресса, с которым сталкивается младенец при рождении: яркий свет его только усугубляет.

Радует, что нормой сегодня становится планирование беременности. Если партнеры сознательно подходят к этому периоду, предварительно обследуются, тогда и беременность у женщины протекает с физиологической точки зрения легче, не требуя медикаментозных вмешательств и даря массу положительных эмоций, и индекс здоровья новорожденного будет довольно высоким, а сам малыш будет хорошо развиваться.

**- На чьих плечах лежит ответственность за сохранение здоровья членов семьи?**

- Семья – это женский «бизнес-проект». Инициатором ее создания является женщина, она же несет зерно жизни, а потому должна заботиться о своем здоровье, беречь себя, как будущую жену и мать. Когда же она вступает в семейные взаимоотношения, то несет уже ответственность и за здоровье мужа и детей – питание, режим дня и т.д.

Но при этом муж и подрастающие дети должны осознавать меру собственной ответственности, понимать, что нет чудодейственных таблеток, с помощью которых можно моментально стать здоровым. Большинство заболеваний, за исключением врожденных, мы заслужили сами – неправильным образом жизни, вредными привычками, ленью и т.д. И только

---

*Большинство заболеваний мы заслужили сами – неправильным образом жизни, вредными привычками, ленью и т.д. И только изменив себя, свои привычки, можно изменить свой собственный индекс здоровья*

---

изменив себя, свои привычки, можно изменить свой собственный индекс здоровья.

**- Существует ли связь между эмоциональной атмосферой в семье и здоровьем детей?**

- Существует, и самая прямая. Дети всегда будут реагировать состоянием здоровья на психологическую ситуацию в семье. Например, если ребенку не хватает любви, он будет часто болеть. Положительные эмоции вырабатывают эндорфины, а они тесно связаны с индукторами иммунной системы. И когда человек счастлив, он реже болеет.

Климат в семье влияет на здоровье не только детей, но и супругов. Например, доказано, что мужчины, находящиеся в хорошем браке, здоровее холостяков и живут дольше. Женские заболевания, в т.ч. гинекологические и маммологические проблемы также связаны с психоэмоциональной атмосферой в семье, изменениями в отношениях с мужем. Даже если женщина этого внешне никак не пока-

зывает, организм красноречиво обо всем рассказывает сам.

**- Сегодня все чаще доктора различных специализаций рекомендуют сделать генетический паспорт здоровья. Что он дает?**

- Генетический паспорт позволяет оценить риски возникновения заболеваний, которые могли передаться членам семьи по наследству и вовремя принять меры. Например, если у представителей старшего поколения есть гипертония или заболевания сердечно-сосудистой системы, то при правильном подходе можно избежать развития этих болезней у детей и внуков.

Так, если при обнаружении гена солевывисимой гипертонии свести на нет употребление соленостей и копчено-

стей, заниматься спортом – ген может не активироваться. Если выявится, например, риск развития рака молочной железы – наблюдение за органом должно быть более пристальным, а УЗИ и маммографию придется проходить чаще, нежели предусматривает стандарт.

Также генное исследование рекомендовано девушкам перед тем, как они планируют вступить в сексуальные отношения и выбрать метод контрацепции: если есть ген тромбофилии, гормональных препаратов придется избегать. Это же касается и женщин более старшего возраста, желающих пройти заместительную гормонотерапию в постменопаузальный период.

Вообще, генные исследования вероятно информативны и полезны, поскольку позволяют объяснить природу многих вещей у конкретного пациента. А сам он, будучи предупрежденным в отношении тех или иных рисков, может сделать свой собственный выбор – пойти на поводу у наследственности или выбрать здоровую жизнь.

# Check up: оперативно и точно о вашем здоровье

По данным департамента здравоохранения Приморского края, 50% пациентов, которым ставится диагноз «рак», обращаются к врачам на 3-4-й стадиях заболевания. В этих случаях исход терапии не всегда положительный. А ведь онкология при раннем выявлении успешно лечится. Тем более, что программы экспресс-диагностики позволяют оперативно оценить состояние организма и либо предупредить начало заболевания, либо вовремя начать терапию и избежать серьезных последствий.

О том, что это за программы, кому показаны и где их можно пройти, - рассказывает заместитель директора по развитию медицинского центра «Асклепий» Ольга Владимировна ЭПОВА.

— Почему в советское время случаев выявления запущенных стадий заболеваний было меньше? Потому что система всеобщей и бесплатной диспансеризации была очень эффективной и позволяла на ранних стадиях определить патологию и начать лечение. В 1990-х, по понятным причинам, она дала сбой, и россияне остались без внимания со стороны государства, вопросы сохранения здоровья легли на их плечи. К такой «свободе» оказались готовы не все, что привело к катастрофическому росту запущенных заболеваний, будь то туберкулез, гепатиты или онкология. Дело осложняется тем, что многие патологии часто развиваются бессимптомно и дают знать о себе слишком поздно. Но в последнее время ситуация наконец-то начала меняться к лучшему: все больше пациентов понимают, что профилактика всегда эффективнее и дешевле терапии, и стараются регулярно посещать врача и проходить те или другие виды обследований. Число таких сознательных пациентов растет. На помощь им приходят



программы экспресс-диагностики (за рубежом их называют check up). В нашем медицинском центре мы даже выделили их в отдельное направление. Сегодня пациентам доступны 46 программ, охватывающих обследование всех органов и систем организма.

#### - Расскажите о них подробнее.

- Это комплексные программы лабораторной диагностики, подразумевающие широкий спектр анализов, и программы общего медицинского обследования, включающие лабораторные и инструментальные методики, а также осмотр ключевыми специалистами. Первые позволяют не пропустить начальные проявления многих заболеваний, в т.ч. те, что развиваются с возрастом, проверить состояние интимной сферы, подгото-

виться к беременности, «просканировать» состояние всего организма, узнать предрасположенность к тем или иным заболеваниям, сделав генетический паспорт, и т.д.

Вторые, помимо лабораторной диагностики, включают в себя инструментальные обследования – УЗИ, КТ, МРТ, маммографию и другие. По результатам пациент получает компетентное заключение о состоянии здоровья. К слову, мы нередко отмечаем, что первичные пациенты, обращающиеся в «Асклепий» для того чтобы проверить здоровье с помощью этих программ, быстро переходит в категорию постоянных клиентов, оценив потенциал и возможности нашего центра.

— Программы check up появляются

**сегодня и в других медучреждениях, в чем преимущества «Асклепия»?**

- В качестве лабораторной базы, в уровне используемой аппаратуры и техники (только новейшие образцы европейского или американского производства, приобретенные напрямую у производителей!), в компетенции врачей, которые непрерывно повышают свою квалификацию на семинарах, конференциях и стажировках в западной части России и за рубежом.

Каждая из программ продумана до мелочей, разобраться в них помогут специалисты нашего центра: ответят на все вопросы по телефону либо на странице «Асклепия» в Интернете, помогут составить индивидуальный «маршрутный лист», с которым пациент в удобное для себя время посетит нужных специалистов и сдаст все анализы. Немаловажно, что наш центр работает 7 дней в неделю, с 7:30 до 21:00, что удобно даже для самых занятых людей.

**– С какой частотой следует проходить подобные обследования?**

– Все очень индивидуально и зависит от состояния здоровья конкретного пациента, поэтому этот вопрос лучше решать с лечащим врачом. Также есть программы, которые проходят всего лишь раз в жизни. Например, составление генетического паспорта, позволяющего понять, к каким заболеваниям человек предрасположен, и уделить их профилактике особое внимание. Это очень информативное обследование, в ряде стран оно проводится при рождении ребенка, и с этим паспортом человек сверяется

всю жизнь. Но вообще оно рекомендовано людям любого возраста и пола и весьма востребовано нашими пациентами.

**- Это то самое обследование, которое помогло Анджелине ДЖОЛИ решиться на непростую операцию по удалению груди?**

- Да, именно этот случай подстегнул волну интереса со стороны пациентов всего мира. Думаю, ими двигает не простое любопытство. Стремление узнать, к каким заболеваниям

институт им. В. И. Кулакова, где опытные генетики готовят развернутое заключение. Это очень востребованное обследование, онкологи все чаще отправляют к нам своих пациенток, в семьях которых по женской линии были случаи возникновения рака молочной железы. Наряду с ним мы рекомендуем женщинам сделать еще и онкологический скрининг, включающий анализы крови на онкомаркеры, УЗИ молочных желез и маммографию на современном итальянском маммографе Giotto.

---

*Мы нередко отмечали, что первичные пациенты, обращающиеся в «Асклепий» для того чтобы проверить здоровье с помощью этих программ, быстро переходит в категорию постоянных клиентов, оценив потенциал и возможности нашего центра.*

---

они имеют генетическую предрасположенность, продиктовано простым и понятным желанием сохранить здоровье и качество жизни. Со стороны актрисы это был очень мужественный поступок, своим примером она сподвигла сотни тысяч женщин по всему миру пройти подобное обследование или хотя бы начать внимательнее относиться к состоянию этого органа.

**- Это генетическое обследование можно пройти и на базе «Асклепия»?**

- Совершенно верно. Кровь на анализ берется в нашей лаборатории, после чего мы отправляем ее в Москву - в

**- Какие еще программы check up востребованы пациентами центра?**

- Их много. Это и мужской онкологический скрининг, и обследования отдельных органов и систем, и подготовка к беременности, причем для обоих партнеров... Важно, что по завершении любой программы пациенту выдается заключение врача-терапевта или узкого специалиста с описанием состояния организма и рекомендациями по выявленным отклонениям. Кроме того, вся информация, включая снимки, записывается на электронный носитель, а при необходимости заключение даже переводится на английский язык, если пациент планирует лечение за рубежом.

# Рак лечится своевременно

**В Приморье, как и в целом по России, третье место среди самых распространенных заболеваний занимает онкология. Нередко она выявляется на поздних стадиях, когда помочь пациенту крайне сложно, а то и невозможно. Так, у взрослых этот показатель составляет более 40%, а если говорить о детях, то у каждого десятого ребенка с диагнозом «рак» заболевание обнаруживается на третьей стадии, у 8% детей – на четвертой стадии.**

По статистике краевого детского онкологического центра, в 2015 году онкологические заболевания диагностирова-

ны у 54 детей. Всего же на учете находятся 303 ребенка. Наибольшее число заболевших – из Владивостока, Уссурийска и Артема.

Самое обидное, что рак можно предупредить. Если кто-то из членов семьи имел такой диагноз, то нужно особенно внимательно относиться к своему здоровью, вести здоровый образ жизни, проходить регулярно профилактические осмотры и онкологический скрининг. Экспресс-программы check up и индивидуальная генетическая диагностика («генетический паспорт») направлены как раз на раннее выявление и предупреждение злокачественных патологий.



# Визит к гинекологу становится нормой

**Насколько развита гинекология в Приморье, что тревожит пациенток в большей степени, с какого возраста девочке следует посещать гинеколога, как увеличить число желанных беременностей, - об этом говорили собравшиеся за круглым столом доктора МЦ «Асклепий»: главный врач, гинеколог-эндокринолог Оксана Владимировна СЕМУХИНА, заведующая отделением акушерства и гинекологии Оксана Зеноновна БЕЛГОЛОВА и акушер-гинеколог Татьяна Валентиновна БОЛЫЧЕВА**

**- Каковы современные тренды акушерства и гинекологии? И насколько они характерны для Приморья?**

**- О.З. Белголова:** Гинекология - не застывшая наука, постоянно развивается, и врачи нашего центра в курсе всех

передовых тенденций. Так, например, кто бы мог подумать, что миому матки можно будет лечить консервативным методом, не прибегая к операции, что сразу нашло большой отклик у наших пациенток, поскольку избавляет от потери органа и позволяет родить ребенка, несмотря на патологию.

Другой современный аспект – управлять управляемым. При своевременном обращении пациентки к врачу можно профилактировать целый ряд заболеваний и даже выбрать количество менструаций в год, что удобно и вполне естественно для современной женщины. Также очень эффективно решаются вопросы эстетической гинекологии - путем интимного лазерного омоложения, плазмолифтинга, пластики гиалуроновой кислотой.

**- О.В. Семухина:** Не менее активно

развивается сегодня неинвазивная пренатальная диагностика. Начиная с девятой недели беременности женщина может сдать кровь на определение ДНК плода и выявить риск развития хромосомных аномалий.

**- С какими проблемами приходят сегодня к вам чаще всего?**

**- О.В. Семухина:** Ко мне как к гинекологу-эндокринологу часто обращаются женщины в деликатном возрасте, переживающие период менопаузального перехода или уже находящиеся в состоянии менопаузы. В индивидуальном порядке мы подбираем для них гормонозаместительную терапию, улучшающую физическое и эмоциональное самочувствие, сглаживающую проявления климакса. Также растет число женщин, желающих испытать счастье материнства после 40 лет, и с нашей помощью они

планируют беременность и рожают здоровых малышей.

- **О.З. Белгорова:** В нашем медицинском центре немало пациенток, которые приходят с различными эндокринными расстройствами - нарушением цикла, отсутствием беременности в течение продолжительного времени и т.д. По-прежнему актуальны заболевания, вызванные воспалительными процессами, метаболическим синдромом на фоне ожирения при тотальной гиподинамии. Кроме того, все больше обращений по вопросам эстетической гинекологии.

- **Т.В. Болычева:** Я веду прием детей и подростков, и ко мне часто приходят мамы с дочками, страдающими воспалительными заболеваниями наружных половых органов, испытывающими нарушения менструального цикла. Обращаются и пациентки постарше с просьбой подобрать контрацептив. Последнее не может не радовать: молодое поколение заботится о здоровье и предпочитает планировать беременность.

- **На ваш взгляд, регулярное посещение гинеколога становится нормой?**

- **Т.В. Болычева:** Да, число сознательных пациенток растет, все больше женщин понимают, насколько важно сделать эти визиты системными.

- **О.В. Семухина:** Я тоже отмечаю такую тенденцию. Все чаще пациенты приходят без выраженных жалоб, с профилактической целью. Для одних мотиватором становится страх - если кто-то из знакомых серьезно заболел. Другими движет понимание того, что именно здоровье стоит во главе благополучной и счастливой жизни - как личной, так и профессиональной. Да и работодатели, надо отдать должное, стали внимательнее и бережнее относиться к персоналу, оплачивают проведение профосмотров.

- **О.З. Белгорова:** Пациенты приходят разные, но в целом, соглашусь с коллегами, культура здоровья растет, появляется осознание того, что в вопросе его сохранения ключевым словом становится «вовремя»: вовремя посетить врача, вовремя пройти

обследование, вовремя начать лечение... Кому-то посещать гинеколога достаточно раз в год, кому-то надо делать это чаще, в зависимости от показаний, и каждый сам ответственен за то, каким будет его «завтра». А мы, врачи, всегда готовы помочь.

- **С какого возраста девочка может обратиться в «Асклепий», и, если речь идет о несовершеннолетних пациентках, требуется ли присутствие мамы?**

- **Т.В. Болычева:** Вообще мы принимаем даже новорожденных детей. Начиная с 15 полных лет, девочка мо-

жет прийти на прием одна. До наступления этого возраста - с мамой или опекуном.

жет прийти на прием одна. До наступления этого возраста - с мамой или опекуном. Большое преимущество нашего центра - преемственность специалистов. Мы, гинекологи, можем вести одну пациентку, консультируясь друг с другом. При необходимости подключаем врачей других специальностей и оказываем максимально полный объем медицинской помощи, а также тесно сотрудничаем с лабораторией центра.

*Все чаще пациенты приходят на прием без выраженных жалоб, с профилактической целью. Ими движет понимание того, что именно здоровье стоит во главе благополучной и счастливой жизни - как личной, так и профессиональной*

жет прийти на прием одна. До наступления этого возраста - с мамой или опекуном.

Как правило, если нет настораживающей симптоматики, мамы приводят девочек на прием в 3 года перед поступлением в детсад, затем в 7-летнем возрасте, перед школой. Но особенно внимательными по отношению к дочерям надо быть в период полового созревания. Стоит немедленно обратиться к врачу, если к 15 годам у девочки не было менструации или в 13 лет нет и намека на увеличение молочных желез. Тревожным симптомом является и чрезмерно раннее половое созревание. В моей практике, например, была 8-летняя пациентка, у которой в ее возрасте уже началась менструация.

- **Расскажите о гинекологах, работающих в центре.**

- **О.В. Семухина:** В штате «Асклепия» 15 докторов разной специализации, включая тех, что работают в филиалах. Все врачи беспрестанно развиваются, повышают квалификацию в Москве, Санкт-Петербурге, Сочи, а также за рубежом. Параллельно с этим проходит дистанционное обучение, в т.ч. онлайн, участвуют в профильных ве-

бинарах. Помимо этого, обязательно раз в месяц организуем внутреннюю учебу с разбором интересных клинических случаев.

- **Насколько важно, чтобы в медучреждении была своя лабораторная база, что это дает пациентам?**  
- **О.В. Семухина:** Это позволяет оперативно поставить диагноз, что крайне важно в экстренных случаях. Например, определить внематочную беременность, угрозу самопроизвольного аборта и т.д. Даже если время приема анализов уже окончено, специалисты лаборатории всегда идут навстречу и выдают результат в кратчайшие сроки, чтобы помочь доктору разобраться с проблемой.

- **Какие тревожные симптомы являются поводом для немедленного обращения к врачу?**

- **О.В. Семухина:** Исключая случаи, требующие стационарного лечения, это может быть нарушение менструального цикла, боли внизу живота, кровянистые выделения, в т.ч. на фоне беременности, неприятный запах, циститы, обильная менструация...

- **О.З. Белгорова:** Практика показывает, что вопрос обильной менструации не всегда беспокоит наших женщин, и напрасно, это тоже можно отнести к патологии. Недавно на приеме была пациентка, рассказавшая, что первые

два дня она лежит пластом дома, меняет десяток прокладок в день, но считает это нормой, потому что у мамы и бабушки было так же. На самом деле, ситуация требует коррекции.

- **Т.В. Большичева:** А я хочу акцентировать внимание женщин старшего возраста на том, что при появлении любых кровянистых выделений на фоне отсутствия менструации на протяжении года и более, нужно также обратиться к врачу: это может быть признаком онкологического заболевания.

- **Грамотность пациентов относительно методов контрацепции растет?**

- **О.З. Белгорова:** К сожалению, в Приморье, как и в России в целом, не такой большой процент женщин, использующих надежные методы контрацепции – гормональные препараты или внутриматочные спирали. Это

делают всего лишь 12%. Большинство используют барьерные методы - прерванный контакт или презерватив. Это неэффективно и даже опасно. Только квалифицированный врач может объяснить плюсы и минусы каждого метода и препарата, уберечь от ненужных страхов и развенчать порой нелепые мифы. Возьмем, к примеру, связь гормональных препаратов с онкологией. Доказанный факт: гормональная контрацепция при длительном приеме не только не увеличивает, но напротив снижает риск развития рака яичников, эндометрия и колоректального рака.

- **О.В. Семухина:** Наши доктора очень компетентны в вопросах контрацепции, знают все об абсолютных и относительных противопоказаниях и могут подобрать тот препарат или способ, который идеально подойдет конкретной женщине. Пойти и купить

контрацептив самостоятельно – по совету подруги или фармацевта - крайне безграмотно. Необходима консультация врача, а порой и предварительное обследование. Иначе женщина должна признать, что проводит над собой эксперимент и сама отвечает за его последствия.

- **И последний вопрос. Сколько малышей появляется на свет ежегодно благодаря специалистам центра?**

- **О.З. Белгорова:** Могу сказать только то, что ежегодно на учете в «Асклепии» в среднем стоит 600 беременных женщин. Каждый год их число становится все больше. И если в других случаях нам хочется, чтобы кривая статистики шла вниз, демонстрируя результаты борьбы с теми или иными заболеваниями, то уверенный рост именно этого показателя нас только радует.



## Проверьте свое здоровье вместе с МЦ «Асклепий»!

### Программа общего медицинского обследования

Женщины до 40 лет:	Женщины после 40 лет:
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Лабораторные исследования</li> <li>✓ Инструментальное обследование:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• R – графия грудной клетки в 2х проекциях</li> <li>• ЭКГ</li> <li>• УЗИ молочных желез</li> <li>• УЗИ органов брюшной полости (печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезёнка, почки)</li> <li>• МРТ головного мозга и артерий головного мозга</li> <li>• УЗИ гинекологическое (матки и придатков)</li> </ul> </li> <li>✓ Осмотры специалистов:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Гинеколог</li> <li>• Офтальмолог (Измерение внутриглазного давления, исследование глазного дна)</li> </ul>                             Заключение врача-терапевта                         </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Лабораторные исследования</li> <li>✓ Инструментальное обследование:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• R – графия грудной клетки в 2х проекциях</li> <li>• ЭКГ</li> <li>• УЗИ молочных желез</li> <li>• УЗИ гинекологическое (матки и придатков)</li> <li>• Маммография</li> <li>• УЗИ органов брюшной полости (печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезёнка, почки)</li> <li>• УЗИ щитовидной железы</li> <li>• МРТ головного мозга и артерий головного мозга</li> </ul> </li> <li>✓ Осмотры специалистов:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• ЛОР консультация</li> <li>• Гинеколог + видеокольпоскопия</li> <li>• Офтальмолог (Измерение внутриглазного давления, исследование глазного дна)</li> </ul>                             Заключение врача-терапевта                         </li> </ul>



# РМЖ: главное – не упустить время

Ежегодно в России диагноз «рак молочной железы» (РМЖ) слышат более 54 тысяч женщин. Однако всего треть россиянок ежегодно посещают врача-маммолога, 30% не делают этого вовсе, и примерно 40% женщин проходят осмотр раз в несколько лет, - такова статистика Противоракового общества России. А ведь в случае ранней диагностики вероятность полного выздоровления достигает 94%.

Обсудить проблему выявления рака молочной железы за круглым столом собрались врачи МЦ «Асклепий»: онколог-маммолог, хирург Андрей Николаевич КОРОЛЕВ, врач-рентгенолог Владимир Дмитриевич ЮГАЙ и врач ультразвуковой диагностики Виктория Самвеловна ГРИГОРЯН.

**- Как обстоят дела с выявляемостью этого заболевания в Приморье, в том числе у пациентов вашего медицинского центра, число запущенных случаев сокращается или растёт?**

**- В.Д. Югай:** На последней маммологической конференции во Владивостоке было озвучено, что среди онкологических заболеваний у женщин Приморского края рак молочной железы по-прежнему находится на первом месте. Этот показатель соотносим и с общероссийской, и с мировой статистикой. Но число запущенных случаев все-таки снижается, что не может не радовать. Думаю, этот обусловлено тем, что в Приморье растёт уровень диагностики, что позволяет выявлять патологию на ранней стадии. К тому же доктора – и диагносты, и маммологи – все чаще прибегают к международной классификации за-

болеваний молочной железы по системе BI-RADS, что облегчает взаимопонимание между врачами и вносит больше ясности в процесс постановки диагноза.

**- А.Н. Королёв:** На мой взгляд, статистика по раку молочной железы в «Асклепии» все-таки более благоприятная, чем в государственных клиниках. Большая часть пациентов частных медучреждений, среди которых лидирует наш центр, сознательно заботится о своем здоровье, знает о существовании скрининговых программ. Запущенные стадии чаще всего обнаруживаются у жительниц удаленных районов края, которые редко обращаются в поликлиники. Если говорить о пациентках, которых наблюдаю я, то в основном они приходят с образованиями размером 2-5 см, когда им

можно помочь. При этом медленно, но все же растет число тех, кто обращается с профилактической целью.

- **В.С. Григорян:** Согласно с коллегами, пациенты становятся более ответственными и дисциплинированными. Ежегодный скрининг способствует не только выявлению скрытых форм рака, но и обладает психологической ценностью для женщин. Это касается случаев, когда в результате проведенных исследований с помощью УЗИ, маммографии или МРТ женщины убеждаются, что у них отсутствует патология. Если же во время обследований выявляются признаки злокачественного образования, то благодаря мощной диагностической базе нашего медицинского центра можно оперативно, в течение двух-трех дней, поставить точный диагноз и сразу начать лечение.

- **Как часто нужно проходить обследование, и каков его алгоритм?**

- В.Д. Югай: Маммография показана всем женщинам, начиная с 40-летнего возраста, параллельно по показаниям рекомендуется делать УЗИ молочных желез. Исключение составляют те

женщины, у кого есть наследственная предрасположенность к раку молочной железы. В этом случае обследование должно быть более тщательным и начинаться в более раннем возрасте, можно сделать генетический паспорт и оценить степень риска. Кроме того, обследование на маммографе можно пройти и в том случае, если женщину что-то беспокоит, но перед этим желательно посетить врача-маммолога.

- А.Н. Королев: Поскольку рак молочной железы не всегда сопровождается симптоматикой, и пациентка может ничего не чувствовать, даже когда опухоль достигает размеров куриного яйца, особое значение приобретает ежемесячный самоосмотр. Но лучше не дожидаться момента, когда женщина обнаружит в груди уплотнение, а сделать обследования на маммографе и УЗИ ежегодными.

- **Какой вид обследования наиболее информативный?**

- **В.С. Григорян:** Я бы не ставила вопрос таким образом. Нельзя сказать, что один метод лучше, другой – хуже, они дополняют друг друга. Если в молочной железе преобладает желези-

стый слой, то предпочтение отдадут УЗИ. Если превалирует жировой слой – маммографии. Но если во время ультразвукового исследования я визуализирую патологическое образование, то рекомендую консультацию онколога-маммолога, а он уже в свою очередь назначает дополнительно те виды обследования, которые считает нужными для уточнения и постановки окончательного диагноза. Это может быть маммография, МРТ, биопсия или генетическое обследование.

- **В.Д. Югай:** Мы, диагносты, очень часто сталкиваемся с вопросом, что же эффективнее - УЗИ или маммограф? У женщин до 35-40 лет молочная железа лучше смотрится на УЗИ, а в более старшем возрасте – на маммографе. Но этот переход плавный и весьма условный. Львиная доля пациенток нуждаются в обоих видах обследования, а порой еще и в МРТ молочных желез. При этом томограф не исключает остальных методов, а лишь дополняет общую картину.

- **Кто находится в группе риска?**

- В.С. Григорян: В первую очередь, пациентки, у которых родственницы по



женской линии - мама, бабушка или тетя - имели такое заболевание. А также женщины, принимающие гормональные препараты, в том числе противозачаточные, поскольку грудь - самый гормонозависимый орган в организме.

- **А.Н. Королев:** Как показывает практика, наличие у женщины большого бюста - 4-5 размера – также является поводом внимательнее наблюдать за состоянием молочных желез. Таким пациенткам сложнее делать самоосмотр, и даже врач не всегда может пальпировать образование, поэтому без инструментальных методов диагностики не обойтись.

Также в группе риска находятся женщины с лишним весом, причина - большая гормонозависимость. Чем больше жировой ткани, тем больше эстрогенов, и тем выше риск развития опухоли.

Женщинам с большим количеством аборт, гинекологическими патологиями – замершей или внематочной беременностью и т.д. – также следует контролировать состояние молочных желез: дисгормональные нарушения косвенно могут давать последствия. Кроме того, внимательнее нужно быть и тем пациенткам, что имели проблемы во время кормления грудью, например, страдали маститом.

**- Что может являться профилактикой рака молочной железы?**

- **А.Н. Королев:** Как таковой профилактики нет. Не хочу показаться банальным, но необходимо вести здоровый образ жизни, правильно питаться, заниматься спортом, не злоупотреблять солнечными ваннами. Кроме того, на состояние молочных желез хорошо влияет продолжительное кормление грудью, не менее шести месяцев.

- **В.Д. Югай:** Очень важен психоэмоциональное состояние женщины. Официально доказано, что среди причин той же мастопатии – длительный стресс, напряжение, невроз, не говоря уже о раке, где эта причина часто является фундаментальной. Со стрессом можно и нужно бороться.

- **А.Н. Королев:** Полностью согласен. За рубежом психологи и психотера-

певты очень тесно работают с клиницистами, у нас же зачастую первая реакция пациента – недоуменно испуганное «Я не псих!». И только в последнее время совет сходить к таким специалистам начинают воспринимать адекватно.

**- Предположим, у пациентки диагностирована опухоль, что дальше?**

- **А.Н. Королев:** Если опухоль доброкачественная, то берем ее на контроль

порядке. У нас установлен один из самых лучших маммографов в крае – цифровой, со стереотаксической приставкой для биопсии, обеспечивающий такую же точность диагностики, как хирургическая биопсия, но при значительно меньших финансовых затратах и гораздо меньшей травматизации органа, к тому же выполняется под местной анестезией и в амбулаторных условиях. А недавно база центра пополнилась

---

*Очень важен психоэмоциональное состояние женщины. Официально доказано, что длительный стресс, нервное напряжение часто способствуют возникновению рака. Со стрессом можно и нужно бороться*

---

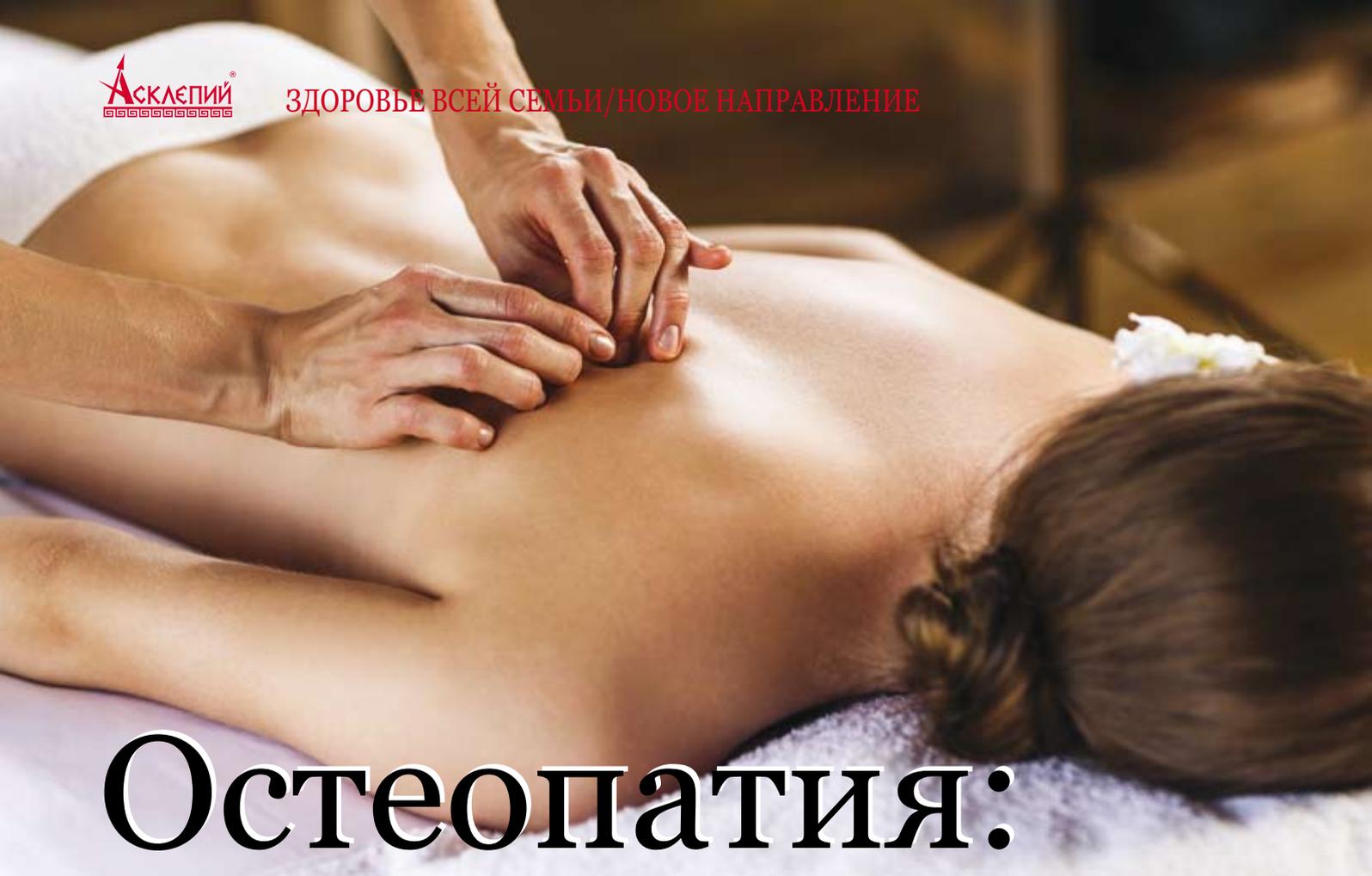
и наблюдаем, в некоторых случаях рекомендуется удаление. Если же образование злокачественное – лечение однозначно хирургическое. На базе «Асклепия» такие операции не проводятся, но мы направляем пациенток в партнерские клиники (я и сама являюсь практикующим хирургом). Практика показывает, что такие операции проводятся во Владивостоке очень успешно, включая последующую реконструкцию молочных желез. Технологии при этом используются самые современные - и лоскутная, и собственным жиром пациентки (в Европе это сейчас особенно популярно). Конечно, женщина может выбрать и операцию за рубежом. В этом случае нужно очень внимательно отнестись к выбору клиники. У нас часто панатеей является Южная Корея. Но эта страна не является лидером по лечению рака молочной железы, особенно у европейцев, имеющих другой генотип. Так или иначе, выбор всегда за пациентами.

- **В.Д. Югай:** Причина, по которой пациенты выбирают лечение за границей, чаще всего заключается не в уровне квалификации докторов, а в уровне предоставляемого сервиса, особенно в сравнении с государственными клиниками. Что же касается качества диагностической базы, то в «Асклепии» она на столь же высоком уровне, как и за рубежом. С сервисом тоже все в

новым цифровым высокопольным магнитно-резонансным томографом, на котором можно смотреть молочные железы.

- **В.С. Григорян:** Все врачи центра беспрестанно повышают свою квалификацию, 2-3 раза в год посещая профильные симпозиумы и конференции, стажирясь в ведущих мировых центрах, - руководство не жалеет на это средств. Все УЗИ-аппараты «Асклепия» относятся к экспертному классу и являются многофункциональными, с новыми технологиями и дополнительными опциями, включая эластографию, также Micro Pure и SMI . При этом парк техники постоянно обновляется, пополняется новейшими образцами исключительно европейского и японского производства. И каждый новый аппарат – это новые диагностические возможности, вовремя обнаруженные патологии и спасенные жизни.

- **А.Н. Королев:** Нередко женщины признаются, что, нащупав уплотнение в груди, месяцами не решались прийти на прием к врачу, опасаясь услышать грозный диагноз. Но ведь рак молочной железы встречается в десятки раз реже, чем доброкачественные образования, которые также требуют терапии. Но даже если опасения подтвердятся – на ранней стадии проблема разрешима. Главное – не упустить время.



# Остеопатия:

## улучшаем качество жизни

Нынешней осенью на базе МЦ «Асклепий» открывается Центр остеопатии, который будет заниматься проблемами женского и мужского здоровья, включая бесплодие, а также сопровождением людей с различными вегетативными нарушениями.

- Андрей Александрович, давайте начнем с того, чем остеопат отличается от мануального терапевта?

- Приведу простой пример: если врач какой-либо специальности решит переквалифицироваться в мануального терапевта, ему потребуется на это 4 месяца, а чтобы стать остеопатом – 4 года. На практике мануальный терапевт исходит из того, что причины многих проблем находятся в заболеваниях позвоночника, а остеопат рассматривает тело как единое целое,

придавая особое значение работе центральной нервной системы и головного мозга, и способен слышать движения и ритм любого органа или системы. Возьмем к примеру печень. У больного гепатитом она «звучит» одним образом, при повреждении протоков – другим, а если есть генетические аномалии – сигналы будут совершенно иными, и остеопат очень точно улавливает эту разницу. Есть специальные техники, когда доктор подает импульс внутрь того или иного органа, и он возвращается ему с информацией. Это сложно объяснить словами, но опытный остеопат распознает любое движение органа или системы, выходит на одну из основных причин возникновения патологии и часто помогает решить проблему более мягко, не прибегая к радикальным медицинским методам.

При этом остеопатия не является панацеей, и остеопаты не «перетягивают одеяло на себя», а, напротив, выступают за сотрудничество с врачами других специальностей, поскольку такое взаимодействие оказывается очень эффективным. Другое дело, что санитарно-просветительской работы на тему такого сотрудничества среди врачей края, к сожалению, не проводится. И большая часть пациентов приходит не по направлению докторов, а по отзывам друзей, родных, знакомых.

Но есть и исключения. Приходилось работать с маленьким пациентом, направленным ко мне педиатром после тяжелой формы желтухи с целью предотвращения нарушения обмена веществ. Мальчику был сделан дренаж, обеспечивший нормальный отток желчи, в результате билирубин снизился, желчные кислоты восстановились, и обмен веществ нормализовался, что помогло избежать образования патологий, связанных с сахарным диабетом.

Хорошие результаты дает совместная работа с маммологами. У меня были



Рассказывает специалист:

**Андрей Александрович Козлов**

мануальный терапевт, врач-osteopat  
МЦ «Асклепий»

пациентки с фиброаденомами, которые после нескольких сеансов исчезли, что подтверждалось во время маммографии и УЗИ. Ничего удивительного в этом нет, ведь это состояние часто обусловлено лимфатическим застоем, и, очистив «коллектор», можно избавиться и от самого образования, не прибегая к операции.

Подобных примеров можно привести много. У меня была пациентка с жалобами на боли в спине, причиной которых оказалось... резкое снижение веса. Проведя декомпенсацию, мы быстро и эффективно решили эту проблему. Другая пациентка, молодая женщина, несколько лет страдала циститом, до такой степени, что вынуждена была носить с собой запасное белье, а избавилась от проблемы уже после первой процедуры. Оказалось, связочный аппарат мочевых путей был напряжен и ограничен в результате кесарева сечения: разрезы были выполнены не вдоль, а поперек мышц, что усилило нагрузку на связки, и спустя какое-то время на фоне эмоционального потрясения возник цистит, мучивший ее много лет. Ситуацию, как я уже сказал, удалось исправить за один сеанс.

**- Каким образом остеопатия помогает при бесплодии?**

- В большей степени это касается женщин, у которых бесплодие связано не с гинекологическими заболеваниями или гормональными нарушениями, а с причинами психогенного характера. С помощью определенных техник мы высвобождаем напряженные полушария головного мозга, гипоталамо-гипофизарную ось, работаем над тканями, которые подверглись стрессовым ситуациям, с маткой, щитовидной железой, - и постепенно проблема уходит. К слову, очень хочется, чтобы врачам-гинекологам еще в интернатуре давали остеопатические приемы, которые позволяют расслабить связочный аппарат, окружающий копчиковый сустав, и обеспечить нормальный приток крови, объем движений и нервный импульс. Остеопатия не гарантирует 100-процентный результат, но из десяти пациенток с диагнозом «бесплодие», с которыми я работал недавно на базе одного из медучреждений Владивостока, шесть

забеременели. Причем одна из женщин безуспешно пыталась это сделать на протяжении 12 (!) лет. Мы же работали с ней всего четыре месяца, проводя процедуры всего лишь раз в неделю.

**- А тем, кто уже ждет ребенка, есть смысл обращаться к остеопату?**

- Безусловно. В определенные trimestры с помощью специальных техник мы проводим остеопатическую коррекцию, что помогает избежать нефропатии, гестоза, скачков давления, приливов и т.д. Совмещая технические приемы с лимфодренажем, удается нормализовать насосную функ-

ты опорно-двигательного аппарата, болезнями суставов и внутренних органов, слабым иммунитетом, ЛОР-заболеваниями и т.д. Иногда приходят пациенты с жалобами на нехватку жизненной энергии, на плохую память - помочь стараемся всем. Также рекомендую раз в год приходиться на профилактический прием, чтобы предупредить возможные проблемы.

**- Пациенты готовы к профилактике заболеваний?**

- Да, причем готовых нести ответственность за свое здоровье людей с каждым годом становится все больше, что не может не радовать. За-

---

*Главный симптом – снижение качества жизни, проявляющееся болями любой локализации, нарушением работы опорно-двигательного аппарата, болезнями суставов и внутренних органов, слабым иммунитетом, жалобами на нехватку жизненной энергии и плохую память, - помочь стараемся всем*

---

цию венозного оттока, что снижает нагрузку на органы малого таза. И, конечно, работаем с женщинами после родов, помогая быстрее восстановиться и прийти в форму.

**- Из этого следует, что всем, кто пережил хирургическое вмешательство, тоже есть смысл обратиться к остеопату?**

- Да, реабилитация пациентов в послеоперационный период очень важна, и остеопатия в этом смысле очень эффективна. Не имеет значения, какая именно область организма подверглась вмешательству. У меня был 18-летний пациент с травмой левого желудочка сердца, которого мучили постоянные боли, нарушение ритма. Мы провели три процедуры, и вот уже три года он чувствует себя хорошо. УЗИ подтверждает, что кровоток нормализовался, процессов тромбообразования нет.

**- По каким симптомам человек может понять, что он ваш пациент?**

- Главный симптом – снижение качества жизни, а проявляться это может по-разному: болями любой локализации, нарушением рабо-

ставить пациента прийти на прием нельзя, да это и не является задачей врача. Я могу только рассказать о целесообразности профилактики, о возможностях остеопатии, а решение пациент всегда принимает сам. Но, согласитесь, это несложно - раз в год выделить 40 минут на посещение доктора и либо услышать, что все в порядке, либо оперативно скорректировать состояние организма.

**- С какого возраста можно приводить на прием детей?**

- С самого рождения. И не только можно, но и нужно, независимо от того, была у ребенка родовая травма или нет. В Европе, в той же Франции, 38% от числа всех пациентов остеопатов приходится на детей. Владивосток сегодня тоже приближается к подобной статистике, и если тенденция продолжится, то подрастающее поколение будет явно здоровее нынешнего.

А пока приглашаем приморцев в новый Центр остеопатии на базе МЦ «Асклепий», для того чтобы качество вашей жизни оставалось на уровне, позволяющем проживать каждый день с удовольствием.

# Попрощайтесь с ГОЛОВНОЙ БОЛЬЮ!

Тем приморцам, что испытывают жуткий дискомфорт от головной боли, наконец-то удастся об этом забыть. Во Владивостоке, на базе Медицинского центра «Асклепий» открылся не имеющий аналогов в регионе Центр лечения головной боли.

– Павел Павлович, головная боль по-прежнему входит в число самых распространенных расстройств нервной системы. Это мучительное состояние не просто выбивает из привычного ритма жизни, а кардинальным образом влияет на ее качество. Но при этом зачастую не распознается и не лечится должным образом, несмотря на все достижения современной медицины. Почему?

– Как показывает статистика, в 80% случаев пациентам ставят ошибочный диагноз. Очень важно различать первичную и вторичную головную боль. Первая делится на 4 типа: мигрень, головная боль напряжения, кластерная и абузусная (или лекарственная) и характерна для 80% обращающихся за медицинской помощью. Остальные 20% страдают вторичной головной болью, вызванной заболеваниями позвоночника, травмами головного мозга, гипертонией. Но, как показывает та же статистика, на практике все происходит наоборот: 80% пациентов выставляется диагноз «вторичная головная боль», как то дисциркуляторная энцефалопатия, последствия черепно-мозговой травмы, а это влечет другую тактику лечения и в лучшем случае дает краткосрочный эффект ремиссии, после чего боль возвращается с новой силой.

По международной статистике, как и по статистике нашей страны, число таких пациентов составляет примерно 5–7% населения. Если перенести эту статистику на Владивосток, то при-



Рассказывает специалист:

**Павел Павлович Калинин**

д.м.н., заслуженный врач России, руководитель Центра диагностики и лечения головной боли МЦ «Асклепий»

мерно 30 тысяч горожан страдают мигренью. А сколько из них получают квалифицированную терапию? Не ошибусь, если скажу, что единицы.

В Европе, например, вышла уже третья классификация диагноза «головная боль», прописаны ее причины, определены четкий алгоритм диагностики, перечень дополнительных

– Неужели неврологи не знакомы с новыми методиками, не пытаются установить истинную причину боли?

– Просто большинство врачей не занимаются этой проблемой всерьез. И не потому, что она чрезвычайно сложная. Многим не хватает элементарно времени: за те 12–15 минут, что отводятся обычно на прием пациента, невозможно поставить точный диагноз.

*Мы никого не собираемся «осчастливливать» насильно. У каждого есть право выбора. Одним достаточно приема таблеток, кратковременно снимающих головную боль. Другие хотят распрощаться с ней по-настоящему. Для них и работает наш медицинский центр*

обследований и тактики лечения. Но пока на всей территории России по европейским стандартам работают всего 3–4 клиники в Москве, одна в Екатеринбурге и, пожалуй, все. На международных конференциях, которые проводились по данной тематике, говорилось, что на 100 тысяч населения рекомендовано иметь кабинет профилактики и лечения головной боли, в котором должны работать невролог, психотерапевт, мануальный терапевт, массажисты, иглорефлексотерапевты. И если в Европе такие кабинеты – это государственные учреждения, то у нас подобные центры организуются пока только на базе коммерческих клиник, и Владивосток не стал исключением: наш кабинет работает на базе медицинского центра «Асклепий».

Мне с моим опытом работы требуется не менее 30–40 минут для того, чтобы только опросить пациента!

Поэтому мы преследуем цель не только помочь приморцам, измученным головными болями, но и развиваем образовательное направление, популяризируя свои знания среди медработников края. Надеюсь, нам удастся повысить уровень первичной диагностики головной боли в Приморье в целом.

– Как проявляется первичная - или истинная - головная боль?

– Обычно она формируется в подростковом возрасте или в период с 20 до 30 лет. Для нее характерна длительная продолжительность с разной частотой – от 1–2 раз в месяц до еже-

дневных приступов, и так на протяжении нескольких лет. При этом боль плохо поддается простой медикаментозной коррекции.

Кроме того, если у пациентов, страдающих вторичной головной болью какого-либо типа, вдруг появляются новые, непривычные болевые ощущения, это сигнал к немедленному обращению в наш центр.

**– Каким образом осуществляется лечение в вашем центре?**

– Все начинается с определения причины головной боли. «Асклепий» располагает отличной диагностической базой, включая новейший высокопольный цифровой магнитно-резонансный томограф, самый современный в регионе 160-спиральный компьютерный томограф и другое оборудование экспертного класса. В совокупности с квалификацией докторов это гарантирует точную постановку диагноза. А это краеугольный камень будущей терапии.

С пациентами работает мультидисциплинарная бригада докторов: невролог, кардиолог, иногда психотерапевт, а при необходимости подключаем и других специалистов. В отделении есть все необходимое оборудование, в частности аппарат транскраниальной электростимуляции, позволяющий выявлять и лечить заболевания нервной системы, стимулируя кору головного мозга при помощи коротких магнитных импульсов.

**– Иногда головная боль не устраняется до конца, и можно лишь добиться состояния длительной ремиссии. Какого результата после лечения в вашем центре может ожидать пациент, страдающий мигренью?**

– Мы ставим целью уменьшить количество приступов как минимум в два раза по частоте и на 50–70% по интенсивности. Это немало. Представьте, у человека было по четыре приступа в месяц, и он был выбит из колеи восемь дней ежемесячно, а после лечения у нас приступы повторяются всего лишь дважды в месяц, и он при этом вполне работоспособен.

Кроме того, мы учим пациентов правильному поведению и грамотному

применению препаратов непосредственно в период приступа. Порой они сидят и ждут: а вдруг обойдется? И только спустя 2-3 часа после возникновения боли начинают принимать препараты, но она не уходит, а лишь усиливается. Это происходит не оттого, что препарат плохой, а оттого, что принимается несвоевременно. Поэтому мы прописываем с пациентом четкую схему лечения: на каком

Нет чудодейственных таблеток. Успех лечения – это искусство доктора и сила воли пациента. Терапия заключается не только в правильном подборе препаратов и применении дополнительных методов лечения, таких, как массаж, иглорефлексотерапия, специальная гимнастика. Очень многое зависит от самого пациента, от его собственной решимости избавиться от головной боли. И



этапе тот или иной препарат сработает максимально эффективно, а какой принимать уже поздно.

**– То есть пациент тоже должен прилагать определенные усилия для выздоровления?**

– Безусловно. Начинать нужно с образа жизни. Часто, когда я разговариваю с пациентами, выясняю интересные подробности. Например, спрашиваю, в какое время они ложатся спать. У многих вопрос вызывает недоумение. Приходится объяснять, что при наличии такого заболевания важно ложиться спать до полуночи. Да и в целом это заболевание требует не просто приема каких-то препаратов, но еще и правильного образа жизни, исключения из рациона продуктов питания, усиливающих боль.

если человек действительно хочет попрощаться с болью, он должен чем-то пожертвовать и взять долю ответственности на себя самого. А доктор, в свою очередь, должен понимать, что его задача – не только диагностировать заболевание, но и вести пациента по жизни, корректируя назначенное лечение. Поэтому повторные приемы просто необходимы, и пациент должен осознавать их важность.

Мы никого не собираемся «осчастливливать» насильно. У каждого есть право выбора. Одним достаточно приема таблеток, кратковременно снимающих головную боль. Другие хотят распрощаться с ней по-настоящему. Для них и работает наш медицинский центр.

# Планируйте беременность и наслаждайтесь материнством!



**Материнство – это самое большое счастье для женщины. Почему беременность должна быть запланированной, существует ли лучшее время для зачатия, безопасно ли становиться мамой после сорока, и какую роль на этапе подготовки играет будущий отец?**

**- Марина Витальевна, в чем суть планирования беременности, и когда задумавшейся об этом женщине нужно отправиться к доктору?**

- Я рекомендую пациенткам обращаться к врачу-гинекологу хотя бы за три месяца, чтобы своевременно начать прегравидарную подготовку, включающую ряд диагностических, профилактических и лечебных мероприятий, направленных на сохранение здоровья женщины и рождение здорового малыша.

Подготовка несложная. Пациентке предстоит в первую очередь сдать стандартный минимум: клинический анализ крови, общий анализ мочи, анализ крови на TORCH-комплекс – токсоплазмоз, краснуху, хламидиоз, которые при первичном заражении во время беременности могут вызвать внутриутробное инфицирование плода с поражением систем и органов, что может привести к замиранию бе-



**Рассказывает специалист:**

**Марина Витальевна Молчанкина**  
акушер-гинеколог высшей категории  
МЦ «Асклепий»

ремени или врожденным уродствам. Также рекомендуется проверить функцию гормонов щитовидной железы. Если она снижена (а это фиксируется в 15-20% случаев), это может сказаться на течении беременности и привести либо к угрозе выкидыша, либо к рождению внешне красивого, здорового ребенка, у которого степень умственного развития оставляет желать лучшего. Ситуацию исправит назначение препаратов йода.

Помимо этого желательно сдать анализы на урогенитальные инфекции, а также на сифилис, ВИЧ и гепатиты В и С. Те же вирусные гепатиты часто протекают без каких-либо клинических проявлений, и порой женщина, уже встав на учет по беременности, обнаруживает, что является носителем гепатита.

В ряде случаев может потребоваться консультация узких специалистов. Например, во время беременности могут дать о себе знать соматические

заболевания в хронической форме. Особенно это касается циститов, пиелонефритов, инфекций мочевыводящих путей, заболеваний сердечно-сосудистой системы, гипертонии и гипотонии. Кстати, если повышенное давление часто воспринимается пациентками, как повод для тревоги, то пониженное зачастую принимается за норму, а это не так. К тому же стабилизация гипотонии во время беременности проходит гораздо сложнее.

Радует, что последние лет пять преобладает число тех, кто серьезно относится к планированию беременности, а также растет число женщин, рожавших второго, а то и третьего ребенка.

**- Существует ли понятие наиболее благоприятного периода для наступления беременности? Есть, например, мнение, что начинать подготовку стоит летом – море, солнце, обилие свежих ягод, овощей и фруктов способствуют укреплению здоровья будущей мамы...**

- По большому счету, если организм здоровый и процесс зачатия будет проходить естественным путем, время года не имеет значения. В разные периоды есть свои плюсы и минусы. Допустим, женщина действительно начнет планировать беременность летом, в осень забеременеет, и третий семестр придется на июнь-август, которые в Приморье сопровождаются то моросью и туманами, то зноем и духотой, а потому тяжело переносятся беременными на сроке от 30 и более недель. Впрочем, зимой по причине гололеда, большого количества надеваемой одежды будущим мамам тоже приходится непросто. Поэтому как таковой привязки к времени году я не наблюдаю. А вот желание подгадать рождение ребенка под определенный знак зодиака встречается. Хотя, как вы понимаете, на это не могут повлиять ни врач, ни сама пациентка, - таинство зачатия никто не отменял.

**- Каков возраст ваших пациенток? Действительно ли сегодня усилилась тенденция, когда мамами становятся в возрасте после сорока?**

- Если говорить о среднем возрасте беременных пациенток, то у каждого врача будет своя статистика. У меня в основном это женщины от 30 до 45 лет. Среди них довольно много тех, у кого это первая беременность. Это объясняется тем, что прежде чем родить ребенка будущие мамы стремятся получить образование, хорошую работу, выстроить карьеру. Все это похвально, но с возрастом появляются и нюансы, которые нужно учитывать. Нельзя сказать, что беременность будет протекать тяжело, - и мои пациентки прекрасно переносят это состояние, - но риски осложненного течения процесса вынашивания и оперативного родоразрешения имеют место быть.

Особенно это касается первобеременных пациенток старше 40 лет, когда риск генетических нарушений у плода, к сожалению, растет. Но это вовсе не значит, что нужно отговаривать женщин этого возраста от стремления стать мамой (и наши пациентки действительно рожают чудесных, здоровых малышек). Другое дело, что мы сразу предупреждаем их о важности

консультаций у генетика и о своевременности прохождения пренатальной диагностики. И тогда, при грамотном планировании беременности, выполнении профилактических мер, соблюдении режимов питания, физических и профессиональных нагрузок все завершается благополучно.

Очень многое зависит от психологического настроения самой пациентки. Наши мысли материальны, и внутренняя уверенность женщины в том, что у нее все хорошо, беременность развивается благополучно, имеет огромное значение. Не стоит паниковать, если доктор назначает какое-либо дополнительное обследование или анализ. Выходить из кабинета врача нужно с позитивным настроением: это рекомендация доктора, и я ее выполню, но при этом точно знаю - у меня все хорошо. Такое «разделение» помогает смотреть более спокойно на многие вещи и не нервничать.

**- Психологическая помощь в этот период очень важна. Вы оказываете ее самостоятельно или подключаете специалистов?**

- На мой взгляд, любой акушер-гинеколог в какой-то степени является психологом. От слова, сказанного в момент приема, от трактовки полученных результатов зависит очень многое, и я, как врач, всегда об этом помню.

Доброжелательный подход доктора к пациентам вообще очень важен. Я, например, стараюсь видеть в них своих дочерей, сестер или других родственников, к которым мы всегда относимся с теплом и любовью. Назидательный тон в общении с беременными женщинами, на мой взгляд, не всегда полезен. Они в это время обладают повышенной эмоциональностью, очень ранимы, склонны все преувеличивать, и доверительная беседа по душам всегда эффективнее.

Кроме того, все больше женщин работают сегодня в сфере активного бизнеса, и будущим мамам все чаще приходится учиться расставлять приоритеты: что первостепенно – благополучное течение беременности или карьера? Это касается тех случаев, когда состояние пациентки не требу-

ет госпитализации, но нуждается в соблюдении охранительного режима (например, при раннем токсикозе). Страх потерять работу часто настолько силен, что перевешивает доводы врача, и в этом случае требуется быть особенно убедительной. Тем не менее, в основном, я справляюсь с такими моментами сама. Крайне редко приходится прибегать к помощи психолога, а порой и психотерапевта, но эти ситуации связаны уже не столько с течением беременности, сколько с внешними факторами, переживаемыми женщиной.

**- Важна ли роль партнера, будущего отца, на этапе планирования беременности?**

- Безусловно, и могу отметить, что сознательность вторых половин растет, все чаще супруги приходят на прием вместе, а совместное посещение УЗИ во время беременности и вовсе стало нормой. Это крайне важно, когда мужья – союзники, их поддержка очень значима для женщины на всех этапах беременности.

Кроме того, сегодня очень распространены т.н. гражданские браки, когда пара ведет совместное хозяйство, планирует беременность, но не оформляет отношения, а после рождения ребенка отец усыновляет его. Практика показывает, как бы ни хвалилась женщина, говоря о том, что штамп в паспорте для нее не важен, она все равно переживает эту ситуацию и с психологической точки зрения чувствует себя менее комфортно, чем будущая мама, находящаяся в официальном браке.

И еще. При наступлении беременности мы рекомендуем женщинам встать на учет на сроке до 12 недель, чтобы вовремя начать пренатальную диагностику и успеть скорректировать возможные нюансы в состоянии мамы и плода.

Тем самым, грамотная прегравидарная подготовка, ранняя постановка на учет, динамическое наблюдение, позитивный настрой пациентки и четкая уверенность в том, что все будет хорошо, – залог счастливого течения беременности и появления на свет здорового малыша.



# О чем нужно знать мужчинам

**Насколько важна роль будущего отца при планировании беременности, в чем заключается подготовка к зачатию, какие обследования для этого нужно пройти, и о чем обязательно должны помнить все мужчины репродуктивного возраста?**

**- Ольга Алексеевна, какова роль будущего отца при планировании беременности?**

- Она гораздо важнее, чем принято считать. Наступление долгожданной беременности зависит не только от желания двух любящих друг друга людей, но и от состояния их здоровья. Последние исследования наглядно доказывают, что от будущего отца зависит не только успех зачатия, но и

возможность вынашивания беременности супругой, а также здоровье будущего ребенка. Поэтому все больше мужчин осознают степень личной ответственности перед столь серьезным шагом и вместе с женой обращаются к специалистам по планированию беременности.

**- Когда мужчинам нужно начинать подготовку к зачатию, и в чем она заключается?**

- Правильнее всего начать заботить-

ся об этом загодя, еще родителям мальчиков. Дело в том, что многие заболевания, пропущенные в детском возрасте, могут фатально отразиться на фертильности будущего мужчины – его способности иметь детей. Поэтому не стоит пренебрегать консультациями у детского уролога-андролога.

В последние годы фертильность потенциальных отцов имеет тенденцию к ухудшению, и этот факт нельзя не учитывать. Желательно, чтобы молодые



**Рассказывает специалист:**

**Ольга Алексеевна Серых**

врач-уролог МЦ «Асклепий»

мужчины, даже если они не планируют в обозримом будущем обзавестись потомством, заранее интересовались состоянием своего здоровья. Впрочем выявленные отклонения позволят своевременно провести необходимые лечебные мероприятия и избежать многих проблем у плода .

А вообще, как только появилось обоюдное решение о планировании беременности, не только женщина должна начать подготовку к этому радостному событию, но и мужчина: например, пройти минимум обследований, желательно не позднее трех месяцев до планируемого зачатия, для того чтобы у врача было время для возможной коррекции.

**- Какие именно обследования следует пройти будущему отцу?**

- Если он относится к категории так называемого неорганизованного населения, не охваченного регулярными диспансерными осмотрами, то рекомендуется рутинное обследование, сдать определенные анализы крови – клинический, на сахар, сифилис, ВИЧ, гепатиты В и С, - сделать флюорографию органов грудной клетки. Это даст общее представление о состоянии здоровья будущего отца.

Также обязательно нужно сдать анализы на инфекции, передающиеся половым путем (даже если партнеры абсолютно уверены друг в друге). Но, пожалуй, самым важным из обследований является спермограмма. За ней должен обязательно последовать осмотр уролога-андролога - для исключения воспалительных заболеваний и других патологий, ухудшающих фертильность. И уже после осмотра возможно назначение дополнительных исследований.

**- О чем, на ваш взгляд, непременно нужно знать мужчинам репродуктивного возраста?**

- Это довольно простые вещи, о которых часто забывают. Например, о том, что способность к оплодотворению неуклонно уменьшается от поколения к поколению. Среди причин - ухудшение экологии, ускорения ритма жизни, частые стрессы, неправильное пищевое поведение и некачественное питание, вредные привычки и т.д.

И пусть не все из перечисленного можно изменить, но нужно хотя бы попытаться уменьшить влияние этих факторов на свое здоровье. Например, стараться полноценно и регулярно питаться, включая в свой рацион продукты, богатые белками – мясо животных, птицу, морскую рыбу, яйца, творог, икру рыб. Пища обязательно должна содержать свежие овощи и фрукты, орехи, а также специи - кориандр, гвоздику, перец и имбирь.

Малоподвижный образ жизни также не приносит здоровья мужчине, тем более что пациенты с избытком веса чаще страдают снижением потенции и бесплодием.

Но главное, мужской организм генетически настроен на активную жизнь (хотя все больше мужчин вынуждены зарабатывать, сидя за рулем автомобиля). Так или иначе, но будущий папа непременно должен попытаться

*Как только появилось обоюдное решение о планировании беременности, мужчина тоже должен начать подготовку - например, пройти минимум обследований, желательно не позднее трех месяцев до планируемого зачатия, для того чтобы у врача было время для возможной коррекции*

Особенно полезны продукты, содержащие фолиевую кислоту и витамин С, которые – и это уже официально доказано! - положительно влияют на плодородность мужчины. А вот фаст-фуда, консервов, копченостей, сладких газированных напитков, жирной еды, алкоголя, а также продуктов, содержащих фитоэстрогены (сои, любых сортов капуста, пшеничных отрубей, пива, арахиса и бобовых) лучше избегать. При этом, даже употребляя правильные продукты, не стоит забывать о количестве поглощаемой пищи: переизбыток может привести к ожирению.

Изменить ситуацию и найти время для занятий спортом (обязательно включая в комплекс упражнения для улучшения кровообращения в малом тазу). Еще лучше, если к своему активному досугу он привлечет и вторую половину.

А вообще, самое важное в планировании беременности – это сильное и искреннее желание этого чуда обоими будущими родителями. Только тогда их старания будут вознаграждены радостью счастливого материнства и отцовства.

## О супружеской совместимости языком генов

**Проблема бесплодия не теряет актуальности. Среди причин – не только нарушения в работе репродуктивной системы партнеров, вредные привычки, неправильный образ жизни, но и... гены.**

Иногда бесплодие обусловлено иммунными нарушениями, которые не позволяют плоду нормально развиваться, и приводят к самопроиз-

вольным абортam. Порой у таких пар и вовсе не наступает беременность, не помогают даже вспомогательные репродуктивные технологии.

Генное исследование HLA-типирование, которое можно пройти в МЦ «Асклепий», выявляет степень несовместимости конкретной женщины с конкретным мужчиной, а также помогает установить причину бесплодия.

# Лучевая диагностика: КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД

Чем более укомплектована диагностическая база учреждения, тем надежнее защищены его пациенты: диагнозы выставляются оперативнее и являются максимально точными. Пациенты МЦ «Асклепий», обращающиеся в отделение лучевой диагностики, это хорошо знают.

Отделение оснащено по последнему слову мировой медицинской индустрии: современный цифровой рентгенологический комплекс ГАММА от Itarray, новейшие компьютерный и магнитно-резонансный томографы взаимодополняют друг друга, увеличивая скорость получения диагноза и спасая здоровье и жизни пациентов. А врачи-рентгенологи ежегодно участвуют во Всероссийском Национальном конгрессе лучевых диагностов и терапевтов «Радиология» (Москва) и международных профильных форумах. А также сами выступают с докладами на клинических конференциях и собраниях научно-диагностических обществ.

## Новый МРТ

«Весной этого года парк техники нашего отделения пополнился 1,5-тесловым магнитно-резонансным томографом Philips Ingenia. В Приморье это первый цифровой высокопольный МРТ. От своего предшественника он отличается еще более высокой скоростью, качеством изображения на снимках и широким охватом зоны сканирования, - рассказывает заведующий отделением лучевой диагностики МЦ «Асклепий» Лев Николаевич СУЛЯНДЗИГА. - При этом мы можем смотреть даже те органы, что находятся в движении на момент исследования, например, брюшную полость: колебания больше не являются помехой, изображения сохраняют максимальную четкость.



Рассказывает специалист:

## Лев Николаевич Суляндзига

зав. отделением лучевой диагностики  
МЦ «Асклепий»

Еще одна особенность нового МРТ - степень акустического шума снижена на 80%, а соотношение сигнала и шума составляет 40%, что улучшает процесс обследования и облегчает работу с системой. Кроме того, это первый МРТ, в котором оцифровка сигнала выполняется непосредственно в РЧ-катушке, в максимальной близости от пациента, а сами мягкие катушки рассчитаны на всю длину тела, от шейных позвонков до пальцев ног, а не на каждый орган, как прежде».

Клиническая универсальность позволяет расширить область применения МРТ и особенно тщательно обследовать пациентов с онкологией, а также исследовать суставы - коленные, голеностопные, плечевые, включая

очень мелкие. Также на этом аппарате можно делать МРТ молочных желез, что очень актуально сегодня, когда рак молочной железы продолжает лидировать в женской онкологии.

Для работы на новом магнитно-резонансном томографе врачи-диагносты «Асклепия» прошли специальную подготовку, в том числе в Москве и Новосибирске, что гарантирует точность интерпретации получаемых данных.

## Мощный КТ

Установленный во владивостокском центре 160-срезовый компьютерный томограф (КТ) премиум-класса Aquilion Prime (Toshiba) по-прежнему является самым мощным в Примор-

ском крае. Он позволяет посмотреть любой орган в трехмерном изображении, отследить динамику и, получив данные, ранее недоступные компьютерной томографии, моментально поставить верный диагноз. Лучевая нагрузка на пациента при этом минимальна.

80-рядный детектор за один оборот дает 160 срезов, при этом исследуемая область размером в 4 см разделена на участки по 0,5 мм., что гарантирует высочайшую точность диагностики. Столь микроскопический шаг позволяет томографу видеть даже мельчайшие образования размером до 2 мм. Впечатляет и скорость. Например, на исследование грудной клетки высотой 40 см уходит... 3,5 секунды. С появлением этого КТ резко выросло число маленьких пациентов «Асклепия»: он позволяет оперативно обследовать даже самых подвижных и гиперактивных детей. Кроме того, увеличенный 78-сантиметровый диаметр туннеля обеспечивает ощущение свободы даже очень тучным пациентам весом до 205 кг. А особенность стола позволяет принимать и маломобильных пациентов.

Помимо этого, компьютерный томограф отлично видит сосуды измеряет мельчайшие изменения в кровотоке и закупорки в кровеносных сосудах сердца и мозга. Также пациентами востребована виртуальная колоноскопия, позволяющая провести безболезненное, нетравматичное и высокоинформативное обследование толстого кишечника и определить его смещение, наличие спаечного процесса или новообразований.

### Работа на совесть

Когда отделение оснащено такими разными и мощными аппаратами, это позволяет очень оперативно поставить точный диагноз пациенту. Методы диагностики не заменяют, а взаимодополняют друг друга. Предположим, на рентгеновском снимке доктор видит изменения в легких. Пациент, не теряя времени, может в этом же отделении пройти осмотр на компьютерном томографе и получить компетентное заключение. Случаев, когда на, казалось бы, рядовом рент-

генологическом обследовании выявлялся туберкулез и другие серьезные заболевания, о которых пациенты не подозревали, достаточно.

Особенность работы заведующего отделения и его коллег – в не формальном, очень добросовестном отношении к своему делу. «Недавно смотрел легкие у пациентки и заметил... перелом позвоночника, - рассказывает случай из практики Суляндзига. - На

требуется описание конкретного органа – вот и описывайте его, не надо делать лишнего. Но мне иначе работать совесть не позволяет. Недавно, например, смотрели брюшную полость у пациента и обнаружили аневризму, а когда описали, я заметил отсутствие одного позвонка, он разрушился уже более чем на половину, в нем образовалась опухолевая мягкая ткань, которая давит на аорту. Стали смотреть выше, захватили кусочек груд-

---

*Новый высокопольный цифровой МРТ отличается еще более высокой скоростью, качеством изображения на снимках, широким охватом зоны сканирования и позволяет смотреть даже те органы, что находятся в движении на момент исследования*

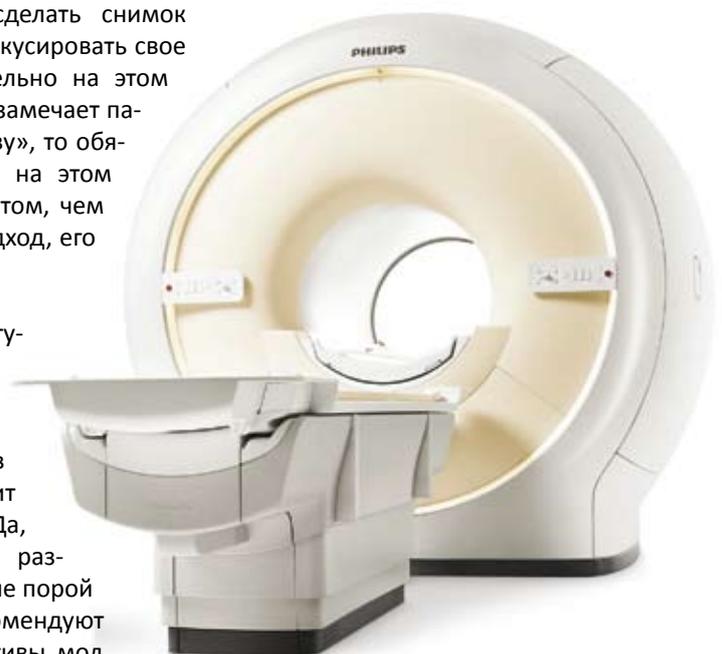
---

вопрос, когда была получена травма, она сначала даже не могла ответить, затем вспомнила, что пару месяцев назад во время поднятия тяжести ощутила резкую боль и хруст в позвоночнике, даже сходила по этому поводу к врачу в поликлинику, но там обследование не назначили. Мы рекомендовали ей отправиться в центр лечения остеопороза на консультацию, поскольку после 40 лет, а в 60 особенно, женщины находятся в группе риска».

Последняя фраза Льва Николаевича говорит о многом. Формально, если пациент приходит сделать снимок легких, он может сфокусировать свое внимание исключительно на этом органе. Однако если замечает патологию «по соседству», то обязательно фокусирует на этом внимание. Вопрос о том, чем обусловлен такой подход, его даже удивляет.

«А разве можно поступить по-другому, проигнорировать увиденное? Я же врач, и молодых докторов учу тому же, - говорит Лев Николаевич.- Да, сегодня существуют разные школы, некоторые порой действительно рекомендуют не проявлять инициативы, мол,

ной полости и обнаружили опухоль в легком. Скорее всего, от нее метастаз и пошел в позвоночник. Разве можно об этом молчать? И таких примеров масса. Очень выручает укомплектованность нашего отделения. Иногда, заметив патологию на МРТ, можем срочно посмотреть пациента еще и на КТ. Или, обнаружив что-то неладное на рентген-аппарате, тут же можем сделать уточняющий снимок на МРТ. Часто время решает все, и от того, насколько точно и оперативно сделана диагностика, зависит здоровье, а порой и жизнь пациента».





# Верните кишечнику чистоту, а телу – легкость!

**Те, кто хочет избавиться от лишнего веса, вывести токсины и шлаки, улучшить состояние кожи и самочувствие в целом, все чаще прибегают к гидроколонтерапии. Что представляет собой этот метод, кому показан и почему желательна предварительная консультация колонопроктолога?**

– Начну с того, что различные формы очищения кишечника известны еще с древних времен, начиная с Древнего Египта. А термин «гидроколонтерапия» возник, когда на службу медикам пришла специальная медицинская техника, превратившая ее в способ очищения всего организма.

Обычно для очищения кишечника использовалась клизма, с помощью которой толстая кишка промывалась несколькими литрами воды, что сопровождалось болевыми ощущениями и неприятным запахом. С появлением гидроколонтерапии процесс стал более эффективным и безболезненным. Процедура проводится на специальном аппарате, оснащенном промывочной трубкой со съёмными одноразовыми наколонтниками. Вторая трубка отводит

выделяющиеся шлаки в систему городской канализации. За 45 минут – столько длится процедура – через все отделы кишечника пациента пропускается 50 литров воды, которая благодаря различным натуральным добавкам оказывает еще и лечебное воздействие. Процедура настолько комфортна, что некоторые пациенты... засыпают.

Принцип процедуры следующий: слегка подогретая вода подается



**Рассказывает специалист:**

**Виталий Николаевич Ищенко**

д. м. н., врач высшей категории,  
колонопроктолог МЦ «Асклепий»

под легким давлением, смывает с внутренней поверхности кишечника шлаки, слизь, патологические микроорганизмы, вымывает каловые массы, выводит токсины, активирует рецепторы мышечного слоя кишечника. Как результат, вместе с каловыми камнями уходит лишний вес, улучшается пищеварение, нормализуются функции печени и почек, повышается иммунологический статус, кожа становится эластичнее.

**– Сегодня эту процедуру делают и в клиниках, и в центрах красоты. Требуется ли для ее проведения медицинское образование?**

– Безусловно. Более того, желательнее предварительно посетить врача-проктолога, который сможет дать компетентное заключение, нужна ли эта процедура именно вам или противопоказана. Проводить ее должен специалист с медицинским образованием, знающий анатомию кишечника, разбирающийся в составе и воздействии добавок, использующихся во время процедуры.

**– Что это за добавки?**

– Это могут быть настои трав, сорбенты и т.д. В нашем центре наиболее востребованным компонентом является озонируемый раствор. Вода насыщается кислородом, улучшает микроциркуляцию крови в почках, матке, предстательной железе и других внутренних органах, повышает тонус мышечного слоя кишечника.

Отдельно хочу остановиться на оборудовании, на котором проходит процедура. Это современный аппарат Colon Hydromat Comfort фирмы Hermann Apparatebau GmbH (Германия). Очень удобный, с полуавтоматической регулировкой температуры и давления воды, автоматической вытяжной вентиляцией и электронным табло, позволяющим контролировать ход процедуры.

**– Требуется ли гидроколонтерапия специальной подготовки пациента?**

– За 24–48 часов до процедуры не рекомендуется употреблять в пищу бобовые, кислые фрукты, острые блюда, газированные напитки, - все то, что вызывает газообразование. Есть

и индивидуальные рекомендации, все зависит от анамнеза конкретного пациента.

**– Кому показана процедура?**

– Прежде всего, тем, кто страдает запорами. Это состояние часто провоцирует рост полипов и опухолей, и процедура очищения кишечника в этом случае не только возвращает ощущение

перед колоноскопией – как традиционной, так и виртуальной. Чистый и расслабленный кишечник позволяет получить более точный результат.

- А противопоказания у гидроколонтерапии есть?

- Да, прежде всего, опухоли и воспалительные заболевания толстой киш-

*Эффект ощутим уже после первой процедуры и очень положительно влияет как на физическое, так и на эмоциональное состояние человека.*

*Когда кишечник в порядке, это незамедлительно отражается и на фигуре, и на лице, и на настроении.*

ние легкости и комфорта, но и снижает риск серьезных заболеваний.

Также рекомендована гидроколонтерапия и пациентам с желудочно-кишечными расстройствами - диареей, кишечным токсикозом, дисбактериозом кишечника, при наличии паразитов. Показана она и тем, у кого снижен иммунитет, имеются кожные и гинекологические заболевания, есть дискинезия желчных путей и другие заболевания печени, желчного пузыря и желчевыводящих путей.

Кроме того, поскольку процедура гидроколонтерапии снимает спазмы кишечника, я советую делать ее

ки - специфический язвенный колит, болезнь Крона, проктит, сигмоидит. Также процедура не рекомендована людям с серьезными нарушениями сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Тем, у кого таких проблем нет, стоит попробовать сделать курс гидроколонтерапии. Эффект ощутим уже после первой процедуры и очень положительно влияет как на физическое, так и на эмоциональное состояние человека. Когда кишечник в порядке, это незамедлительно отражается и на фигуре, и на лице, и на настроении. Убедитесь в этом на собственном опыте.

## Помогите кишечнику

**Согласно одной из гипотез, в основе более чем 90% всех патологических изменений в организме лежат нарушения функций кишечника. Збитый шлаками орган не только влияет на вес человека (до плюс 20-25 кг!), но и способствует развитию различных заболеваний.**

Обилие жирной, жареной и консервированной пищи, сладкого и мучного в рационе, злоупотребление алкоголем приводят к тому, что

организму все сложнее справиться с нагрузкой. На стенках кишечника скапливаются шлаки, превращаются в токсины, которые затем распространяются по всему телу, приводят к сбоям в работе других органов и систем, снижению иммунитета, а лекарственные препараты, которые человек начинает принимать, решая те или иные проблемы со здоровьем, плохо усваиваются. Более того, по разным оценкам, 30-40% онкологических заболеваний спровоцированы зашлакованностью кишечника.



# УЗИ: НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ

**Мировая ультразвуковая диагностика не стоит на месте и, несмотря на активное наступление таких методов, как магнитно-резонансная и компьютерная томография, по-прежнему актуальна и широко востребована докторами и пациентами.**

Что нового в этой сфере, насколько информативны и безопасны современные аппараты УЗИ, с какими проблемами чаще всего приходят на обследование пациенты, - об этом мы говорили за круглым столом с врачами ультразвуковой диагностики МЦ «Асклепий» **Мариной Алексеевной ГОНЧАРОВОЙ, Анной Васильевной ЛУЧКОВЕЦ** и **Ольгой Александровной ШЕВЛЯКОВОЙ**.

**- Каковы сегодня основные тенденции ультразвуковой диагностики, и насколько Приморье отвечает обозначившимся трендам?**

**- М.А.Гончарова:** В ультразвуковой диагностике выделяют сегодня три направления. Это статичный ультразвук для исследования суставов, поверхностных структур и внутренних органов; исследование сердечно-

сосудистой системы, динамически изменяющихся органов, а также работа в сфере в акушерства и гинекологии. В нашем центре представлены все виды исследований. При этом отделение УЗИ-диагностики оснащено исключительно новыми аппаратами экспертного класса с различными опциями – для проведения доплеровского исследования, позволяющего оценить сосудистый кровоток в различных органах и тканях или соноэластографии, благодаря которой доктор во время приема может предположить тип образования - доброкачественное или злокачественное. А для более точной диагностики в качестве дополнения к основному исследованию используются возможности трехмерной визуализации (3D и 4D).

**- Какие из ультразвуковых исследований сегодня особенно востребованы пациентами центра?**

**- А.В. Лучковец:** Пожалуй, это исследования в области акушерства, сердечно-сосудистой патологии, также идет большой поток пациентов на УЗИ молочных желез, что объясняется как требованиями медкомиссий, так и тем, что сами женщины больше

внимания стали уделять вопросам здоровья.

**- М.А. Гончарова:** Растет число маленьких пациентов. К слову, мы берем детей на обследование с первых дней жизни. У нас даже наблюдается некая преемственность: сначала маму до беременности смотрим, затем плод - внутриутробно, а потом и появившегося на свет малыша. Часто пациенты привыкают к определенному доктору и стараются обследоваться именно у него.

**- Каковы преимущества вашего УЗИ-отделения по сравнению с другими клиниками края?**

**- М.А. Гончарова:** У нас очень современный парк УЗИ-техники. Все аппараты экспертного класса, к тому же оснащенные дополнительными опциями, что позволяет детально и точно исследовать абсолютно все органы и системы. Среди докторов отделения – врачи разных специальностей (терапевты, хирурги, педиатры, гинекологи), с большим опытом клинической работы. Это особенно актуально на фоне того, что за рубежом ультразвуковые исследования проводят техни-

ки, а у нас - квалифицированные доктор с клиническим опытом.

Кроме того, если мы видим, что пациент, пришедший на прием, нуждается в экстренной помощи, никогда не пустим ситуацию на самотек: передадим его профильному специалисту или вызовем бригаду скорой помощи для госпитализации в стационар.

Поскольку «Асклепий» располагает очень широкой диагностической базой, мы сочетаем ультразвуковую диагностику с другими методами обследования, например, смотрим молочные железы и на УЗИ, и на маммографе.

- **А.В. Лучковец:** УЗИ, рентген, МРТ и КТ отлично дополняют друг друга. Допустим, мы не можем определить, что находится в почке или печени - киста или объемное образование, - а рентгенологи, проведя обследование с контрастом, могут дать более точный ответ. И наоборот. Кроме того, ультразвук дешевле и доступнее для пациентов, и в ряде случаев он используется в качестве скрининга: если с точки зрения лечащего врача в органе или системе все нормально, этим обследование и ограничивается. А если доктора что-то тревожит – подключаются другие специалисты.

- **О.А. Шевлякова:** Наши пациенты никогда не остаются наедине со своими проблемами. Несмотря на то, что запись к УЗИ-специалистам центра обычно очень плотная, мы всегда находим время на прием экстренных пациентов и работаем до последнего клиента.

- **Инвазивные вмешательства под контролем ультразвука становятся все более востребованными. Что в этом плане может предложить «Асклепий»?**

- **А.В. Лучковец:** Мы широко используем возможности наших аппаратов. Например, под контролем УЗИ можно сделать биопсию молочной железы и других органов. А в филиале центра на Светланской опытейший врач Елена Владимировна Котова, гинеколог по специализации, проводит соногистеросальпингографию – очень информативное трансвагинальное обследование полости матки, в ходе которого можно оценить проходимость труб

под прицелом УЗИ, диагностировать или исключить пороки цервикального канала и т.д.

- **Даже самое современное оборудование еще не гарантирует качества диагностики. Многие зависят от квалификации докторов, их умения правильно «прочитать» и интерпретировать увиденное на мониторе аппарата. Где готовят специалистов для вашего УЗИ-отделения?**

- **М.А.Гончарова:** Все наши доктора регулярно проходят обучение на сертификационных или тематических циклах, принимают участие в съездах и конгрессах, посещают профильные

т.ч. риски хромосомных нарушений, и доктора следуют этим приказам. Уровень современных УЗИ-аппаратов таков, что обследования не могут навредить ни беременной женщине, ни плоду. К слову, стало уже традицией, когда на плановое обследование женщин сопровождают мужья. Помимо печатного изображения, прилагаемого к описанию, мы также записываем на диски трогательные видеоролики родителям на память.

- **А.В. Лучковец:** Ультразвуковая диагностика сегодня безопасна для детей, начиная с новорожденных. Мы проводим нейросонографию, смо-

## *Ультразвуковые обследования абсолютно безопасны для пациентов, включая детей и беременных женщин*

конференции и семинары во Владивостоке, Москве, Санкт-Петербурге, Барнауле и за рубежом, получая новые знания и обмениваясь опытом с коллегами. Кроме того, в нашем центре существует четкая преемственность, мы работаем в тесной связке с докторами других специальностей. Например, направляющие к нам пациентов гинекологи часто сами присутствуют на обследовании, да и мы, в свою очередь, если нас что-то смущает, советуемся с ними, все это помогает поставить максимально точный диагноз.

- **Насколько безопасна современная УЗИ-диагностика, как часто можно проходить обследования?**

- **М.А.Гончарова:** Ультразвуковые обследования абсолютно безопасны для пациентов, включая детей и беременных женщин, к тому же парк УЗИ-техники в нашем центре представлен исключительно высокоточными европейскими и японскими аппаратами, каждый из которых сертифицирован. Проходить обследования можно так часто, как это рекомендовано лечащим врачом.

- **О.А. Шевлякова:** У гинекологов, например, четко определено национальными и международными рекомендациями, в какие сроки выявляются те или иные патологии, в

трим брюшную полость, сердечки, мочевыделительную систему, органы малого таза, суставы – на дисплазию или реактивный артрит.

Кстати, пользуясь случаем, хотела бы обратиться к родителям новорожденных детей с просьбой не затягивать с визитом на УЗИ. Это обследование делается в период, пока родничок не закрылся, в более старшем возрасте придется делать дорогостоящее обследование под наркозом на МРТ.

- **Некоторое время назад наблюдался рост числа пациентов с сильно запущенными патологиями. Как с этим делом обстоит сейчас?**

- **А.В. Лучковец:** Крайне запущенных случаев сегодня встречается меньше. Как правило, это касается жителей удаленных районов края, которые выбирают к врачу, когда становится уже совсем невмоготу. Владивостокцы в последние годы более внимательно относятся к своему здоровью.

Кроме того, часто именно нам, врачам УЗИ, приходится выступать в роли первичного звена, принимая пациентов без направления, которые приходят с конкретными жалобами на самочувствие. Если обнаруживаем во время обследования какие-то тревожные изменения – рекомендуем обратиться к конкретному специалисту.

# «Асклепий» в Уссурийске: теперь и УЗИ-диагностика

С момента открытия в Уссурийске филиала медицинского центра «Асклепий» прошло чуть более года, но за это время он зарекомендовал себя у пациентов городского округа с лучшей стороны и обзавелся базой постоянных клиентов.

Уссурийцам пришелся по душе уровень комфорта и сервиса, предлагаемый филиалом, а также возможность пройти более 400 видов лабораторных исследований в одном месте, получить квалифицированную гинекологическую помощь, а также консультации ведущих докторов владивостокского центра. Кроме того, через регистратуру уссурийского филиала можно записаться на прием к любому специалисту «Асклепия» в любом из его отделений. При этом уссурийским пациентам доступна дисконтная система, применяемая в приморской столице.

Безусловный конек уссурийского филиала – качественная лабораторная диагностика. Центр располагает шестью лабораториями - клинической, биохимической, генетической, ИФА, ИХЛА и ПЦР, - а достоверность проводимых исследований регулярно подтверждается на уровне Федеральной системы контроля качества. Благодаря централизованной программной системе, связанной с лабораторией головного центра, результаты анализов пациенты получают сразу же, как только те отображаются в системе. И в той форме, что наиболее удобна



*Уссурийцы могут пройти более 400 видов лабораторных исследований в одном месте, получить квалифицированную гинекологическую помощь, а также консультации ведущих докторов владивостокского центра*

пациентам: в распечатанном виде, на информационном носителе либо письмом на электронную почту.

А недавно диагностический возможности уссурийского филиала стали еще шире. Здесь открылся кабинет УЗИ, оснащенный современным ультразвуковым аппаратом экспертного класса «Филипс» с высоким разрешением изображений и клинической достоверностью 95%. Работающий на аппарате доктор прошел специальную подготовку и теперь с его помощью может осуществлять разноплановое сканирование и детализировать увиденное, а также проводить соноэластографию, выявляя в режиме реального времени и на самой ранней стадии любые ново-

образования. Также в случае необходимости для консультаций будут привлекаться владивостокские УЗИ-специалисты. Например, для проведения высокотехнологичных процедур под контролем УЗИ – биопсии шейки матки, щитовидной железы, простаты и т.д.

По словам директора филиала МЦ «Асклепий» в Уссурийске Ольги ЭПОВОЙ, расширение диагностических и терапевтических возможностей будет продолжаться, отвечая политике головного центра и спросу на те или иные услуги со стороны пациентов.

**Филиал МЦ «Асклепий» в Уссурийске: ул. Пролетарская, 69, тел.: (4234) 31-91-60, 31-96-00.**



# «Асклепий-Н»: 8 лет мы не стоим на месте

**Находкинский филиал медицинского центра «Асклепий» открылся 8 лет назад и быстро стал одним из лидеров на рынке медицинских услуг городского округа, предлагая качественную диагностику и грамотное лечение. Но, несмотря на это, находится в постоянном развитии.**

Так, недавно здесь открылся рентгенкабинет. Современный цифровой рентгенологический комплекс позволяет проводить различные виды исследований - органов грудной клетки, черепа, позвоночника, костей и суставов, в т.ч. при острой травме. Также проводится прием врача-травматолога и выполняются необходимые манипуляции при переломах и их последствиях.

Еще одна новинка - кабинет физиотерапии, в котором установлено современное оборудование для проведения комфортных и качественных процедур. Аппараты ультразвуковой терапии обеспечивают «микромассаж» тканей, улучшая кровообращение, активируя обменные процессы, снимая воспаление и устраняя отеки. Амплипульстерапия стимулирует гладкую мускулатуру и восстанавливает нервные волокна. Лазеротерапия воздействует на глубинном клеточном уровне и корректирует иммунитет, улучшает свойства крови, нормализует обменные процессы. А магнитотерапия оказывает выраженное противовоспалительное, обезболивающее, дезинтоксикационное, противоотечное, гипотензивное и репаративное действие на организм. Врач-физиотерапевт подбирает каждому пациенту процедуры в индивидуальном порядке, с учетом особенностей организма, возраста и стадии заболевания. Рациональное и грамотное использование физиотерапии позволяет избегать излишней, зачастую агрессивной медикаментозной терапии и снижает нагрузку на ор-



ганизм, вызванную приемом лекарственных препаратов.

Кроме того, на базе медицинского центра в этом году начал работу кабинет восстановительной медицины, где используются нетрадиционные методы: гирудотерапия, иглорефлексотерапия, ароматерапия, лечебная физкультура. Здесь проводят реабилитацию пациентов, перенесших инсульт, какую-либо травму или оперативное вмешательство. Отдельное и очень популярное как у женщин, так и у мужчин направление - программы для снижения веса, в т.ч. групповые занятия. В план лечения включаются элементы психотерапии, разрабатываются индивидуальные комплексные программы при различных заболеваниях.

Помимо пользующихся большим авторитетом находкинских докторов в филиале ведут прием и специалисты из Владивостока. Так, врач уролог-андролог Анатолий Александрович ВАСИЛЮК помогает мужчинам ощутить радость отцовства. Также ведут прием онколог-маммолог Сергей Дмитриевич ГОНЧАРОВ, сосудистый хирург Алексей Юрьевич ДИ, гастроэнтеролог и гепатолог-инфекционист Марина Валентиновна ПАВЛЮК.

С момента открытия центр проводит различные виды медицинских комиссий - для устройства на работу, получения водительских прав и ли-

цензии на владение оружием. Растет и число корпоративных клиентов. Все больше предприятий Находкинского городского округа выбирают филиал для проведения периодических медосмотров персонала. И если еще несколько лет назад определяющим критерием выбора клиники для многих руководителей компаний была стоимость услуг, то сегодня на первый план выходит качество проводимого обследования. Работодатели отмечают прямую связь: чем здоровее коллектив, тем стабильнее и успешнее работает предприятие. После медосмотра сотрудник получает рекомендации врачей, а при необходимости обращается на прием к нужному специалисту. Ведь «Асклепий-Н» - это многопрофильный центр с большим перечнем услуг.

«Нам всегда приятно видеть беременных женщин, которые обрели свое счастье, наблюдаясь у наших акушеров-гинекологов. Или молодых людей, которые ведут за руку своих пожилых родителей, чтобы те как можно дольше оставались здоровыми. Несмотря на непростые экономические реалии, мы стараемся сделать услуги центра доступными для каждого. Ни один из тех, кто перешагнул порог филиала, не останется без нашего внимания и помощи», - говорит главный врач медицинского центра «Асклепий-Н» Владимир Анатольевич ПИНЧУК.

Врач-онколог Дмитрий Николаевич Королев:

## «Я за то, чтобы пациент знал правду»

Еще недавно термин «рак» сразу же парализовал волю пациента и ввергал его в смертельный ужас, но сегодня ситуация изменилась. Онкологические заболевания отлично лечатся, и диагноз, оставаясь очень серьезным, больше не является синонимом печального исхода - при условии своевременного выявления патологии, грамотно подобранной терапии и правильного настроя у больного.

**- Дмитрий Николаевич, насколько далеко продвинулась медицина в лечении онкологических заболеваний?**

- Онкология уже давно не приговор, практически все заболевания успешно лечатся, главное - начать терапию как можно раньше. Тем более что уровень диагностики в Приморском крае растет. Возьмем, к примеру, наш медицинский центр. Аппараты УЗИ экспертного класса, новейший рентгенологический комплекс, 1,5-тесловый МРТ, 160-срезовый компьютерный томограф, обширная лабораторная база, - все это позволяет обнаружить патологию в зачаточном состоянии и своевременно назначить лечение.

**- Насколько сознательны сегодня сами пациенты? «Асклепий» предлагает целый ряд диагностических программ, в т.ч. экспресс-скрининги, они востребованы?**

- Да, забота о здоровье постепенно становится нормой, приходит понимание того, что профилактика заболевания всегда эффективнее и, что немаловажно, дешевле последующего лечения. Но хватает и тех, кто надеется на авось, полагая, что если ничего не беспокоит, то и поводов для тревоги нет. А это ошибочное мнение. Развитие онкологической патологии не всегда сопровождается выраженной симптоматикой, и когда она появится, может быть слишком поздно.

**- Каким категориям пациентов следует быть начеку?**

- Один из главных факторов риска -



Рассказывает специалист:

**Дмитрий Николаевич Королев**  
врач-онколог МЦ «Асклепий»

наследственный. Заказав генетический паспорт, можно детально оценить собственные риски.

Пациентам, имеющим проблемы, допустим, с легкими, лучше делать не привычную флюорографию, а обзорную рентгенографию. Что же касается заболеваний кожи, то стоит помнить, что главный канцерогенный фактор - это солнце. Ультрафиолет оказывает разрушительный эффект: образования мутируют, увеличивается число родинок (по сути, это накопившийся на участке кожи меланин), и от загара больше вреда, чем пользы, особенно если не знать меры. Также в группе риска пациенты с гормональными нарушениями, провоцирующими быстрый рост патологических образований.

**- Какие симптомы требуют срочного обращения к врачу-онкологу?**

- У каждого заболевания свои «звоночки». Например, курильщики всегда много кашляют, но если к кашлю присоединились кровянистые выделения - визит к доктору должен быть незамедлительным. Это может свидетельствовать о раке легких.

Если говорить о состоянии молочных

желез, то появление любых образований, выделений с примесью крови, увеличение подмышечных лимфоузлов, малейшее травмирование груди - сигнал записаться на прием к онкологу-маммологу.

А вот кожа сигнализирует о наличии патологии ростом пигментных образований, появлением язвенного эффекта, плохой заживляемостью ран, размытостью образований, наличием черных вкраплений.

**- Допустим, худшие предположения подтвердились. Нужно ли скрывать диагноз от больного?**

- Я за то, чтобы он знал правду. Она рано или поздно все равно выплывает наружу, и на волне недоверия пациента к врачу, родственникам заболевание может начать прогрессировать. Исход лечения во многом зависит от доктора, правильно подобранной терапии, но решающее значение играет все-таки настрой пациента. Врачу нужно найти правильные слова, рассказать о диагнозе, стадии заболевания и настроить больного на выздоровление. Если контакт установлен, пациент нацелен на победу, то шансы на благополучный исход очень велики.