

АЙҚЫН МАҚСАТ - НАҚТЫ ІС
ЯСНОСТЬ ЦЕЛЕЙ - РЕАЛЬНОСТЬ ДЕЛ
CLEAR OBJECTIVES - REAL ACTION





«ҚазМұнайГаз» ҰК АҚ
Қазақстан Республикасы
010000, Астана қ., Кabanбай батыр д., 22
тел.: (7172) 97 60 00, факс: (7172) 97 60 01
e-mail: info@kmg.kz, web-site: www.kmg.kz

АО НК «ҚазМұнайГаз»
Республика Казахстан
010000, г. Астана, пр. Кabanбай батыра, 22
тел.: (7172) 97 60 00, факс: (7172) 97 60 01
e-mail: info@kmg.kz, web-site: www.kmg.kz

NC «KazMunayGas» JSC
22 Kabanbai Batyr ave., Astana
010000, Republic of Kazakhstan
tel.: (7172) 97 60 00, fax: (7172) 97 60 01
e-mail: info@kmg.kz, web-site: www.kmg.kz

Құрушы және бастырып шығарушы:
ЖШС "ENERGY FOCUS"

Редакциялық кеңес:
Қазақстан Бокс Федерациясының
Халықаралық байланыстар жөніндегі
Вице-президенті
Д.Сәрсенов

Медицина ғылымының докторы, профессор ҚР ҰҒА
академигі, ҚР еңбегі сіңген ғылым тарланы.
Қ.Ормантаев

Медицина ғылымының докторы, профессор, ҚР Мемлекеттік
сыйақының лауреаты, Урологтар Қауымдастығының
төрағасы, Денсаулық Министрінің бас урولوы.
М.Алшынбаев

«СҚ - Фармация» - ның бас директоры:
В.Царьков

Медицина ғылымының кандидаты
Ж.Исаева

Медицина ғылымының кандидаты, «Медикер»
МО -ның бас дәрігер көмекшісі
И.Снигирева

«Казакхінстрах» СК АҚ-ның басқарма
төрағасының кеңесшісі
Т.Кожалиева

Медицина ғылымының кандидаты.
Р.Ахметов

Медицина ғылымының докторы, профессор, уролог-
андролог дәрігері, жоғарғы дәрежелі маман, Еуропа мен
Дүниежүзілік Урологтар Қауымдастығының мүшесі.
Бас редактор
А.Ізбасаров

Бастырып шығару редакторы,
Журнал директоры
Ж.Қыдырбаева

Авторлары:
А.Тастенов, А.Исенова, М.Хайдарова, Р.Садиков,
А.Даулетбаева, А.Джапарова, О.Моторкина, С.Омарова,
И.Снигирева

Өрлендіруші, қалыптаушы,
басылым алдындағы дайындаушы:
Д.Вепрынец

Түзетуші
И.Хромушина

Суретші
Д.Вепрынец

Әдеби редактор
Л.Денисенко

Аудармашы
Қ.Піралиева

Қазақстан Республикасының мәдениет және ақпарат
комитеті мен архив министрлігінде № 10882-Ж куәлігімен
26.04. 2010 ж. тіркелген.

Басылымға байланысты барлық ұсыныстар, тілектер мен
ескертпелерді «МЕДИКЕР» журналының редакциясына
жолданыз.

Журналда жарияланған кез-келген материалдар мен
фрагменттерді көшіріп басуға редакцияның жазбаша
руқсаты керек.

Редакция жарнамалық материалдардың
мазмұнына жауап бермейді.
Редакция пікірі автор пікірі мен
сайкес болуы тиісті емес.

Басылым Қазақстан аймақтарында тарайды.

Басылымы: 2 айда бір рет.

Редакцияның мекен-жайы:
050059, Қазақстан Республикасы, Алматы
Тайманов көшесі, 208
Тел.: +7 (727) 264 45 71
e-mail: kydyrbayeva.kazenergy@gmail.com

"Gerona Print House" тел.: 250 47 40.
Тарапымы 2 000 дана

Учредитель и издатель
ТОО ENERGY FOCUS

Редакционный совет:
Вице-президент по международным связям
Казакхстанской Федерации бокса
Д.Сарсенов

Доктор медицинских наук, профессор, академик
НАН РК, заслуженный деятель науки РК
К.Ормантаев

Доктор медицинских наук, профессор, лауреат
Государственной премии РК, председатель
Ассоциации урологов, главный уролог
Министерства здравоохранения РК
М.Алчинбаев

Кандидат медицинских наук
Ж.Исаева

Генеральный директор ТОО "Медикер"
Г.Садырбаева

Кандидат медицинских наук, заместитель
главного врача, МЦ "Медикер"
И.Снигирева

Советник Председателя Правления
АО СК "Казакхінстрах"
Т.Кожалиева

Кандидат медицинских наук
Р.Ахметов

Главный редактор
Доктор медицинских наук, профессор, врач
уролог-андролог высшей квалификационной
категории, член Всемирной и Европейской
Ассоциации Урологов
А.Избасаров

Выпускающий редактор,
Директор журнала
Ж.Қыдырбаева

Авторы:
А.Тастенов, А.Исенова, М.Хайдарова, Р.Садиков,
А.Даулетбаева, А.Джапарова, О.Моторкина,
С.Омарова, И.Снигирева

Дизайн, верстка, допечатная подготовка
Д.Вепрынец

Фотограф
Д.Вепрынец

Литературный редактор
Л.Денисенко

Корректор
И.Хромушина

Переводчик
К. Пралиева

Журнал зарегистрирован Министерством
культуры и информации Республики Казахстан,
Комитет информации и архивов. Свидетельство
10882-Ж от 26.04.2010г.

Все предложения, пожелания и замечания по
изданию направляйте в редакцию журнала
"Медикер".
Любое воспроизведение материалов или их
фрагментов возможно только с письменного
разрешения редакции.
Редакция не несет ответственности за
содержание рекламных материалов.
Мнение редакции не обязательно совпадает с
мнением авторов.
Распространяется на территории Казахстана.
Выходит раз в 2 месяца

Адрес редакции:
050059, Республика Казахстан, г. Алматы,
ул. Тайманова, 208
тел.: +7(727) 264 45 71
e-mail: kydyrbayeva.kazenergy@gmail.com

Отпечатано в типографии
"Gerona Print House" тел.: 250 47 40.
Тираж 2 000 экземпляров



Founder and Publisher
"ENERGY FOCUS" LLP

Editorial board:
Vice-President for International Relations
Kazakhstan Boxing Federation
D. Sarsenov

Doctor of medical science and professor NAS academi-
cian of the RK and merited by science of the RK.
K.Ormantayev

Doctor of medical science and professor of Govern-
ment Award of the RK, chief of the Association urol-
ogy, general urologist of the Health Support Minister
M. Alchinbayev

Candidate of the medical science
Zh.Issayeva

General director of LJSC "Medicare"
G. Sadyrbayeva

Candidate of medical science, prime doctor of the
general doctor of MC "Medicare"
I.Snigireva

Candidate of the medical science
R.Akhmetov

Councilor of the Chairman,
JSC IC "Kazakhinstrakh"
T.Kozhaliyeva

Candidate of medical science:
R.Akhmetov

Chief Editor:
Doctor of medical science and professor, urologist-
andrologist with high level qualification and the mem-
ber of the World Europe Association of Urologists
A.Izbasarov

Issue editor,
Director of the magazine
Zh.Kydyrbayeva

Authors:
A. Tastenov, A. Isenova, M. Haidarova, R.Sadikov,
A.Dauletbayeva, A. Djaparova, O. Motorkina,
S.Omarova, I.Snigireva.

Designer and issue arrangements
D.Veprynev

Photographer
D.Veprynev

Script editor
L.Denisenko

Corrector
I.Hromushina

Translator
K. Praliyeva

The Magazine is registered by the Ministry of Culture
and Information of the Republic of Kazakhstan.
Registration Certificate No. 10882-Ж dated April
26, 2010.
Any reproduction materials and extracts are only
written with permission of the editors.
The editors are not responsible for the contents of
the advertisements.
The editors' opinion may not coincide with the
opinions of the authors.

Distributed in Kazakhstan.
One time in 2 months.

Address of the editorial office:
050059, 208 Taimanov Str.,
Almaty, Republic of Kazakhstan
Tel/fax: +7 (727) 264 45 71
e-mail: kydyrbayeva.kazenergy@gmail.com

Printed by
Gerona Print House" tel.:250 47 40.
Circulation - 2 000 copies



Ардақты теміржолшылар қауымы!

Баршаларыңызды кәсіби мерекелеріңізбен құттықтаймыз! Бейнеті мен зейнеті қатар жүретін беделді мамандық иелерінің осы күні екінші тынысы ашылғандай. Еліміздің игі жақсылары құрмет тұтатын теміржол саласының қызметкерлері тәуелсіз Қазақстанның қарқынды дамуына өз үлесін қосып жатқан еңбекқор халық. Заманның қиын-қыстау шағында талай жұртқа пана боп, үлкен өмірге жолдама берген қасиетті Түркістiң де атақ даңқы күллі ғаламға жақсы таныс. Қазақтың сахара даласын өзге елдің пұшпақтай жерімен қосқан күре жолдың қадірі жылдан-жылға арта бермек. Теміржол магистралінің қауіпсіз әрі барынша тиімді жұмысын қамтамасыз ету үлкен жауапкершілікті қажет етеді. Қазір Үкімет отандық теміржол саласын дамытуға және оның тиімді жұмыс істеу мәселесіне ерекше назар аударып келеді. «Жол мұраты - жету» дейтін халық тәмсілі бар. Ауылы алыстың арасын қосып, көңілі бірдің үмітін жағатын дүние – қара жол. Осы ретте барлықтарыңызға денсаулық, жақын туыстарыңызға береке-бірлік тілей отырып, біздің басар қара жол ешқашан үзілмесін дегіміз келеді.

Қадірлі мұнай- газ саласының қызметкерлері!

Алдымен, Сіздерді құбыр тарту саласының 75 жылдық мерейтойымен құттықтауға рұқсат етіңіздер. Бұл атаулы күн еліміздің мұнай-газ кешені үшін өте ардақты һәм тарихи маңызы зор іс-шара.

Еліміздің тәуелсіздік алып, қарқынды дамуына серпін берген саланың бірі - мұнай-газ екенін осы күні білмейтін адам кемде-кем. Сондықтан, қазақтың сахара даласын үзбей зерттеп, қара жұмыстан жасқанбай, адал еңбек еткен және қазір іс атқарып жатқан талай азаматтың қызметін бағалап, басымызды иеміз.

Отанымыз күннен-күнге көркейіп, мұнай барлау, өндіру және тасымалдау ісі бойынша озық мемлекеттер қатарына қосылды. Жаңа технологиялар өндірісте қолданылып, жас буынның мамандары тәрбиеленіп жатыр. Жаңа шаһарлардың негізі қаланып, жаңа қоныстар саны артып келеді.

Әлбетте, мұның бәрі шәкіртке дұрыс бағыт-бағдар беріп, лайықты ізбасарлар тәрбиелей алған қарт мұнайшы ардагерлеріміздің қажырлы еңбегі.

Қазіргі ұрпақ аға буынның сіңірген білім, тәжірибесін ардақ тұтып, саланың дамуына өздерінің сүбелі үлесін қосар деп үміттенеміз. Жақсы сөзден жақсылардың нұры тасып, қарым-қабілеті көбейіп, сүйіспеншілік пен достық қасиеттері арта берсін деп тілейміз.

Кәсіби мерекелеріңіз ұзағынан сүйіндірсін!



8 «Promotion»

Концепция Гарварда в
«Назарбаев Университете»
В Астане создается Школа медицины мирового класса
«Мирас»: сначала здоровье, потом знания!
Оптимальная программа страхования

14 «Экология»

Состояние окружающей среды
в наших руках

18 «Профессия»

Железнодорожникам —
железное здоровье!

22 «Клиники»

«Мунайшы» — оазис надежды

28 «Образование пациента»

Атопическая экзема

32 «Инновации»

Новые горизонты казахстанской кардиологии

36 «История»

Торегельды ШАРМАНОВ:
«Здоровое питание нельзя воспринимать упрощенно»



40 «Психология»

Мужчина и женщина
В горячем теле – здоровый дух

Храни свою любовь

Новые добрые мультики
Новые добрые мультфильмы

52 «Красота»

Эстетическая медицина

Мужские ценности: здоровье, стиль, красота

56 «Лечебный туризм»

Как лечат во Фрайбурге

60 «Неизвестное об известном»

Жемчуг: красота и здоровье

62 «Медикер»

Врач

Идеальный врач –
это вечный ученик

64 «Новости»

Это интересно знать

66 «Спорт»

Современный спорт нуждается
в качественном медицинском обслуживании.

68 «Курорты»

Бодрит и лечит «Алатау»

72 «Нетрадиционная медицина»

Иппотерапия – лечение с удовольствием

74 «Загадки тела»

Загадки природы



Арман САПАРОВ

Концепция Гарварда в «Назарбаев Университете»

В Астане создается Школа медицины мирового класса

Большой интерес казахстанцев вызвало открытие в столице первого в стране университета международного уровня, аналогов которому нет на всем постсоветском пространстве. Созданный по инициативе президента Казахстана, он расположился на левобережье Астаны и стал единственным образовательным центром республики, который будет носить имя первого Президента Казахстана. В чем уникальность вуза, каких специалистов он будет готовить? Об этом беседа с исполняющим обязанности декана Школы медицины «Назарбаев Университета», доктором, ученым, проработавшим около 15 лет в ведущих биомедицинских центрах США, опубликовавшим научные статьи во многих престижных журналах мира, Арманом САПАРОВЫМ.

- Идея президента понятна - обучать специалистов мирового класса. Но как эту цель можно достигнуть?

- Да, создание в Астане Международного университета, в партнерстве с ведущими университетами мира, является идеей Н.А. Назарбаева. В университете будет шесть школ: Школа медицины, Школа инженерии, Школа гуманитарных и социальных наук, Школа естественных наук, Школа бизнеса и Школа государственной политики, а также три научно-исследовательских центра: Центр наук о жизни, Центр энергетических исследований и Междисциплинарный инструментальный центр. А чтобы соответствовать международным стандартам, каждая из школ будет иметь зарубежного академического партнера. Совместно с ним будет разрабатываться учебная программа, внедряться инновационные методы обучения и оценки знаний студентов. А научно-исследовательские центры вместе с партнерами будут проводить научные исследования мирового уровня.

- Нас, конечно, интересует в первую очередь Школа медицины. Действительно ее академическим партнером станет Гарвардский университет?

- Школы медицины «Назарбаев Университета» должна готовить новое поколение врачей-исследователей, обладающих знаниями в области клеточных технологий, генной инженерии, молекулярных механизмов патогенеза заболеваний, новых подходов профилактики, диагностики и лечения различных заболеваний. И, конечно, способных сделать важный вклад в развитие медицины Казахстана. Разговоры о Гарварде не случайны. Концепция создания и развития Школы медицины была подготовлена компанией «Партнерс Гарвард Медикал Интернешенал» (Partners Harvard Medical International). Она была создана более 15 лет назад как дочернее подразделение Гарвардского университета под именем «Гарвард Медикал Интернешенал» (Harvard Medical International) для разработки учебных программ и программ

в области здравоохранения, основываясь на программах Гарвардской медицинской школы и аффилированных с ним госпиталей. Буквально пару лет назад «Гарвард Медикал Интернешенал» перешел в «Партнерс Хелскеар Систем» (Partners Healthcare System), который владеет основными Гарвардскими госпиталями, и сменил имя на «Партнерс Гарвард Медикал Интернешенал». Эта организация имеет большой опыт в организации учебного процесса медицинской школы и аффилирована с Гарвардской медицинской школой. Специалисты из «Партнерс Гарвард Медикал Интернешенал» посетили Астану весной этого года и провели исследования для подготовки концепции развития Школы медицины.

- Значит ли это, что «Партнерс Гарвард Медикал Интернешенал» станет партнером для долгосрочного сотрудничества по созданию и развитию Школы медицины?

- Мы бы хотели, чтобы не только «Партнерс Гарвард Медикал



Интернешенал», но и другие ведущие медицинские школы мира участвовали в конкурсе. Так будет создана конкурентная среда, что поможет выбрать тот университет, предложение которого будет соответствовать целям и задачам «Назарбаев Университета», не будучи при этом дорогим по цене. Поэтому мы попросили 5 университетов США, медицинские школы которых входят в 20 лучших школ, дать свои предложения по созданию и развитию Школы медицины «Назарбаев Университета». На наш запрос откликнулись 3 организации, которые руководят медицинскими школами или тесно аффилированы с ними: «Партнерс Гарвард Медикал Интернешенал», Университет Дьюка и Университет Питсбурга. После тщательного рассмотрения предложений будет сделан выбор одного из университетов для долгосрочного сотрудничества. Но это не означает, что «Назарбаев Университет» не будет иметь никаких связей с другими вузами. Например, если «Партнерс Гарвард Медикал

Интернешенал» не будет выбран как основной академический партнер, все равно профессора Гарвардского университета будут приглашаться для преподавания в Школу медицины «Назарбаев Университета». Однако основной состав профессорско-преподавательского состава будет из медицинской школы основного академического партнера. Я уверен в том, что любой из вышеуказанных университетов создаст в Астане Школу медицины мирового класса.

- Какими бы замечательными ни были условия в вузе, какие бы современные средства информатизации там ни использовались, очень важна личность учителя, педагога. Кто будет преподавать в Школе медицины?

- Мы предполагаем четыре «источника» для профессорско-преподавательского состава. Во-первых, это профессора академического партнера. Во-вторых, как я уже сказал, будут приглашаться профессора из других академических центров

мира. Мы будем также приглашать иностранных преподавателей казахстанского происхождения, которые пройдут квалификационный отбор по критериям академического партнера. Наконец, проведем отбор кандидатов среди преподавателей вузов Казахстана для обучения по программе повышения квалификации в медицинской школе академического партнера. Отбор будет производиться зарубежным академическим партнером на основании таких критериев, как уровень профессионального английского языка и уровень профессиональной подготовки. После обучения по программе повышения квалификации, возвратясь в Казахстан, преподаватели будут самостоятельно повышать квалификацию в течение нескольких месяцев по программе, разработанной академическим партнером. А во время обучения студентов переподготовленные преподаватели из Казахстана будут совместно с профессорами академического партнера преподавать в Школе медицины



«Назарбаев Университета». Этот этап явится последним в подготовке местных кадров для работы в медицинской школе и позволит оценить готовность местных кадров самостоятельно преподавать предметы на уровне, требуемом академическим партнером.

- Практически вся современная медицинская информация в наше время публикуется на английском языке. Будет ли это учитываться в учебном процессе и каков срок обучения студентов в Школе медицины?

- Конечно, преподавание в «Назарбаев Университете» будет вестись на английском языке, ведь мы говорим о мировом уровне образования. Предполагается 6-ти или 7-летнее образование, которое включает один год обучения на подготовительных курсах для изучения биологии, химии и английского языка.

Два или три года, в рамках программы предмедицинской подготовки, будет выделено для изучения фундаментальных научных дисциплин, таких, как молекулярная

биология, биология клетки, органическая и неорганическая химия и другие. После прохождения подготовительных курсов и предмедицинской подготовки студенты начнут четырехлетнее обучение в Школе медицины. С потенциальными академическими партнерами обсуждается возможность выдачи выпускникам Школы медицины двойных дипломов: диплома «Назарбаев Университета» и диплома академического партнера. При этом знания выпускников должны соответствовать требованиям академического партнера. В противном случае будет выдаваться только диплом «Назарбаев Университета», который также будет иметь высокие требования к своим выпускникам.

- Насколько будут востребованы выпускники Школы медицины, какая карьера их ждет, и смогут ли казахстанцы лечиться у таких специалистов?

- Именно эта цель и стоит перед Школой медицины. Ее выпускникам будет предоставлена возможность прохождения клинической

резидентуры для приобретения права на практическую деятельность, программы доктора философии и магистратуры в научных исследованиях и бизнесе. После окончания выбранной программы, врачи-ученые будут работать в клиниках Национального медицинского холдинга, обучать студентов в Школе медицины и заниматься научной работой в Центре наук о жизни. Безусловно, выпускники будут работать и в ведущих медицинских центрах Казахстана.

В новой Школе медицины будут готовиться врачи-ученые мирового уровня, обладающие критическим мышлением, постоянно улучшающие свои профессиональные знания и практические навыки для решения проблем изменяющейся медицинской науки, а также клинической практики. Я уверен в том, что, при правильной политике, нам удастся создать Школу медицины мирового уровня и подготовить будущих лидеров здравоохранения Казахстана.

Ринат Садыков

«Мирас»:

сначала здоровье, потом знания!

В Послании Президента народу Казахстана «Казахстан-2030» одним из основных приоритетов является здоровье, образование и благополучие граждан Казахстана. Это немаловажный критерий для динамично развивающегося государства. Несомненно, здоровье народа начинается со здоровья детей. Поэтому в деятельности Международной школы «Мирас» вопросам здоровья и безопасности придается первостепенное значение.



Актуальность проблем здоровья неоспорима. Ведь в наше время большинство людей работают в душных офисах, сидя на своих местах в течение всего рабочего дня. Аналогичная ситуация складывается и с учениками: они также много времени проводят на уроках в малоподвижном состоянии. Школа «Мирас» для поддержания физического здоровья и спортивного духа своих учеников предлагает им, в зависимости от их увлечений и желаний, целый ряд различных спортивных секций и клубов на выбор по их увлечениям и желаниям.

Все это возможно благодаря богатой ресурсной базе учебного учреждения. В Школе есть современное футбольное поле, теннисный корт, 2 великолепно оснащенных спортзала, фитнес-зал, плавательный бассейн, скалодром, кабинет лечебной физической культуры. Все это дает возможность для раскрытия спортивных талантов учеников и поддержания их здоровья. В Школе действует множество спортивных клубов и секций. Каждый

может выбрать увлечение на свой вкус. Скалолазание - для любителей экстремального спорта. Плавание, которое входит и в обязательную программу, - и для начинающих, и для продолжающих эти полезные водные занятия. Кстати, тренер по плаванию - мастер спорта международного класса, победитель Олимпийских игр. Секция у-шу тренирует силу тела и духа. Секции волейбола, баскетбола и футбола просто незаменимы для разминки после учебного дня. Набирает обороты клуб фитнеса, который в наше время популярен среди всех возрастных слоев. Большое внимание уделяется легкой атлетике, которая разносторонне укрепляет здоровье. Также в школе часто проводятся турпоходы по живописным горным окрестностям города Алматы. Свежий воздух, красивая природа, песни у костра - что может быть заманчивее и полезнее...

В планах открытие секции бадминтона, игры в крокет, а также большой теннис и хоккей на траве. Администрация школы

«Мирас» учитывает пожелания своих учеников, создавая все условия для ведения здорового образа жизни. Ученики «Мираса» участвуют в различных спортивных соревнованиях между школами, в городских, республиканских и международных турнирах. Ежегодно в «Мирасе» проводятся международные чемпионаты по футболу, баскетболу, волейболу и т.д. В соревнованиях принимают участие ученики всех возрастов. Они с достоинством отстаивают честь своей школы, занимая призовые места и оставляя школе множество наград и кубков. Как говорит народная пословица: «В здоровом теле здоровый дух». Следуя этой пословице, школа «Мирас» стремится воспитать здоровое и сильное поколение, которое станет достойным будущим для своего народа, для своего Отечества.

дир. школы «Мирас»
Ирина Власянц

Оптимальная программа страхования

Канатова РИММА,
Начальник Управления медицинского страхования
АО СК «Казкоммерц Полис» (ДО АО «Казкоммерцбанк»)

Клиентам о медицинском страховании

Медицинское страхование - область страхования, отличающаяся своей спецификой. Медицинские страховщики на постоянной основе анализируют возможности рынка медицинских поставщиков и ищут пути решения проблем по обслуживанию застрахованных клиентов. Медицинское страхование существует в республике уже давно, но в частном секторе страхования оно появилось порядка 15 лет назад. Существуют различные схемы обслуживания застрахованных клиентов, но одна из самых распространенных на сегодня - это метод аутсорсинга - передачи клиентов на обслуживание Медицинским Ассистанс компаниям.

Схема представлена довольно просто. Страховая Компания заключает договор страхования с юридическим или физическим лицом и предоставляет каждому застрахованному идентификационную медицинскую карточку, которая является ключом доступа для получения медицинских услуг вместе с удостоверением личности клиента.

Все застрахованные клиенты списком передаются в Компанию Ассистанс и, таким образом, прикрепляются на обслуживание к медицинской сети этой Компании. Ассистанс компаний много: это СОС Казахстан (обслуживание для преимущественно иностранных граждан), Медикер (Казахинстрах, Казкоммерц полис, Сентрас Иншуранс и др.), Ганекс Медикал (Экополис), Медисервис (БТА), есть еще Азия Централ Ассистанс (Альянс Полис).

Все страховые компании, имеющие лицензию, могут предложить свои программы страхования, у всех они свои, в большинстве своем похожи, но отличаются по предлагаемым пакетам (услуги, стоимость). Главное не только программа, но и перечень исключений страховщика.

Обслуживание и объем получаемых услуг целиком и полностью зависит от Программы условий Договора страхования застрахованных клиентов.

Программа страхования - это перечень медицинских услуг, выбранных клиентом по его желанию. Вариации стоимости программ от 50 долларов до 7 000 долларов США. У нас 6 программ базовых страхования они от 100 долларов до 5 000 долларов США. Страхование физических лиц осуществляется только по 2 программам стоимостью от 250 000 тенге до 550 000 тенге, при этом компания обязательно проводит медицинское анкетирование клиента.

Оптимальная программа включает в себя обязательно покрытие расходов при обострениях хронических заболеваний, стоматологию, вакцинацию от гриппа, услуги выезда врачей на дом.

Каждая страховая Компания может предложить самый различный ассортимент программ в зависимости потребностей клиента. Но при выборе страховщика каждый клиент имеет возможность провести маркетинговый анализ всех возможностей рынка аналогичных услуг и сделать для себя приемлемый выбор.

Ознакомиться с условиями лучше всего вам поможет консультант страховой компании: Какие Программы бывают и чем они отличаются, что нужно именно вам - объем медуслуг (виды услуг, количество и т.д.); Условия страхования (исключения и покрытия);

Порядок получения услуг (это может быть доступ к общей сети клиник в городе/регионе/стране или прикрепление к одной клинике).

Получив информацию и приняв решение о страховании, каждый клиент получает возможность, став застрахованным, получать медицинские услуги в сети Представителя Страховщика.

Важно знать, что страхование этого вида рисков не является безграничным, существует перечень услуг, которые ни одна страховая Компания не покрывает в силу невозможности урегулировать с отдельными клиниками вопросы обслуживания и оплаты, либо услуга является плановой и, согласно Правилам Страховой Компании, не включена в перечень покрываемых услуг.

Для тех клиентов, кто делает выбор в пользу качества и эффективности, добровольное медицинское страхование является отличной альтернативой существующей системе гарантированного объема медицинских услуг.

Преимущества страхования

В организации вашего обслуживания участвует как минимум 3 человека (оператор, координатор, семейный врач), при соблюдении порядка обращения в Колл Центр вы избегаете стояния в очередях и поиске учреждения, где можно получить услугу. Вам не надо беспокоиться о деньгах, если вы внезапно заболели или получили травму (при наличии карточки любого уровня все экстренные случаи подпадают под покрытие). Вы получаете обслуживание только в частных медклиниках, и госпитализация при заболевании обеспечивается только в хозрасчетных отделениях стационаров. Вам круглосуточно доступна медицинская консультация и информации о возможностях сети (адреса, контакты, режим работы врачей)

Качество медицинских услуг зависит от уровня профессиональной подготовки врачей, уровня технической оснащенности клиник, уровня квалификации среднего медицинского персонала и наличия системы организации обслуживания, построенной руководством клиники. Поэтому взаимоотношения между

страховой компанией и медицинскими клиниками строятся на почве платежеспособности одной, и лояльности и честности другой.

В среднем можно застраховать 2-3 человека на программы среднего уровня, на ВИП программы не более 5-7 человек.

В перспективе в стране будет рассмотрена реформа здравоохранения внедрением обязательного медицинского страхования всего населения, как работающей ее части так и не работающей. На сегодня есть множество мировых моделей, чей опыт можно применить, но учетом нашей специфики. Международный опыт предлагает бюджетно-страховую модель здравоохранения, в которой участвуют государство, работодатель и гражданин, каждый из которых вносит свою долю в страховую медицину.

Вся стационарная медицинская помощь, которая не покрывается бесплатной гарантированной медицинской помощью, должна выплачиваться клиникам за счет средств обязательной медицинской страховки (вклад работодателя и вклад гражданина).

В среднем страховая сумма превышает сумму премии в 5-7 раз, а иногда и 10 раз. Но это не означает, что ваша страховка действует пока вы не исчерпаете всю сумму. Страховщик осуществляет выплаты в размере фактического ущерба и только в соответствии с показаниями, каждое ваше обращение за медуслугой должно быть обоснованным медицинскими показаниями.

Все денежные потоки должны быть строго персонализированы и формироваться на счетах страховой компании в соответствии с формами утвержденными, программным обеспечением Компании. Так как денежные потоки должны быть прозрачными для клиник, то необходимо создание Единого информационного Центра, куда на регулярной основе должны загружаться все данные по этим страховым взносам, то есть автоматически.

Фактически деньги накапливаются на счетах самих застрахованных, что исключит доступ к ним третьих лиц и их необоснованное использование. При необходимости получения медицинской помощи застрахованный предъявляет страховую карточку, которая позволяет медицинскому работнику клиники проверить доступный объем медуслуг клиента и наличие денег на карточке и принять решение об объеме медицинской помощи, которую может получить застрахованный. В любом случае оказание плановой медицинской помощи, профилактической или восстановительной реабилитационной медицинской помощи, не входящей в перечень гарантированной или превышающей ее, будет осуществляться только после получения письменного разрешения и гарантии страховой компании.



Состояние окружающей среды В НАШИХ руках

В 2004 году на основании «Концепции экологической безопасности Республики Казахстан на 2004-2015 годы» была принята «Экологическая программа Мангистауской области на 2005-2007 годы». Ее целью стало создание экологического равновесия и благоприятной среды для проживания населения Мангистауской области, снижение антропогенной нагрузки на компоненты окружающей среды. В связи с этим мы обратились к заместителю акима Мангистауской области Жунбасову Муханбету Муратбаевичу.

- Добрый день, Муханбет Муратбаевич, скажите, каковы итоги программы за три года работы? Что удалось сделать за истекший период? И как изменилась ситуация в области после ее реализации?

- Дело в том, что Мангистауская область с советских времен является регионом, где получило свое мощное развитие промышленное производство различных отраслей народного хозяйства. Вкупе с другими

факторами это привело к осложнению экологической ситуации.

Область и сегодня продолжает бурно развиваться в промышленном плане, ее справедливо называют фарватером индустриализации. Однако экологическую обстановку в какой-то мере осложняют интенсивный рост объемов добычи и транспортировки углеводородного сырья на суше и начало производства разведочных работ на шельфе Каспийского моря.

Одной из серьезных экологических проблем региона является хвостохранилище «Кошкар-Ата», ранее использовавшееся для хранения ураносодержащих отходов химического производства. В соответствии с долгосрочной программой консервации уранодобывающих предприятий и ликвидации последствий разработки урановых месторождений на 2001-2010 гг., за счет средств республиканского бюджета, в 2007 году началась реализация первой

очереди по рекультивации двух радиационно-опасных участков хвостохранилища «Кошкар-Ата». Для уменьшения процесса пыления радиоактивных и токсичных отходов хвостохранилища ежегодно проводится целенаправленная работа по стабилизации уровня жидкой фазы искусственного озера. На постоянной основе ведется государственный мониторинг. Еще один актуальный вопрос - это обеспечение радиационной безопасности населения. Так, в 2008-2009 годах ликвидировано 20 локальных участков радиоактивного загрязнения в селитебной зоне города Актау и Мунайлинского района.

Для улучшения состояния почвенно-земельных ресурсов и санитарного состояния населенных пунктов в городе Актау, а также селах Бейнеу, Шетпе, Курык и Жетыбай, введены в эксплуатацию полигоны твердых бытовых отходов, мощностью 15 тысяч тонн в год. Для осуществления постоянного государственного мониторинга за состоянием прибрежной зоны Каспийского моря, атмосферного воздуха на территории Мангистауской области, силами ТОО «Казахское агентство прикладной экологии» проводится работа по проекту «Государственный экологический мониторинг на шельфе и прибрежной зоне Каспийского моря с применением технологий аэрокосмического дистанционного зондирования». Установлены водоохранные зоны и полосы на побережье Каспийского моря, на участках зоны отдыха Кендерли, селе Курык, городах Актау и Форт-Шевченко протяженностью 284,5 км. Завершена работа и по проекту «Экологическое районирование и определение экологической емкости природного и социально-экономического потенциала Мангистауской области». Заключен договор с ТОО «Институт географии» на проведение научно-исследовательской работы «Оценка экологического состояния природно-хозяйственных систем Мангистауской области и составление комплексов тематических карт на основе ГИС-технологий». Работа была начата в 2009 году. Как видите, за три года удалось сделать немало. Но мы не останавливаемся на достигнутом.

В целях улучшения экологической пропаганды, повышения информированности населения и развития экологического сознания и ответственности граждан традиционно проводится конкурс среди средств массовой информации на лучшее освещение экологической тематики, и проводятся студенческие экологические олимпиады. Центром «Содействие устойчивому развитию Республики Казахстан» г. Алматы разработана школьная программа «Образование для устойчивого развития и охраны окружающей среды». В прошлом году разработаны программа и учебные пособия для учителей и учащихся школ. В этом году все учебные заведения будут обеспечены этими учебными пособиями. Выполняются Планы мероприятий по реализации Программы «Жасыл ел» на 2008-2010 годы. Мангистауская область богата полезными ископаемыми, памятниками истории, архитектуры и культуры, но

Мангистауская область богата полезными ископаемыми, памятниками истории, архитектуры и культуры, но не зелению.

не зелению. В последние годы по всем районам и городам проводится планомерная работа по увеличению площадей зеленых массивов в населенных пунктах и соответственно увеличивается объем финансирования на создание и содержание зеленых насаждений. Только в первом полугодии 2010-го было выделено 307,6 миллионов тенге. На территории области существуют 16 парков общей площадью 44,29 га. Расширяются площади кустарников и газонов, в сельских населенных пунктах появляются цветники. Также в области функционируют

два государственных учреждения по охране лесов и животного мира - Бейнеуский и Самский, которые занимаются увеличением лесного массива области. Общая площадь их территории составляет 242 361 га, из них покрытая лесом - 112 949 га. Созданы минерализованные полосы протяженностью 56 км, проводятся работы по уходу за минерализованными полосами на участке 274 км. В целях увеличения лесистости территории ежегодно производится посев семян на 300 га земли.

- Какие природоохранные мероприятия были проведены в тех местах, где ведутся разработка и добыча нефти и газа?

- В целях уменьшения количества сжигаемого газа на факелах, предприятиями разрабатываются и согласовываются «Программы утилизации попутного и природного газа», где в полной мере будут отражены мероприятия по утилизации газа. В дальнейшем устанавливаются сроки полной утилизации газа.

Также в области ведется система производственного мониторинга окружающей среды. Большое внимание уделяется снижению уровня опасности отходов предприятия. Для чего внедряется технология по переработки утилизации отходов производства и потребления, а в случае отсутствия оборудования передается на переработку специализированным сторонним организациям. Не меньшее значение имеет и реконструкция нефтепроводов и водоводов, объектов нефтедобычи.

- Мангистауская область известна своими крупнейшими нефтяными производствами и является ключевым донором республиканского бюджета. Сколько в регионе выделяется финансирования на защиту окружающей среды и здравоохранение в целом?

- В 2010 году на природоохранные мероприятия выделено 2 912 миллиона тенге. В том числе из республиканского бюджета - 2 044,3 миллиона тенге, из местного бюджета - 867,7 миллиона. Расходы на здравоохранение в этом году по утвержденному бюджету Мангистауской области составляют 13,6 миллиардов тенге. Это на 7%

больше по сравнению с 2009 годом. Как вы знаете, за последние несколько лет в сфере здравоохранения области произошли позитивные изменения. Это результат целенаправленной работы акимата области по повышению качества медицинских услуг, оказываемых тому. Еще некоторое время назад мы не могли похвастаться хорошими показателями. А сейчас, только за первое полугодие 2010-го младенческая смертность снизилась с 21,8 промилле до 18,6. Не зарегистрировано ни одного случая материнской смертности. На 29% снизилась и заболеваемость туберкулезом.

Хочется отметить, что отдаленность от центра страны сказывалась на доступности высококвалифицированной медицинской помощи. А с внедрением Единой национальной системы здравоохранения отмечаются существенные позитивные достижения в деле охраны здоровья населения. Впервые в истории области с этого года местными врачами оказываются такие виды высокотехнологической медицинской помощи, как кардиохирургические, офтальмологические, урологические, нейрохирургические операции, эндопротезирование суставов. Это является серьезным прорывом для сферы здравоохранения области. Необходимое оборудование - а это новинки медицинской науки и техники - приобретаются за счет местного бюджета при активной поддержке акима области и депутатского корпуса. В целях повышения качества медицинских услуг, населению области ведется строительство семи крупных медицинских организаций - онкологический диспансер на 100 коек, центр крови, родильный дом на 40 мест и туберкулезная больница в селе Бейнеу, центральная районная больница в селе Шетпе на 150 коек, туберкулезная больница и роддом на 100 коек в городе Жанаозен.

- Муханбет Муратбаевич, а какие острые проблемы здравоохранения существуют на сегодняшний день в регионе? Что делается для их решения?

- В этом году в сфере

здравоохранения мы поставили перед собой несколько задач. В том числе, это реализация программы Всемирной организации здравоохранения по вопросам внедрения принципов «Безопасного материнства», в частности дальнейшего развития службы планирования семьи, снижение материнской и младенческой смертности.

На базе Мангистауской областной больницы будем развивать высокоспециализированную медицинскую помощь по урологии, нейрохирургии, ортопедии и травматологии, совершенствовать лабораторную, гастроэнтерологическую службы области.

Большое внимание мы уделяем формированию инфраструктуры здравоохранения области. Это и строительство центра охраны материнства и детства, кардиохирургического блока областной больницы, а также больницы и поликлиники в Мунайлинском районе, дальнейшему укреплению материально-технической базы противотуберкулезной службы. В целях развития диагностической службы нам предстоит внедрить высокотехнологичные методы диагностики, в том числе магнитно-резонансные томографические, маммографические и эндоскопические.

- А как обстоят дела с кадровым вопросом в сфере здравоохранения в Мангистауской области?

- Повышению качества кадрового потенциала мы уделяем особое внимание. К примеру, по грантам акима области в медицинских ВУЗах страны обучаются 75 студентов. За первое полугодие прошли переподготовку и повысили квалификацию 146 врачей. На курсы повышения были направлены 29 медицинских работников среднего звена.

Улучшать уровень своих знаний наши медицинские работники ездят и в ведущие зарубежные клиники. В 2009 году за счет местного бюджета 20 специалистов обучались в Литве, Израиле, России, Сингапуре и Австрии. Кроме того, с целью привлечения молодых кадров в сельскую местность предусмотрена социальная поддержка, в том числе и в решении жилищных проблем.

Так, в 2009 году специалистам, прибывшим в районы, выделены 7 служебных квартир. На более чем 11 миллионов тенге была оказана иная социальная помощь. В соответствии с Законом Республики Казахстан «О государственном регулировании развития агропромышленного комплекса и сельских территорий» разработаны правила, которые определяют условия и порядок предоставления специалистам здравоохранения, образования, социального обеспечения, культуры и спорта, прибывшим для работы и проживания в сельские населенные пункты, а также устанавливают меры социальной поддержки. Во-первых, это подъемное пособие, равное семидесятикратному МРП, то есть 98 910 тенге. Во-вторых, бюджетный кредит на приобретение жилья в сумме, не превышающей шестисот тридцатикратный размер МРП - 890 190 тенге. Так, с начала этого года подъемные выданы 27 специалистам на общую сумму 2,7 миллиона тенге.

- И в заключение, что бы Вы могли пожелать нашим читателям?

- Еще русский философ и публицист Петр Чаадаев писал: «Подлинный плодотворный результат любой деятельности зависит, прежде всего, от золотого запаса благородных людей с обостренной совестью, с высокими духовными качествами, которые нельзя приобрести словесными заклинаниями».

Будущее, однозначно, за молодым и здоровым поколением. Только человек с хорошим самочувствием, оптимизмом, психологической устойчивостью и физической работоспособностью способен активно жить, успешно преодолевать жизненные трудности.

Поэтому, читателям журнала «Медикер» хочу пожелать - заботьтесь о своем здоровье, и при этом не забывайте, что состояние окружающей среды в ваших руках! Обертка от мороженого, пластиковая бутылка, брошенная «случайно» на землю, может дать «эффект бабочки» и отравить жизнь поколениям, идущим нам на смену.

А. Тастенов

Елдің және адамдардың игілігі үшін
For the welfare of the nation
На благо страны и людей



Интервью в журнал «Медикер»
с Вице-президентом АО «НК «КТЖ»
Акчуриным А.Х.



ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНИКАМ – железное здоровье!

Железная дорога всегда славилась особым отношением к работникам, в ее традициях – материальное и моральное стимулирование сотрудников для повышения производительности труда.

Социальная защита тружеников и преемственность в работе отрасли позволяют национальной компании «Казахстан Темир Жолы» динамично развиваться и процветать. Сегодня руководство «КТЖ» старается создать одинаково благоприятные условия труда и оказать социальную поддержку всем членам своего коллектива. Об этом – наша беседа с Вице-президентом по управлению персоналом и социальным вопросам АО «НК «Казахстан темир жолы» Асхатом АКЧУРИНЫМ.

- Асхат Харисович, у «КТЖ» один из самых многочисленных коллективов в стране. Как бы Вы охарактеризовали его и сколько «молодой крови» в транспортной артерии страны?

- Это не просто коллектив, это 150-тысячная армия железнодорожников! Это люди разных возрастов, профессий, уровня квалификации, стажа и возраста. Молодежи (до 30 лет) у нас около 40 тысяч, это не мало, но и не предел. Мы постоянно нуждаемся в притоке молодых сил и делаем все, чтобы

привлечь молодежь и закрепить ее на производстве. Благодаря этому, в последние годы заметно снизилась текучесть кадров. Так, в прошлом году в структурные подразделения «КТЖ» прибыло 696 молодых специалистов, по итогам распределения 2010 года планируется трудоустройство около 300 выпускников нашего основного партнера в сфере образования – КазАТК. Чтобы удержать их на станциях 3, 4, 5-х классов предусмотрены меры социальной поддержки: единовременная

материальная помощь, оплата аренды жилья в течение первых двух лет работы и 25-процентная надбавка к зарплате в течение первого года трудовой деятельности.

- Недавно в АО «НК «КТЖ» была принята программа на 2010-2014 годы по обеспечению жильем работников малых станций. Планируемая сумма затрат на эти нужды составит более 12 млрд. тенге. А заявки на получение арендных квартир через АО «ФНБ «Самрук-Казына» подали четыре тысячи железнодорожников.

- Железная дорога всегда славилась хорошим социальным пакетом для сотрудников. Какими еще мерами вы привлекаете в свои ряды молодежь?

- Каждый молодой сотрудник АО «НК «КТЖ» получает солидный пакет мер социальной защиты: бесплатное медицинское обслуживание, санаторно-курортное лечение, возможность получения жилья, все выплаты, предусмотренные трудовым законодательством РК и, что немаловажно, возможность постоянно повышать свою квалификацию за счет средств работодателя. С этой целью в компании утверждены Правила профессионального обучения работников, регулирующие вопросы обучения с отрывом и без отрыва от производства, разработаны Правила присуждения Именной стипендии Президента АО «НК «КТЖ» и образовательных грантов.

- В прошлом году 34 наших сотрудника впервые прошли

- Одной энергии молодежи недостаточно для успешного функционирования всей отрасли. Расскажите про, так называемый, «институт преемственности поколений» в вашем хозяйстве.

- Несомненно, особый наш капитал - это люди с многолетним профессиональным опытом, которые бывали в разных производственных ситуациях и способны поделиться своими знаниями с молодыми коллегами. Для успешной адаптации вновь принятых работников действует институт наставничества. Мы стараемся поддерживать в коллективе оптимальный баланс энергии и опыта. Это, в свою очередь, позволяет динамично развиваться отрасли, способствует прогрессу экономических и производственных показателей. Вообще, у железной дороги славная и многолетняя история, а самое главное, чем мы гордимся, кроме

участников и инвалидов войны, тружеников тыла из числа бывших железнодорожников получили от компании единовременную материальную помощь. На всех предприятиях «КТЖ» были даны торжественные обеды и состоялись праздничные концерты. Кроме того, до конца этого года все участники и инвалиды войны могут ездить на наших поездах совершенно бесплатно. Я думаю, что и в будущем мы будем только увеличивать степень заботы и помощи нашим старикам.

- «Железнодорожник» - одна из стрессогенных профессий, поэтому в вашем ведомстве всегда была налаженная система медицинского обслуживания. Что сегодня делает «КТЖ» для охраны здоровья сотрудников?

- Безопасность движения поездов, конечно же, зависит от состояния

Безопасность движения поездов, конечно же, зависит от состояния здоровья человека! Поэтому своевременное и качественное проведение предсменных медицинских освидетельствований и периодических медицинских осмотров работников - это незыблемая традиция на железной дороге.

стажировку на предприятиях Российских железных дорог. Был проведен отбор и предоставлены гранты на обучение по программе «Магистратура», заключены Генеральное соглашение с КазАТК им. М. Тынышпаева и Меморандум с АО «Центр международных программ «Болашак».

- В марте этого года, впервые на железной дороге, прошел Слет молодежи АО «НК «КТЖ», в котором приняли участие более 250 сотрудников из всех регионов. Форум носил прикладной и обучающий характер: молодежь на нем отработывала навыки анализа проблем, составления концепций, поиска выхода из кризисных ситуаций и многое другое. А в конце апреля - начале мая в Алматы прошел Молодежный форум для работников Южного региона. Такие сборы молодежи отныне станут в «КТЖ» ежегодной традицией. Мы «инвестируем в будущее ради повышения конкурентоспособности человеческого капитала», проще говоря, растим хороших управленцев и настоящих лидеров.

системы социальной защиты работников - это преемственность поколений. Это, если хотите, наше все!

- Каждая уважающая себя компания заботится о своих пенсионерах и ветеранах, это часть корпоративной культуры, показатель ее духовного здоровья. Что делает «КТЖ» для поддержки своих пенсионеров?

Наша компания никогда не оставляет без внимания своих ветеранов труда. Ежегодно «КТЖ» предусматривает в своем бюджете значительные суммы на поддержку пенсионеров железной дороги. К примеру, в 2009 году они составляли 550 млн. тенге, в 2010 году - уже 657 млн. тенге. При Президенте АО «НК «КТЖ» действует авторитетный совещательный орган - Консультативный Совет. Он состоит из ветеранов войны и труда, заслуженных железнодорожников, которые собираются вместе и обмениваются мнениями и предложениями по разным вопросам.

К 65-летию Победы более тысячи

здоровья человека! Поэтому своевременное и качественное проведение предсменных медицинских освидетельствований и периодических медицинских осмотров работников - это незыблемая традиция на железной дороге.

Профессия «железнодорожник» связана с рядом опасных и вредных факторов. За преданность железной дороге человек, порой, платит своим здоровьем, приобретая профессиональные заболевания. Охрана здоровья сотрудников - неотъемлемая и важнейшая часть корпоративной культуры «КТЖ». Мы сделали многое для упорядочения режима труда и отдыха работников. Для примера, в настоящее время в отрасли полностью исключена практика ненормированной работы машинистов и других членов поездных бригад. А в санаториях и профилакториях по льготным путевкам в этом году отдохнет 3000 человек.

Как известно, у нас тысячи железнодорожников и членов их семей живут на удаленных станциях

и разъездах. К сожалению, они не могут систематически получать качественную медицинскую помощь. Летом этого года «КТЖ» организует выезд специализированного лечебно-диагностического поезда-поликлиники. Уже разработан маршрут его движения, ведется соответствующая реконструкция нескольких пассажирских вагонов. Бригады квалифицированных медиков проведут полное обследование состояния здоровья наших работников и их родных, окажут необходимую врачебную помощь. В составе поезда будет действовать даже мини-операционная.

Словам медиков, основная причина заболеваний машинистов поездов - это нервно-эмоциональное напряжение, попросту говоря, чувство постоянной тревоги и напряжения. А вот диспетчеры страдают от гиподинамии, со всеми вытекающими отсюда последствиями для организма. Вообще, в профзаболеваниях работников железной дороги преобладают хронические формы, а первые места принадлежат болезням органов дыхания «пылевой» этиологии. Это неудивительно, ведь за десятки тысяч километров пройденных путей железнодорожники вдыхают

комиссования железнодорожников стали болезни глаз - 79%, далее по списку: сердечнососудистые заболевания - 17%, неврологические заболевания - 3%, замыкают список болезни слуха - 1%. В последние годы отмечается тенденция к увеличению отстранения работников из-за проблем с сердцем. Причина тому - более усовершенствованная диагностика ЭХОКГ. Современная аппаратура позволяет точнее и быстрее выявлять заболевание, что позволяет своевременно направлять человека на лечение. Хочу отметить, что огромное значение для охраны здоровья

Сегодня целые медицинские центры, поликлиники, больницы обслуживают огромный штат железной дороги. На вооружении у медиков - новейшее оборудование, последние достижения медицины и науки - все для того, чтобы риск развития заболеваний был минимален.

А железнодорожники крупных станций бесплатно, за счет компании, имеют возможность регулярно получать медицинскую помощь. Кроме того, они посещают спортивные залы и бассейны, участвуют в отраслевых спартакиадах, укрепляют свое здоровье. В конечном итоге, именно люди - это главный ресурс, обеспечивающий стабильную работу железнодорожного транспорта. Мы заботимся о настоящем и инвестируем в свое будущее!

Профзаболевания

О важности наблюдения за здоровьем работников задумались еще два века назад, в самом начале возникновения железных дорог. Система железнодорожного здравоохранения имеет многолетнюю историю. Первые 10 лазаретов для строителей железной дороги Санкт-Петербург - Москва появились в 1844 году. В 1858 году было введено «Положение о медико-санитарном обслуживании железных дорог», а на VI съезде русских естествоиспытателей и врачей в 1879 году железнодорожную медицину выделили в самостоятельный раздел. С тех пор медицина шагнула далеко вперед, но вредность профессии не уменьшилась. По

килограммы пыли. Еще более опасна вибрационная болезнь, которая развивается вследствие постоянной качки при движении поездов. Из-за стрессового характера воздействия вибрации происходят нарушения в центральной нервной системе. У человека снижается сила, тонус и выносливость мышц, в них возникают очаги уплотнения, болезненные тяжи, развиваются атрофии. Клинически это выражается в утомлении, депрессии или раздражительности, головных болях и других расстройствах, вплоть до развития устойчивых тяжелых неврозов. Кроме того, у железнодорожников наблюдается профессиональная тугоухость и заболевания опорно-двигательного аппарата.

Врач-терапевт высшей категории, профпатолог Кулян Ережепова:

- Более надежными (в смысле физической стойкости) в транспортных профессиях считаются лица средних возрастов. В молодом возрасте нет опыта, необходимой осторожности, а в пожилом - снижаются соответствующие физиологические функции, хотя в последнем случае возможна та или иная степень компенсации за счет навыков.

По нашей статистике, в 2009 году основной медицинской причиной

рабочих имеет работа врачебно-экспертной комиссии по выявлению и профилактике сердечнососудистых заболеваний, туберкулеза, рака молочной железы и шейки матки среди женщин. Эти болезни стали настоящим бичом в наше время, все силы нашей системы здравоохранения брошены на борьбу с ними. Поэтому здесь важна своевременная диагностика заболеваний. Это путь к выздоровлению.

Сегодня целые медицинские центры, поликлиники, больницы обслуживают огромный штат железной дороги. На вооружении у медиков - новейшее оборудование, последние достижения медицины и науки - все для того, чтобы риск развития заболеваний был минимален. Профессиональную помощь оказывают высококлассные специалисты широкого спектра действия, а профилактические осмотры ведутся с использованием современного оборудования и новых методов исследований. Медицина всегда остается на службе у человека, но, самое главное, это мотивированно агитировать людей за здоровый образ жизни. Ведь за свое здоровье, в первую очередь, человек ответственен сам.

Алтынай Даулетбаева



ДЕМОКРАТИЧНОСТЬ **АКТИВНОСТЬ** ЭКОЛОГИЧНОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛИЗМ

ОТКРЫТОСТЬ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ **ИННОВАЦИОННОСТЬ** ЭФФЕКТИВНОСТЬ

Энергия
Единства

www.kazenergy.com



«Мунайшы» - оазис надежды

Нефтяной край встретил нас летним зноем и унылым пейзажем: на многие километры растянулась голая выжженная степь, лишь нефтяные вышки да паутина линий электропередач разбавляли это однообразие. Жанаозен - город нефтяников, а в последнее десятилетие - пристанище для тысяч оралманов со всего мира. Жилые массивы представляют собой череду скучных домов землистого цвета: картина унылая, бесцветная и тоскливая. И лишь в стороне от города, как зеленый оазис в пустыне, виднеется здание медико-профилактического центра «Мунайшы». Здание утопает в зелени и выглядит как респектабельный санаторий. Оно и строилось как лечебно-профилактический центр для рабочих ОАО «Озенмунайгаз». В свое время комплекс передали в доверительное управление ТОО «Медикер». Сегодня МПЦ «Мунайшы» - лучшее медицинское учреждение города Жанаозен.

Профессия «нефтяник» - одна из самых трудных и опасных, потому и окружена ореолом почета, уважения и престижа. Более сорока лет назад Жанаозен был вахтовым поселком, сегодня - это второй по значению город в Мангистауской области. Целые семьи и поколения жанаозенцев были заняты на нефтяных промыслах. Тяжелый физический труд оставил неизгладимые следы в организме каждого из них. Вкупе с экологическим неблагополучием региона это дает удручающую картину здоровья населения. Из-за близости нефтяных промыслов почва покрыта слоем мазута, интенсивно загрязняются подземные воды и

отравляется воздух. Испарения нефти содержат множество вредных и опасных для человека химических элементов. Сероводород, например, проникает в мозг (нарушение памяти), в кровь, поражает печень (токсический гепатит). Кроме того, он может быть виновником аллергий и кожных высыпаний. Для рабочих многолетнее вдыхание пыли часто оборачивается профессиональным заболеванием - силикозом, а от бронхита можно и вовсе никогда не вылечиться. Из-за постоянного физического напряжения и холода развивается радикулит, остеохондроз, урологические заболевания. И, что самое печальное, по

словам медиков, в рядах сердечников все больше молодых людей, которым нет еще и сорока.

Участились случаи врожденных патологий у новорожденных: до недавнего времени пороки сердца диагностировали у каждого третьего ребенка. Это, конечно же, связано с состоянием здоровья самих матерей. Женщины здесь беззащитны перед влиянием плохой экологии. Мангистауская область занимает одно из лидирующих мест по заболеваемости туберкулезом, и неудивительно, что в Жанаозене есть свой тубдиспансер. От всех физических напастей жанаозенцы ищут спасения в городских

- Для каждой компании охрана здоровья сотрудников - неотъемлемая часть корпоративной культуры. Для успешного выполнения задач нашего предприятия необходим здоровый трудовой коллектив.

медучреждениях. Душные и тесные коридоры местной поликлиники не могут вместить всех страждущих. В летний зной «поход за здоровьем» вполне может закончиться печально для сердечников, детей и пожилых людей. Больницы круглый год переполнены и не справляются с потоком пациентов. Ситуация вполне понятна и объяснима: все социальные, инфраструктурные объекты, инженерно-коммуникационные сети и жилой фонд Жанаозена строились по генплану, рассчитанному на 60 тысяч человек. А сегодня здесь проживает около 120 тысяч человек. В свое время, в целях охраны здоровья трудящихся, градообразующее предприятие ПФ «Озенмунайгаз» построило отдельный лечебно-профилактический комплекс «Мунайшы». Затем, в 2007 году, заботу о здоровье нефтяников поручили компании «Медикер».



Директор ПФ «Озенмунайгаз»
АО «РД «КазМунайГаз»
Кийкбай Ешманов

- Для каждой компании охрана здоровья сотрудников - неотъемлемая часть корпоративной культуры. Для успешного выполнения задач нашего предприятия необходим здоровый трудовой коллектив. Мы осознаем, что наш регион относится к числу экологически неблагоприятных и со своей

стороны АО «РД КазМунайГаз» и ПФ «Озенмунайгаз» делают все возможное для улучшения ситуации. С этой целью почти пять лет назад мы передали нынешнее здание МПЦ «Мунайшы» в доверительное управление компании «Медикер». То есть, поручили профессионалам организацию медицинского сервиса, чтобы наши рабочие круглосуточно получали квалифицированную помощь специалистов и в городе, и на промыслах. «Мунайшы» обслуживает около тридцати тысяч наших сотрудников, членов их семей. Это огромный объем работы, с которым может справиться только грамотно выстроенная, отлаженная система оказания медицинских услуг. И компании «Медикер» это удается. Между «Озенмунайгазом» и «Медикером» никогда остро не стоял вопрос о четком разделении договорных обязанностей. Наша работа выстроена по принципу взаимопомощи и тесного сотрудничества. АО «РД КазМунайГаз» и ПФ «Озенмунайгаз» всегда готовы протянуть руку помощи, если это касается здоровья наших нефтяников.

В каждом нефтегазодобывающем управлении (НГДУ) «Озенмунайгаза» есть медпункты «Медикера», в которых предусмотрено все необходимое для оказания первой помощи пострадавшим, вплоть до реанимационного буроводования. В сорокаградусную жару (а бывает и 50 градусов) учащаются случаи солнечных и тепловых ударов, у рабочих скачет давление, бывают острые отравления парами нефти, производственные травмы, расстройства желудков и укусы ядовитых насекомых. Бригады скорой помощи «Медикер» сидят наготове круглосуточно. Для уменьшения и предотвращения экстренных случаев, врачи каждый день проводят тщательный предсменный осмотр рабочих. В «Мунайшы» нефтяники круглый год проходят обязательный профосмотр и комиссию на профпригодность. Здесь принимают терапевты, гастроэнтерологи, окулисты, гинекологи,

травматологи, стоматологи и другие специалисты. По приглашению «Медикера» из других городов страны в МПЦ приезжают и ведут прием врачи редких и дефицитных специализаций, например, кардиолог и уролог. При необходимости можно получить лечение в стационаре, а для оперативного вмешательства или дополнительной диагностики пациентам выдают направление в больницы и медцентры крупных городов.

Наибольшее количество клиентов у компании «Медикер» в Мангистауской и Атырауской областях. Поэтому налаженная, бесперебойная, качественная система медицинского сервиса в этих регионах - показатель успеха всей компании.



Директор МПЦ «Мунайшы»
Зауре Кенбейлова - человек не местный; четыре года назад головной офис компании «Медикер» направил ее в Жанаозен для организации, координации и регулирования деятельности центра: - Моя акклиматизация длилась не один год. Я на себе ощутила все «прелести» местной экологии: скакало давление, ощущалась постоянная сонливость, мучала одышка. Поначалу хотелось убежать, но я понимала: мне достался настолько сложный и ответственный участок, что бросить все я не имела права, это было бы равносильно побегу. Проблем было немало, но основная - нехватка квалифицированных специалистов. Найти врачей узких специальностей в этом регионе сложно, но еще трудней удержать их в Жанаозене. Посудите сами, здесь крайне высокий процент заболеваемости ишемической болезнью сердца, а на

Август/Сентябрь 2010

весь город всего два кардиолога. Раз в неделю по субботам ведет прием уролог из Актау, а аллергологов на большую Мангистаускую область - всего несколько человек. Работа в МПЦ «Мунайшы» не из легких: врачи работают в режиме перегрузки, что, конечно, сказывается и на их здоровье. Мы стараемся максимально учесть все пожелания наших сотрудников, создаем оптимальные комфортные условия для работы. Для меня каждый сотрудник бесценен и незаменим, они стали для меня семьей. Мои

учреждений. Очень хорошее стоматологическое и УЗИ-оборудование, аппаратура для физиопроцедур и многое другое. А предмет всеобщей зависти - это кондиционеры в кабинете каждого врача.

И все же, одной проблемы центру, пока, избежать не удастся - это очереди на прием к врачам. На это есть объективные причины: раньше, будучи на балансе «Озенмунайгаза», «Мунайшы» обслуживал всего 6-7 тысяч рабочих. Центр вполне справлялся с круглогодичным профосмотром

в бизнесе - это люди, не только члены коллектива, но и многочисленные клиенты. Успех любого дела - это, в первую очередь, заслуга работников компании. Создание для них оптимальных условий работы, предоставление возможности профессионального и карьерного роста - это меры нашей признательности и система мотивации. А клиентам мы предлагаем особый сервис: всегда исключительно доброжелательное и внимательное отношение и заботу о каждом пациенте!



помощники, соратники - это врачи Роза Тажиева, Молдурхан Шупашева, Канипа Турбаева, Серик Аскарлов, Жанна Сайым, медсестры Ботагоз Журмагамбетова, Камаш Утекенова. Всех и не перечислишь. За годы работы здесь я открываю для себя людей удивительных и особенных. Это простые, стойкие и мужественные труженики, которые не представляют своей жизни без своей родины - Жанаозена. И я горжусь ими!

Редакция журнала «Медикер» приносит свои искренние соболезнования родным и близким Зауре Кенбейловой

Ежегодно «Медикер» проводит аккредитацию своих клиник. В планах - получить Международную аккредитацию и внедрение Международных стандартов качества ISO 9001: 2007. Это те меры, которые помогут поднять уровень качества обслуживания на новую высоту. В наши дни успех любого медцентра напрямую зависит от его оснащенности современным медицинским оборудованием. В «Мунайшы» есть высокоточная японская аппаратура для диагностики заболеваний глаз (такой техники нет даже в Актау). Здесь же единственный в городе компьютерный томограф - неслыханная и невиданная роскошь для местных медицинских

нефтяников. Когда АО «РД «Казмунайгаз» включило в страховку членов семей сотрудников, количество клиентов выросло до 30 тысяч. Нагрузка на МПЦ резко увеличилась, а открывать новые кабинеты не позволяет площадь здания. Понимают это и в РД «Казмунайгаз», где приняли решение о строительстве нового медицинского центра в Жанаозене. Уже выделено место под строительство и ведутся подготовительные работы. В 2007 году, взяв «Мунайшы» в доверительное управление, компания «Медикер» сразу же расширила спектр оказываемых услуг, увеличила штат центра: сегодня здесь работает более 200 человек. Стратегия компании - повышать качество оказываемых услуг, постоянно повышая квалификацию медиков. Каждый год около 30 врачей со всех регионов проходят курсы повышения квалификации. Компания также оплачивает учебу интернам, затем направляет их на первичную специализацию и последующую работу в свои клиники. Все эти меры обусловлены острой нехваткой медицинских работников в стране, и, особенно, в Западном регионе Казахстана. В годы экономического кризиса компания «Медикер» не сократила штат и не урезала заработные платы сотрудникам, а, наоборот, поддерживала и увеличивала количество медицинского персонала. Для ТОО «Медикер» главная ценность

Справка

По природно-климатическим условиям практически вся территория области относится к крайне неблагоприятной аридной зоне.

Климат резко-континентальный: повышенная солнечная радиация, летом - жара до 50 градусов, пыльные бури, зимой - морозы, ветры. Дожди бывают редко.

Содержание кислорода в воздухе не более 70%. По мнению экспертов, загрязненность атмосферного воздуха, в первую очередь, связана с испарением нефти с амбаров, сжиганием попутных нефтяных газов на факелах и повышенной запыленностью воздуха из-за отходов хвостохранилища и отвалов карьерного хозяйства.

Замазученность промыслов, низкая культура их обустройства за много лет нефтедобычи привела к гибели большого количества различных видов животных и птиц, миграционные пути которых проходят здесь.

Накопление промышленных и бытовых отходов нарушает естественный круговорот веществ, приводит к загрязнению почвы, грунтовых вод, токсичными веществами, тяжелыми металлами, создает угрозу разрушения и уничтожения почвенной оболочки, что в итоге неблагоприятно воздействует на здоровье населения. В связи с этим в регионе сложилась удручающая социально-экологическая ситуация.

Алтынай Даулетбаева

10 жыл Сіздерге қамқормен!



МЕДИКЕР

МЕДИЦИНАЛЫҚ ОРТАЛЫҒЫ

Біздің клиникада Сіздер заман талабына сай жоғары сапалы, мамандырылған көмектің толық спектрін ала аласыздар.

- ОТБАСЫЛЫҚ ДӘРІГЕР
- ТЕРАПЕВТ
- БАЛА ДӘРІГЕРІ
- ЛОР ДӘРІГЕР
- ОФТАЛЬМОЛОГ
- АКУШЕР-ГИНЕКОЛОГ
- ОНКОГИНЕКОЛОГ
- БАЛАЛАР НЕВРОПОТОЛОГЫ
- ЕРЕСЕКТЕР НЕВРОПОТОЛОГЫ
- ТЕРІ ДӘРІГЕРІ
- УРОЛОГ
- ЭНДОКРИНОЛОГ
- АЛЛЕРГОЛОГ
- МАММОЛОГ
- ГАСТРОЭНТЕРОЛОГ
- ИММУНОЛОГ
- ДИЕТОЛОГ
- ХИРУРГ
- НЕФРОЛОГ
- ГЕМАТОЛОГ
- ПАНТТЫ ПРОЦЕДУРАЛАР
- ЖҮКТІЛІКТІ ҚАДАҒАЛАУ
- ЕМДЕЛУШІЛЕРГЕ ҮЙДЕ КӨМЕК КӨРСЕТУ
- САҚТАНДЫРУ КОМПАНИЯЛАРЫНЫҢ ЕМДЕЛУШІЛЕРІНЕ ҚЫЗМЕТ КӨРСЕТУ
- ВАКЦИНАЦИЯ
- ЛАБОРАТОРИЯ
- ПРОЦЕДУРА КАБИНЕТІ
- МАССАЖ
- ФИЗИО КАБИНЕТІ
- УДЗ
- ЭХОКАРДИОГРАФИЯ
- ЭНДОСКОПИЯ

Сонымен қатар, біз шетелге емделуге жібереміз.

Қазақстан Республикасы
Алматы қ-сы, Навои к-сі, 310
e-mail: alm_medicare@mail.ru
www.medicare.kz



Телефондары: +7 727 380 98 77, 259 73 94, 259 73 95
259 73 96, 258 82 42, 258 82 43
Факс: +7 727 259 73 90
Үйлестіру орталығы: +7 727 259 73 91, 259 73 92

«Мунайшы» – Үміт аралы»

Мұнайлы өлкеге жеткен беті жаздың қапырық ауасы бетімізді қарып, кеудемізді қыса бастады. Маусымда жердің сәні кашқан. Көзінді шөбі күйіп кеткен мидай даладан кашыру мүмкін емес. Аракідік жер-жерде қызыл күрең топырықтың былқылдап, шаңы көтеріліп жатқанын көресің. Мұнайлы бағандар мен өрмекшінің торындай боп шырмалып жатқан электр желілері ғана жол бойы тіршіліктің барын сездіреді. Жаңаөзен – мұнайшылар қаласы. Әсіресе, соңғы он жылда атамекенге оралған мыңдаған қандасымызға пана болған шағын шаһар. Бір-бірінен аумайтын топырақ түсті үйлер қаз-қатар тізіліп тұр. Қаладан ұзап шыққанда ғана қалың құмның ортасында орманды көріп таң қалуға болады. Бұл біз іздеген «Мұнайшы» медициналық-сауықтыру орталығы. «Өзенмұнайгаз» ААҚ қызметкерлері үшін арнайы тұрғызылған ғимарат. Қазір «Медикер» ЖШС басқаруында.

Мұнайшы болу үшін көп тер төгу керек. Мамандық иесі атанғын келсе, ыждаһаттылық пен төзімділік кажет. Қауіпі зор еңбектің бейнеті де көп, зейнеті де мол. Жаңаөзен - қырық жыл бойы жұмысшылар ауысыммен жұмыс істейтін өндірістік қалашық қызметін атқарды. Осы күні Маңғыстау облысының бетке ұстар қаласы. Қала тұрғындарының барлығы мұнай өндіру, барлау сияқты істерге жұмылдырылған. Әлбетте, қара жұмыстың денсаулыққа тигізер зияны да жоқ емес. Өңірдегі экологиялық ахуалдың нашарлығы мен жергілікті халыққа тигізер залалын білмейтін адам кемде-кем.

Халықтың қонысы кен орындарына (қаладан 3-5 шақырым) тым жақын. Қоршаған ортаның бүлінгені рас. Жанар-жағармай жерге сіңіп, ауа бұзылып, жер асты суларының ластану қаупі зор. Жанған мұнайдың кесірінен, ауаға көміртегі, сынап, қорғасын мен канцерогендік бензиннің небір зиянды химиялық қалдықтары таралып жатыр. Мұндай элементтер ми (есте сақтау қабілетін тежейді) мен қанға сіңсе, бауырды құртады. Әрбір екінші тұрғынды аллергия

және көптеген тері аурулары жиі мазалайды. Жұмысшылардың тыныс алу органдары зақымданып, силикоз дертіне шалдыққан. Мұндай өкпе аурулары емделмейді. Қара жұмыстан бел шойырылып, (радикулит) осеохондроз пен урологиялық аурулар шығып жатыр. Ең өкініштісі, жүрек аурулары жасы 40-қа толмаған ер азаматтардың арасында белең алып барады.

Статистикалық деректерге сүйенсек, нәрестелерге де небір кеселді дерттердің жабысканын аңғарамыз. Әрбір үшінші балдырған жүрек ауруына бейім. Әйелдердің гинекологиялық проблемаларынан тыс, сүт бездері шошынып, зиянды және зиянсыз ісіктер пайда болған. Маңғыстау облысы - өкпе ауруын (туберкулез) жұқтырғандар саны жағынан еліміз бойынша бірінші орынға шықты. Жаңаөзенде мұндай орталықтың болуы да бекер емес. Өз дертінен айыққысы келетін Жаңаөзен тұрғындары қалалық емханалардан көмек сұрайды. Бөлмелері мен дәліздері қуықтай тар. Жүрек талмасы бар науқастар үшін аптап ыстықта ауруханаға келудің өзі

өте қауіпті. Қарттар үшін де қиямет қайым. Жыл он екі ай бойы емделсек дейтіндердің қарасы үзілмейді. Оның себебін түсіндіре кетейік. Шаһардағы инфрақұрылымдық нысандар, инженерлік-коммуникациялық желілер мен тұрғын үйлер мезгілінде 60 мың тұрғынға шақталып тұрғызылған. Қазір тұрғындар саны 120 мыңға жетті. Жұмысшылардың денсаулығын түзеу үшін «Өзенмұнайгаз» ӨФ «Мұнайшы» деп аталатын орталық ашты. Ал, 2007 жылы мекемені басқару құзыры «Медикер» компаниясына сеніп тапсырылды.

**«БӨ «ҚазМұнайГаз» АҚ
«Өзенмұнайгаз» ӨФ Директоры
Кнікбай Ешманов:**

- Ұйымшылдық пен бауырмалдықты үзгі тұтатын компания ғана өзінің әрбір қызметкері үшін жауап береді. Оның денсаулығын күткен жағдайда ғана мекеме өзінің өндірістік жоспарын іске асыра алады. Аймақтың экологиялық ахуалы жайсыз екені рас. «БӨ «ҚазМұнайГаз» АҚ мен «Өзенмұнайгаз» ӨФ өз тарапынан

қолдан келген бар көмегін аяп жатқан жоқ. Осы мақсатпен бес жыл бұрын «Мұнайшы» МСО ғимаратын «Медикер» компаниясына басқаруға бергеніміз бекер емес. Ол жұмыс кәсіби білкті мамандарға тапсырылды. Жұмысшыларымыз тәулік бойы өздеріне тиісті жәрдем ала алады. Дәрігерлік көмек қаладан тыс, кен орындарында да көрсетіледі. «Мұнайшы» 30 мыңнан астам жұмысшыларымыз бен олардың отбасы мүшелеріне қызмет көрсетеді. Бұл жұмысты екінші бірі іске асыра алмайды. «Медикерге» сеніміміз мол. «Өзенмұнайгаз» бен «Медикер» арасында келісім-шарт талаптарын бөлісу сияқты дүниелер ешқашан көтерілген емес. Қарым-қатынасымыз өзара түсіністік пен ынтымақтастық негізінде дамып келеді. Біз әрқашан өз жұмысшыларымызға көмектесуді мақсат тұтамыз.

«Өзенмұнайгаздың» әрбір мұнай-газ өндіру басқармасында «Медикердің» медициналық пункттері бар. Ол жерде алғашқы көмек жасауға қажетті құралдар мен реанимациялық дефибриляторлар бар. Себебі, ауа қысымы 40 градусқа көтерілгенде (кейбір кезде 50 градусқа жетеді) жұмысшылардың да қан қысымы жоғарылап, бастарынан күн өтіп кетеді. Ауық-ауық мұнайдың буынан иіс тиеді. Улы жәндіктер шағып, өндірістік жаракаттар боп тұрады. «Медикердің» жедел жәрдем тобы әр уақытта қызметке әзір. Қауіптің алдын-алу үшін мамандар ауысымға дейін барлық жұмысшыларды жаппай дәрігерлік тексеруден өткізеді. «Мұнайшы» жыл сайын қызметкерлердің еңбек жарамдылығын тексереді. Терапевт, гинеколог, тіс дәрігерлері т.б. сияқты мамандар арнайы шақырылады. Нәтижесіне сай, жұмысшылар еліміздің ең ірі қалаларында орналасқан медициналық орталықтарда емделуге жолдама алады. Компанияның клиенттері көп шоғырланған аймақтар - Маңғыстау мен Атырау облыстары.

**«Мұнайшы» МПО директоры
Зәуре Кенбейлова.**

«Медикердің» бас кеңсесі Зәуре Кенбейловаға Жаңаөзендегі орталықты басқару міндетін төрт жыл бұрын сеніп тапсырды. Қазір орталықтың қызметін үйлестіріп, жергілікті мекемелермен қарым-қатынасты жандандыру ісіне жетекшілік етеді. - Бұл жерге бауыр басу маған оңай тиген жоқ. Экологияның

әсерін өз басым бірден сездім. Қан қысымым жоғарылап, тыныс жолдарым тарыла бастады. Ол азай, ұйқы шақыратын әдет пайда болды. Алғашқыда қашып кеткім де келді. Бірақ жауапты қызмет жүктелген соң, азаматтардың үмітін алдағым келген жоқ. Көрген тағы да бір қиындық болды. Ол білікті мамандардың тапшылығы. Екіншісі, келген дәрігерлерді Жаңаөзенде ұстап қалу қиынға соқты. Аймақтағы жұрттың көбінің жүрегі әлсіз, нашар. Ал, қала бойынша айналдырған екі-ақ кардиолог. Антаның әр сенбісінде Ақтаудан арнайы уролог алдырамыз. Аллерголог дәрігер Маңғыстау бойынша саусақ санарлық. «Мұнайшы» МПО дәрігерлері де зорығып жұмыс істейді. Олардың да денсаулығы темір емес. Сондықтан қызметкерлердің сұрағанын беріп, неғұрлым жайлы жағдай тугызуга тырысамыз. Олардың әрқайсысы жаным жақын. Бір үйдің адамындай боп кеттік. Реті келгенде, Роза Тәжиеваға, Мөлдірхан Шұпаиеваға, Қанипа Тұрбаеваға, Серік Асқаровқа, Жанна Сайымға, аты аталмаған өзгеде әріптестеріме алғыс, ризашылығымды білдіргім келеді. Олардың адалдықтары мен жанкештілігіне қайран қалмасқа лаж жоқ. Туған өлкелері - Жаңаөзенді көркейтсек деген мақсатпен өмір сүреді. Ондай адамдармен жұмыс жасау ғанибет!

Жыл сайын «Медикер» емханаларын арнайы аккредитациядан өткізеді. Негізгі ой - халықаралық сапа стандарты ISO 9001: 2007 көл жеткізу. Соның арқасында қызмет көрсету сапасын жаңа деңгейге шығару жоспарда бар. Осы күні кез-келген емхана озық үлгідегі жабдықтармен жұмыс жасауға ұмытылады. «Мұнайшы» Жапониядан көз ауруларын тексеретін соңғы үлгідегі аппарат алдырды. Мұндай техника Ақтаудың өзін де жоқ. Қаладағы жалғыз компьютерлік томограф та орталықта тұр. Дәрігерлер армандайтын кондиционерлер де әр бөлмеге орнатылды. Тіс емдейтін және УЗИ тексеруден өткізетін құралдар да баршылық.

Салмақ салып тұрған жалғыз мәселе қалды. Ол дәрігерлердің қабылдауына жазылатын адамдар санының күрт өсуі. Оның себебі де бар. «Мұнайшы» «Өзенмұнайгазға» қарап тұрған шақта орталық жыл сайын 6-7 мың жұмысшыны қабылдайтын. Қазір олардың саны отбасы мүшелерін қосқанда 30 мыңға жуықтады. Келетін

адамдарға орталық тарлық етіп жатыр. Ғимарат ішінен қосымша бөлме ашу мүмкін емес. Бос орын жоқ. Осыны түсінген «БӨ ҚазМұнайГаз» АҚ Жаңаөзенде жаңа орталық салуға келісіп, орнын белгілеп қойды. Қазір тиісті іс-шаралар жүзеге асырыла бастады.

«Мұнайшы» 2007 жылы «Медикердің» қарамағына өткелі бері, көрсетілетін дәрігерлік қызмет түрлері ұлғайды. Орталықта істейтін мамандар саны 200-ге жетті. Компания қызметкерлердің кәсіби біліктілігін арттыру мәселесіне көп мән береді. Жер-жерден жиналған 30-ға жуық дәрігер арнайы курстарға қатысады. Біраз интерниң оқу қаржысы төленіп, орталықтан тәжірибеден өтеді. Мұның бәрі дәрігер болсам дейтін шәкірттерге жасалатын қамқорлық. Әсіресе, еліміздің батыс өлкесіне дәрігерлер ауадай керек боп тұр. Дағдарыс кезінде «Медикер» компаниясы қызметкерлерін жұмыстан босатып, не айлықтарын азайтқан жоқ. Керісінше, барлығына болысуды қош көрді.

«Медикер» - адами қарым-қатынастардың (достық, құрмет, сүйіспеншілік), сезімдердің жақтасы. Әр бастаманы жүзеге асырушы азаматтың (ісіне адал маманның) қадірін жете білуге шақырады. Білікті маманға қызмет беру, білімін шыңдауға жол ашу - біздің ризашылығымыз бен алғысымыздың көрінісі. Біз әрбір адамға қарайласып, жәрдемдесуге әзірміз. «Медикер» - Сіздің қамқоршыңыз!

Анықтама

Облыстың табиғи-климаттық жағдайы өте жайсыз, аридальдық аймақ. (aridus - лат.тілінен құрғақ, ылғалы аз деп аударылады) Күннің радиациясы жоғары. Жаздың күні ауа температурасы – 50 градус, шаң, дауыл. Қыста – үздіксіз жел, аяз. Жауын-шашын өте сирек. Ауадағы оттегінің үлесі 70 пайыз. Сарапшылардың пайымдауынша, ауаның ластануы алдымен, мұнайдың булануынан, жанып жатқан ілеспе газдың әсерінен, ауыр қалдық сақтау қоймаларына тікелей қатысты. Жер қыртысының ластануынан аймақта көптеген құстар мен жау-жануарлардың түрлері қырылып қалды. Өндірістік қалдықтардың қайта өңделмеуінен жер асты сулары лайланып, жергілікті тұрғындардың да денсаулығына орасан залал тиді.



АТОПИЧЕСКАЯ ЭКЗЕМА

Атопическая экзема (АЭ) - самая распространенная кожная болезнь.

С ней в разное время жизни сталкивается каждый десятый житель планеты.

Наиболее часто АЭ возникает у детей до 5 лет. Очень редко заболевание развивается после 20. Примерно 1 из 6 школьников страдает АЭ разной степени выраженности.

Экзема (греч. *ekzema* - высыпание на коже) - это хроническое заболевание кожи, характеризующееся разнообразной сыпью (пузырьки, чешуйки, корочки, очаги мокнутия и шелушение). Эта сыпь сопровождается чувством жжения и зудом.

Название «экзема» происходит от греческого слова «*eczео*», что означает «вскипать», и это передает характерный признак заболевания: появление экзематозных пузырьков, которые быстро вскрываются, наподобие пузырьков кипящей воды.

Слово «атопия» характеризует людей, имеющих определенную аллергическую предрасположенность. Однако, АЭ - это не просто обычное аллергическое состояние. Больные, страдающие АЭ, имеют повышенный риск развития других атопических заболеваний, таких как бронхиальная астма или поллиноз.

Синонимы: детская экзема, атопический дерматит.

Причина заболевания неизвестна.

Имеются данные, что АЭ возникает в результате реакции гиперчувствительности (сходной с аллергией) в коже, которая приводит к длительно текущему воспалению. Снижается липидный (жировой) барьер кожи, что приводит к повышенной потере воды и склонности к развитию сухой кожи. Кроме того, некоторые клетки иммунной системы высвобождают под поверхностью кожи химические вещества, которые могут вызывать воспаление. Однако до настоящего времени неизвестно почему происходят эти нарушения. Следует отметить, что для АЭ характерна наследственность, когда родственники больного страдали или страдают этим заболеванием. Так, АЭ встречается у 8 из 10 детей в семьях, где оба родителя имеют АЭ и у 6 из 10, где болеет только отец или мать. Кроме того, в семье больного АЭ нередко встречаются такие аллергические заболевания, как бронхиальная астма или поллиноз. Нужно отметить, что предсказать возможность развития заболевания у ребенка, родственники которого болеют АЭ, невозможно. Точная схема генетических изменений не известна, гены, ответственные за эту патологию, не найдены. В последние годы АЭ стала более частым

- Острые респираторные инфекции
- Контакт с грубыми тканями/материалами
- Сухость кожи
- Воздействие раздражителей окружающей среды
- Контакт с водой
- Переохлаждение или перегревание
- Ароматизаторы и красители/пигменты, которые добавляются в лосьоны для тела и моющие средства
- Стресс

Симптомы:

- I. Типичные изменения на коже могут включать в себя:
- Пузырьки, часть из которых мокнет, а часть покрыта корочкой.
 - Могут быть выделения и/или небольшое кровотечение из ушей.
 - Следы расчесов на коже.
 - Изменение окраски кожи: гипер- или гипопигментированные участки по сравнению с нормальным цветом кожных покровов.
 - Покраснение и отечность (воспаление) кожи вокруг пузырьков.
 - Грубые и/или утолщенные очаги кожи, что называется лихенизацией, и является следствием длительно текущего воспалительного процесса, а также результатом постоянных царапин и расчесов.

Диагностика АЭ:

- Диагноз, прежде всего, устанавливается на основании жалоб, истории болезни пациента и его семьи, а также данных осмотра - характере сыпи.
- В редких случаях для постановки диагноза используют биопсию кожи (процедуру, при которой образец ткани кожи удаляют, обрабатывают и изучают под микроскопом).
- Кожные тесты на аллергию могут быть рекомендованы больным с непрерывно-рецидивирующим течением АЭ, а также тем, у кого имеют место симптомы других аллергических заболеваний.

Лечение:

Правильный самостоятельный уход за кожей может помочь избежать медикаментозного лечения.

- По возможности старайтесь не расчесывать кожу. Ослабить зуд вам помогут холодные компрессы, а в более серьезных случаях - прием антигистаминных препаратов.
- Следите, чтобы у детей ногти были короткими. Если ребенок расчесывает кожу в ночное время, используйте легкие перчатки.

В последние годы АЭ стала более частым заболеванием. Имеются различные теории, объясняющие этот феномен. К важным причинным факторам относятся: изменение климата, загрязнение окружающей среды, аллергия на домашнюю пыль (клещей) или пыльцу растений.

заболеванием. Имеются различные теории, объясняющие этот феномен. К важным причинным факторам относятся: изменение климата, загрязнение окружающей среды, аллергия на домашнюю пыль (клещей) или пыльцу растений. Имеет значение диета и перенесенные инфекции, но нет доказательств единой причины. Таким образом, АЭ нельзя заразиться, как гриппом или венерическими болезнями, ею чаще всего болеют люди с генетической предрасположенностью.

Что может вызвать АЭ или обострить ее течение:

- Аллергическая реакция на пыльцу растений, плесень, клеща домашней пыли или животных

Характер высыпаний, а также их локализация зависят от возраста больного.

- У детей до 2-х лет сыпь чаще отмечается на лице, волосистой части головы, руках и ногах и проявляется в виде корки (струпа), пузырьков и/или мокнущих очагов.
 - У более старших детей и взрослых наиболее типичными местами поражения кожи являются подколенная область и локти, а также шея, руки и ноги. Однако в периоды сильного обострения сыпь может появиться на любом участке кожных покровов.
- II. Зуд, который иногда бывает очень сильным, и практически всегда сопровождает сыпь при АЭ. Зуд может начаться даже до появления сыпи.
- Концентрированные моющие средства

- Поддерживайте нормальную влажность кожи посредством ее регулярного увлажнения и смягчения, для чего используйте мази (напр. Гель на вазелиновой основе), крема или лосьоны 2 - 3 раза в день. Увлажняющее средство не должно иметь специфического запаха, а также содержать алкоголь, красители, ароматизаторы или другие химические вещества.
- Старайтесь избегать факторов, провоцирующих появление симптомов АЭ или ухудшающих течение заболевания:
 - Некоторые продукты питания: молоко и молочные изделия, арахис, куриные яйца, пшеница, рыба (всегда сначала консультируйтесь со своим врачом!)
 - Раздражители: шерстяные и пуховые изделия.

Август/Сентябрь 2010

(стиральные порошки и мыла), а также различные химикалии.

- Резкие изменения температуры тела и стресс, что усиливает потливость и ухудшает течение заболевания.

- Провоцирующие аллергию факторы.

Тем, кто страдает АЭ, следует помнить, что во время стирки или приема душа/ванны:

- Контакт с водой должен быть настолько коротким, насколько это возможно. Старайтесь использовать меньше моющих средств, чем обычно. Кратковременные

назначение местного лечения, т.е. использование препаратов, которые наносятся непосредственно на кожную сыпь. В начале лечения пациентам возможно назначение умеренно активных (легких) стероидных кремов или мазей. Если улучшения не наступает, пациент может нуждаться в назначении более сильных местных стероидов. Иногда больному необходимо пользоваться различной активности стероидными кремами/мазями для разных участков кожи тела.

нормальную влажность кожи.

У 2-х из 3-х детей с возрастом это заболевание проходит либо полностью, либо могут быть в дальнейшем эпизодические вспышки. У взрослых это обычно длительно текущее или рецидивирующее заболевание. У больных, страдающих экземой, кожа обычно сухая, а обострения АЭ чаще происходят зимой, когда воздух сухой и холодный.

Возможные осложнения:

Бактериальное, грибковое или вирусное инфицирование кожи. Незаживающие рубцы.

АЭ часто встречается у членов одной семьи. Следует избегать стрессовых ситуаций, стараться не нервничать, не расстраиваться, не допускать депрессии, так как все это способствует возникновению или обострению заболевания.

прохладные ванны лучше, чем продолжительные и горячие.

- Не растирайте и не сушите кожу интенсивно и длительно.

- После приема ванны или душа необходимо смягчить кожу увлажняющими кремами, лосьонами или маслами, пока она влажная. Это поможет сохранить влагу в коже.

Медикаменты:

1. Антигистаминные препараты в виде сиропа и таблеток помогут снять зуд. Эти препараты можно приобрести в аптеке без рецепта. Некоторые антигистаминные лекарства (Димедрол, Супрастин, Фенистил, Пипольфен, Тавегил) вызывают сонливость, что может помочь больным, которые страдают зудом кожи в ночное время. Такие антигистаминные препараты как Эриус, Кларитин, Кестин по антиаллергической активности сопоставимы с вышеперечисленными лекарственными средствами, но не дают седативных и других побочных эффектов. У Цетиризина (Зиртек) седативный эффект отсутствует при назначении среднетерапевтической дозы.

2. Для лечения большей части пациентов с АЭ достаточно

3. Медикаменты, называемые местными иммуномодуляторами, могут быть назначены каждому больному старше 2-х лет. Однако прежде чем использовать эти препараты, необходимо проконсультироваться с врачом о возможном риске возникновения рака, как следствие лечения этими лекарствами.

4. Крема и мази, содержащие антралин, могут накладываться в участках утолщенной кожи.

5. Другие медикаменты, которые могут быть использованы для лечения АЭ:

- При тяжелом течении заболевания назначают кортикостероиды в таблетках или инъекциях.
- Антибиотики в виде крема или таблеток, если имеет место инфицирование кожной сыпи.
- Иммуноterapia (лечение заболеваний с помощью средств целенаправленной активации иммунитета или его подавления).

Прогноз:

АЭ - хроническое заболевание, которое можно контролировать с помощью лечения, но при условии отсутствия воздействия раздражителей и хорошего ухода за кожей, т.е. поддерживать

Когда следует обращаться к врачу:

Когда нет возможности избежать контакта с аллергеном или экзема не улучшается при хорошем уходе (увлажнении) за кожей.

Когда симптомы заболевания прогрессируют, лечение оказывается неэффективным.

В случае осложнения, когда появляются признаки присоединения вторичной инфекции, такие как покраснение, припухание, боль, повышение температуры тела.

Профилактика:

Научные наблюдения позволяют сделать вывод, что дети, находящиеся на грудном вскармливании, меньше подвержены возникновению АЭ. Также замечено, что если беременная женщина избегает употреблять в пищу коровье молоко, яйца, рыбу, орехи и сою, риск развития АЭ у ребенка значительно снижается. АЭ часто встречается у членов одной семьи. Следует избегать стрессовых ситуаций, стараться не нервничать, не расстраиваться, не допускать депрессии, так как все это способствует возникновению или обострению заболевания.

Очень важен правильный уход за кожей и отсутствие контакта с раздражителями!

Кмн, зам.гл. врача, МЦ «Медикер»
И.Снигирева

PASECO
/Южная Корея/

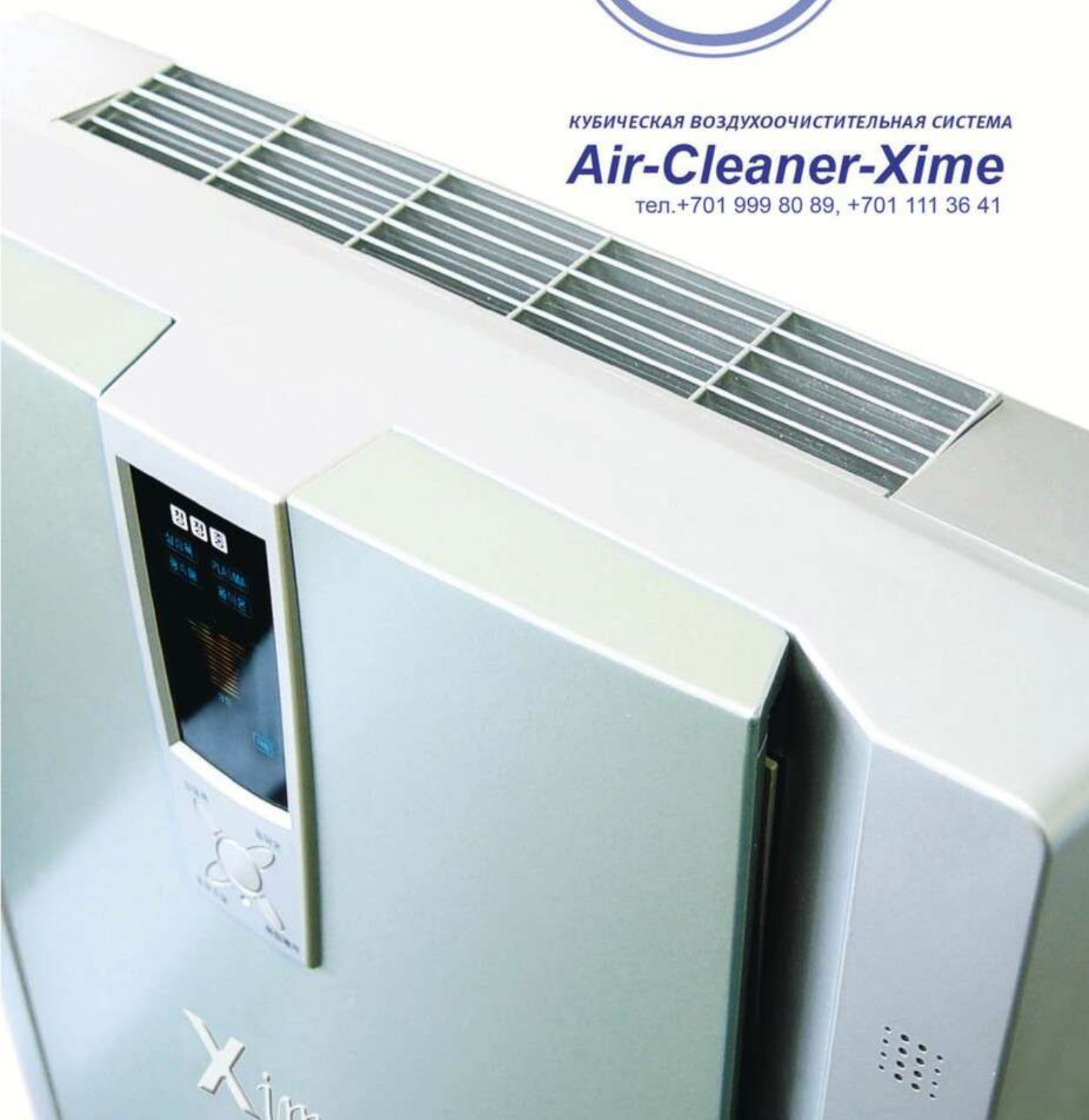
НОВОЕ КАЧЕСТВО ЖИЗНИ!



КУБИЧЕСКАЯ ВОЗДУХООЧИСТИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Air-Cleaner-Xime

тел. +701 999 80 89, +701 111 36 41





Новые горизонты казахстанской кардиологии

Наше сердце - это не просто «полый мышечный орган» и «мощный насос» (выражаясь медицинским термином), а нечто живое, одухотворенное. Ведь мы умеем радоваться и любить всем сердцем, переживать и скорбеть. Сердце умеет «плакать» и «смеяться», быть «открытым» и «горячим», «холодным» и даже «каменным». Мы говорим «душа болит» и прижимаем руки к груди в область сердца. Наверное, поэтому боли в сердце - наиболее частая жалоба, появляющаяся с годами и заставляющая человека рано или поздно обратиться к врачу за помощью.

Существует несколько парадоксов напрямую связанных с сердцем.

Первый парадокс болезни сердца (непосредственно, ишемической) заключается в том, что артериальная кровь в полости сердца находится в непосредственной близости от миокарда. Но кислород и питательные вещества доставляются к клеткам сердечной мышцы «окольным путем» - по коронарным артериям. Невольно вспоминаются муки мифического Тантала, страдающего от жажды вблизи воды. Второй парадокс — клетки мышцы сердца снабжаются кровью только в момент расслабления. Во время сокращения сердечная мышца пережимает кровеносные сосуды, лежащие в ее толще, и сама себя лишает притока свежей крови. Третий заключается в том, что в живых организмах природой заложен многократный запас прочности, и чем важнее орган для выживания организма, тем больший запас прочности обычно наблюдается. Но почему-то это правило не работает для системы кровоснабжения мышцы сердца - один из важнейших органов защищен намного хуже других органов. И факт, как говорится «на лицо» - огромное количество «сердечников», людей страдающих, тем или иным сердечно-сосудистым заболеванием. О сердечных болезнях, их лечении и профилактике мы решили побеседовать с врачом-кардиологом многопрофильного медицинского центра «Private Clinic Almaty» Алмой Кусановой.

Наша справка: Кусанова Алма Бейсембаевна - врач-кардиолог, кандидат медицинских наук. Стаж работы - 30 лет. Заведует кардиологическим отделением Многопрофильного медицинского центра «Private Clinic Almaty».

Вначале давайте уточним, какие сердечные заболевания являются наиболее распространенными и чем они характеризуются. Итак...

Что это такое?

Ишемическая болезнь сердца (ИБС)

- недостаточное поступление крови к сердечной мышце. Кровь, приносящая кислород и питательные вещества, не проходит в нужном количестве через сосуды сердца (венечные или коронарные артерии) из-за их сужения или закупорки. В зависимости от того, насколько выражено «голодание» сердца, как долго оно происходит, и как быстро возникло, выделяют несколько форм ишемической болезни сердца.

Внезапная сердечная смерть - это остановка сердца, в большинстве случаев вызванная резким уменьшением количества поставляемой к нему крови. Вернуть больного к жизни можно только немедленными реанимационными мероприятиями.

Стенокардия (грудная жаба) - при этой форме ИБС недостаточное питание сердца проявляется сильной болью за грудиной при физической нагрузке, стрессе, выходе на холод или переедании.

Инфаркт миокарда (буквально означает «смерть сердечной мышцы») - отмирание участка сердечной мышцы, вызванное ее «голоданием».

Хроническая сердечная недостаточность. Из-за дефицита кислорода сердце перестает нормально выполнять свою функцию, что приводит к недостаточному поступлению крови во все остальные органы.

Отчего это бывает?

Главная причина сердечных болезней - атеросклероз, который есть почти у каждого из нас. Кроме этого, назовем обстоятельства жизни (и зависящие от нас, и нет), при которых вероятность заболеть наиболее высока: мужской возраст от 30 лет; женский после 50 лет; наследственность (ИБС, инфаркт, мозговой инсульт, хотя бы у одного из прямых

родственников: родителей, бабушки, дедушки. Особенно, если болезнь у них началась до 55 лет); повышенное содержание холестерина в крови (более 5 ммоль/л или более 200 мг/дл); курение (один из наиболее существенных факторов риска!); избыточная масса тела и малоподвижный образ жизни; повышение артериального давления (более 140/90 мм рт.ст. в любом возрасте); сахарный диабет. Наличие хотя бы одного из этих факторов реально повышает риск «знакомства» с инфарктом миокарда. Причем присоединение каждого нового фактора риска увеличивает вероятность заболеть в геометрической прогрессии. Последнее время инфаркт миокарда стремительно «молодеет». Ныне не редкость, когда он поражает людей, едва перешагнувших тридцатилетний порог. Правда, у женщин моложе 50 лет инфаркт - большая редкость. До этого рубежа их сосуды защищены от атеросклероза эстрогенами и другими половыми гормонами. Но с наступлением климакса женщины, наоборот, заболевают чаще мужчин.

С какого возраста, или на каком этапе жизни нужно обратить внимание на свое сердце и вплотную заняться им?

А.Б.: «В первую очередь не нужно ждать, когда с вами случится инфаркт. После инфаркта мы, конечно, делаем операции. Но после инфаркта того уровня качества жизни добиться уже нельзя. Потому что уже образуется рубцовая ткань на стенке сердца. И уже этот рубец не сокращается. Поэтому восстановить все функции сердца мы не в состоянии. Частично это получается, но о полном выздоровлении уже речи нет. Поэтому лучше не запускать, лучше обращаться вовремя - до наступления инфаркта. Когда есть такие симптомы, как приступы стенокардии».

Что это за симптомы, перечислите, пожалуйста?

А.Б.: «Это появление при нагрузке в области сердца сжимающей или давящей боли за грудиной жгучего характера.

Боль может распространяться в левую половину шеи, челюсть, левые плечо и руку. Характеризуя ее, больные часто указывают сжатой в кулак рукой на грудь. Он обычно вызывается факторами, по силе превышающими возможности сердца - физической нагрузкой, эмоциональным стрессом, перееданием, воздействием холода или их сочетанием. Иногда болей не возникает, но при физических нагрузках появляется одышка, чувство нехватки воздуха. То есть, вроде сердце и не болит, а появляются ощущения какого-то комка в горле. Человек останавливается, нагрузку прекращает и через 2-3 минуты эти симптомы проходят. Это уже первые признаки стенокардии. На эти вещи надо обращать внимание, потому что стенокардия вещь коварная, она проявляется только тогда, когда коронарный сосуд или несколько коронарных сосудов перекрываются больше чем на 70 %.

Иными словами, на каком-то этапе сердцу требуется больше кислорода, чем оно получает. Так, как этого добиться?

А.Б.: «Любая форма стенокардии требует тщательного лечения и наблюдения. Ее не следует игнорировать. Необходимо приложить решительные усилия к тому, чтобы снизить повышенный уровень липопротеинов низкой плотности в крови, а также устранить другие факторы риска. Внезапный приступ стенокардии разрешается после приема нитроглицерина или отдыха в течение 3-5 минут. А расширить суженные артерии сегодня можно при помощи несложной операции - метода коронарной ангиопластики. То есть человек, имеющий приступы стенокардии - 100% показание для коронарной ангиографии, метод проводимый у нас в клинике. Во время ее прямо на операционном столе, решается вопрос о том, нужна ли здесь, целесообразна ли ангиопластика. И лучше сразу решиться на стентирование, нежели позже придется делать большую операцию, если вообще до этого дойдет».



Что это за метод - коронарная ангиопластика?

Использование коронарных стентов рассматривается, как один из наиболее важных методов в сердечно-сосудистой медицине в этом десятилетии. Их применение приводит к увеличению сосуда в диаметре и уменьшает вероятность развития ишемии миокарда у пациентов. Еще совсем недавно такое лечение было распространено только на Западе - наши врачи предпочитали, да и предпочитают терапевтические методы. А в серьезных случаях кардиохирурги прибегают к операции шунтирования, при которой закупоренные сердечные сосуды заменяются на хорошо проходимые «новые» - как правило «сделанные» из вен конечностей.

А.Б.: «Сначала человеку проводят коронароангиографию, и потом по ее результатам, если есть необходимость, и есть те пути, которые можно стентировать, делается коронароангиопластика. Она включает в себя и баллонную ангиопластику, и стентирование. Иногда ограничиваемся только баллонной ангиопластикой. Бывает, делаем предварительную баллонную дилатацию сосуда с последующей установкой стента, а иной раз сразу прямое стентирование. Все зависит от степени выраженности и состояния сосудов, и того насколько возможно расширить их стенки». В ходе коронарной ангиопластики специальный катетер вводится в сосуд на бедре или руке под местным обезболиванием и проводится к месту сужения коронарной артерии. Катетер снабжен баллончиком, который при расширении раздавливает атеросклеротическую бляшку, вызывающую нарушение кровотока. Размер баллончика подбирается специально в соответствии с размером пораженного сосуда и протяженностью суженного участка. Восстановление нормального кровотока подтверждается введением рентгеноконтрастного вещества и повторными рентгеновскими снимками - контрольной коронарографией. При стентировании, как и в предыдущем случае, для доставки инструментов к месту вмешательства используется специальный катетер. Затем в сосуд вводят специальное приспособление - небольшую «пружинку» из специального сплава, расширяющую просвет сосуда, что приводит к восстановлению

нормального кровотока. Эффективность операции достаточно высока.

А.Б.: «Большая операция все-таки очень травматична, потому что во время нее вскрывается грудная клетка, делается стернотомия, берутся для использования, во время операции на сердце, артерии и вены ног и рук. Опять же, это разрезы, травмы... Накладываются анастомозы, которые называются шунтами. Часто при таких операциях выключают сердце, человека подключают к искусственному аппарату. Затем, после операции человеку понадобится 1,5 - 2 месяца на восстановление. То есть после обширной операции послеоперационный период достаточно длительный. Или пациент, допустим, приходит к нам в клинику. Коронарография выявляет несколько нарушений, человеку делается ангиопластика, ставятся стенты, а на следующий день мы его выписываем из стационара. Затем день человек отлежится дома, еще дня два просто побудет дома, уже активно двигаясь. И все! На четвертый день может смело приступать к своей работе.

Если я правильно поняла, после ангиопластики человека можно считать абсолютно здоровым?

А.Б.: «Сердечные дела, я имею в виду артериальную гипертензию, ишемическую болезнь сердца - это, к сожалению не грипп, который пролечил и вылечил. Тут уже идут изменения со стороны сосудистой стенки, атеросклеротические изменения, то есть улучшить состояние можно, но совсем вылечить уже нельзя. И мы об этом честно говорим клиентам. Но после этой операции улучшается качество жизни - они смогут делать то, что не могли позволить себе еще недавно. С использованием стентирования идет 100% профилактика инфаркта. Это мы гарантируем, естественно, если пациенты будут соблюдать диету, режим, наши рекомендации. Потому что после операции существуют соответствующие рекомендации. Правда, артериальная гипертензия она как была, так и остается. К сожалению, она и после операции никуда не дается».

Вы как-то отслеживаете состояние здоровья, самочувствие бывших своих пациентов?

А.Б.: «Да, конечно. С момента открытия, на сегодняшний день через нашу клинику прошли 200 человек. В основном это

мужчины. Средний возраст 50-55 лет, но были у нас мужчины и 35 летнего возраста и даже один 30 летний молодой человек. Женщин - пациенток с таким же диагнозом можно по пальцам пересчитать. К примеру, у нас их было, если я не ошибаюсь, человек пять. Пациенты приходят и говорят, уже после коронарографии со стентированием: «Вы знаете, мое самочувствие до операции и то, что сейчас - это как «небо» и «земля»! Я чувствую себя намного лучше. Те сердечные приступы, которые у меня были - прошли. Я уже отвык от того качества жизни - жизни здорового человека». Мы же, когда имеем здоровье, его не ценим и не понимаем. Не обращаем на это внимание, относимся к качеству жизни, как к само собой разумеющемуся. А наши клиенты уже понимают и осознают эту разницу. Естественно мироощущение у людей меняется. Интерес к жизни повышается. Наши пациенты радуются, что любимая работа, как раньше стала приносить удовольствие, что могут позволить себе с детьми или сотрудниками сходить в горы или позволить себе другой активный вид отдыха. Могут заниматься своими детьми или весело общаться с внуками. То есть все, то, что еще совсем недавно не могли себе позволить, в связи с прогрессированием заболевания». Приятно осознавать, что наука не стоит на месте, движется вперед и с усовершенствованием медицинской техники, конструкций самих катетеров, проводников коронарных большие, обширные операции, в большинстве случаев теперь заменяются менее травматичным стентированием. Наконец-то и у нас в Казахстане в многопрофильном медицинском центре «Private Clinic Almaty» на базе операционно-анестезиологического блока развернута первая лаборатория внутрикоронарного стентирования для интервенционной кардиологии фирмы «Филипс», аналогов которой нет в ближнем зарубежье. Установленное медицинское оборудование достаточно не только для полного оснащения лаборатории стентирования, но и полного укомплектования кардиохирургической операционной, что является необходимым условием для выполнения внутрикоронарного стентирования.

Альфия Мингазова

«Я ВИЖУ МИР»

новый проект благотворительного фонда «Аяла»

Благотворительный фонд «АЯЛА» постоянно занимается закупкой самого современного оборудования в детские лечебные учреждения. 2009 год был посвящен масштабному проекту «Дыши, малыш».

В рамках проекта мы закупили аппараты фототерапии для детских реанимаций всех родильных домов города Алматы, а в ноябре передали в перинатальный центр 15 реанимационных столиков и 11 дыхательных аппаратов. По словам главного врача ГПНЦ Эльмиры Кокыбаевны Жакашевой, с помощью всего оборудования, которое благотворительный фонд «АЯЛА» передал в это учреждение родовспоможения, заболеваемость и смертность среди младенцев снизились в 2,5 раза. Это не может не радовать нас всех и особенно родителей больных малышей, но, как утверждает мировая статистика, риски развития различных болезней у таких ослабленных детей стали гораздо выше. По статистическим данным, у недоношенных младенцев риск инвалидизации в 22 раза выше, чем у доношенных. Патология зрения играет не последнюю роль среди причин такой инвалидности. Благотворительный фонд «АЯЛА» не мог пройти мимо этой проблемы и начал проект, который поможет решить эту задачу. Проект получил название «Я вижу мир». Заболеваемость ретинопатией недоношенных, по данным отделения патологии новорожденных ГПНЦ, в 2008 году составила 26%, а в 2009 - уже 27,3%. Эта патология - основная причина детской слепоты и слабовидения. Основным проявлением ретинопатии недоношенных является остановка нормального образования сосудов, прорастание их непосредственно внутрь глаза, в стекловидное тело. Рост сосудистой и, вслед за ней, молодой соединительной ткани вызывает натяжение и отслойку сетчатки. По мнению медиков, решение проблемы ретинопатии недоношенных зависит от:

- ранней диагностики на 30%;
- правильного динамического наблюдения на 25%;
- правильно проведенного профилактического лечения на 30%.

Мы видим, что ранняя диагностика, а, следовательно, своевременное лечение - самые важные моменты в прогнозе этого заболевания. Для того чтобы вовремя поставить



правильный диагноз и начать своевременное лечение в ГПНЦ, необходима установка самой современной цифровой педиатрической ретиальной камеры (RetCam). Ретиальная камера - это сложный компьютеризированный комплекс для диагностики ранних стадий различных заболеваний глаз у младенцев. RetCam позволяет получить широкопольное цифровое изображение сетчатки и других отделов глаза. Ретиальная педиатрическая камера на сегодняшний день является единственным прибором, позволяющим объективно диагностировать и документировать заболевания сетчатки и другие внутриглазные патологии у детей. Подобные аппараты стоят в восьми крупных неонатальных центрах России. Российские врачи вплотную занимаются этой патологией уже 15 лет, и по последним данным, в таких городах, как Москва, Санкт-Петербург, Екатеринбург и даже Калуга, тяжелые формы ретинопатии, приводящие к слепоте, уже не наблюдаются последние 2 года, так как диагностика этого заболевания у недоношенных хорошо налажена. В нашей Республике есть всего один

такой аппарат в городе Астана. Но в самом крупном городе страны - Алматы, такие аппараты отсутствуют. В ГПНЦ ежегодно принимают 6-7 тысяч родов и большинство из родившихся - недоношенные. Ретинопатия недоношенных должна диагностироваться в самом раннем возрасте. Это станет возможным, если все новорожденные ГПНЦ будут обследованы квалифицированным врачами-офтальмологами. Такие специалисты в перинатальном центре есть, но для своевременной диагностики этого грозного заболевания глаз им необходимо современное оборудование. Благотворительный фонд «АЯЛА» начал сбор средств для покупки в перинатальный центр города Алматы ретиальной камеры RetCam, которая предназначена для ранней диагностики ретинопатии у новорожденных. Для реализации проекта «Я вижу мир» благотворительному фонду «АЯЛА» необходимо собрать 25 миллионов тенге. Без Вашей помощи мы не сможем осуществить ни один проект. Надеемся на понимание и участие в нашем новом проекте, ведь каждый ребенок имеет право увидеть мир.



Торегельды ШАРМАНОВ:

«Здоровое питание нельзя воспринимать упрощенно»

Вряд ли есть необходимость представлять Торегельды Шарманова - в нашей стране патриарха науки о питании знают все. Впрочем, имя академика известно и в других государствах. Но истинно счастлив тот, кто прославился на родине, кого любят, уважают и ценят в своем Отечестве. Торегельды Шарманович снискал уважение и восхищение многих своих сограждан честностью, непримиримостью, харизмой, неиссякаемой энергией, любовью к людям, тем, наконец, что вся его жизнь - высокое служение здоровью своих сограждан.

Но, боюсь, такие слова в свой адрес он может посчитать чересчур высокими. Академик скромн и рад не известности своей, а тому, что его идеи, мечты, заботы трансформируются в хорошие дела. И главная новость - скоро будет запущен завод детского питания возглавляемой им Казахской академии питания.

- Торегельды Шарманович, расскажите о своем детище и о том, почему так важно иметь собственное производство продуктов питания?

- Мы анализируем продукцию сотен зарубежных компаний, поставляемую в нашу страну. Ежемесячно специальная комиссия собирается и решает, насколько безопасны те или иные продукты. Это бывают непростые решения, им предшествуют исследования, анализ. И все равно нередко сложно бывает разобраться. Я, кстати, стараюсь не афелироваться ни с какими компаниями, не участвовать ни в каких рекламных акциях, расхваливающих необыкновенные качества продуктов, хотя желающих использовать мое имя предостаточно.

А вот в наших разработках я уверен. Продукция академии побывала даже в космосе! Оба наших казахстанских космонавта брали на орбиту специально разработанные для полетов продукты, произведенные в особых формах для условий невесомости. Ну а детское питание в Алматы известно давно, более двадцати лет работает специальная детская кухня-магазин, творогом, кефиром и другими молочными изделиями которого вскормлены многие дети и внуки, в том числе и президента, и других известных людей.

И вот уже совсем скоро, этим летом, мы введем в строй завод детского питания производительностью 12-15 тонн в сутки. Он строится в Талгаре, в экологически чистом районе, инвестиции составили 10 млн. долларов. Это завод Казахской академии питания, он будет на молочной основе, мы станем производить наши исконные продукты, обогащенные витаминами. Надеюсь, что отечественное детское питание скоро появится в наших магазинах. Бываю там почти ежедневно, сейчас уже идет благоустройство территории. Это первый подобный завод в Центральноазиатском регионе страны. Я очень рад, что сбывается моя мечта.

- Что еще Вас радует, какие планы удалось реализовать?

- Бальзамом на душу стало принятие Кодекса о здоровье, где есть статьи о качестве питания. И это не просто слова или какие-то далекие намерения. Президент дал поручение, конкретными мерами реализовывать политику здорового питания, в частности в каждом регионе, области будут центры здорового питания. Это в

первую очередь касается обогащения продуктов питания витаминами и микроэлементами.

Путь к этому был непростым, тернистым, многолетним. Обидно, что в этом направлении мы сначала были инициаторами, шли впереди, а потом оказалось, что во многих странах, в том числе и в республиках СНГ, такие решения уже приняли. Но вот, наконец, и у нас статьи об обязательной фортификации пшеничной муки первого и высшего сортов включены в основной закон о здравоохранении - Кодекс здоровья. Без принятия законодательной основы добиться успеха в фортификации муки не смогла бы ни одна страна.

- Наверняка этому способствовала ваша личная встреча с Президентом страны Нурсултаном Назарбаевым в 2008 году?

- Да, в мае того года Нурсултан Абишевич принял меня, мы имели долгую беседу, и после этого он дал поручение правительству разработать долгосрочную государственную политику в области здорового питания, витаминизации и обогащения продуктов питания микроэлементами на период до 2020 года. Как видите, это долгосрочные планы и проекты, которые будут последовательно внедряться в практику. А мы строительством своего завода показываем пример и очень надеемся, что подобные производства появятся во всех регионах нашей страны. Это первая ласточка. Такие же заводы будут построены в Астане, в Западном Казахстане, других городах и областях.

- Торегельды Шарманович, почему так важны эти законодательные нормы, какие проблемы будут решены с их введением?

- Проблем очень много и ни в коем случае нельзя понятие «здоровое питание» воспринимать предельно упрощенно и подменять примитивным представлением о вкусной и сытной еде, как это нередко у нас бывает. Роли питания в здоровье населения отведено центральное место в новой стратегии Всемирной Организации Здравоохранения, объявленной в 2002 году. По данным этой авторитетнейшей организации более половины населения планеты - 3,85 миллиарда - страдают железодефицитной анемией. А это нарушение требует больше затрат, чем какая-либо другая болезнь, за исключением туберкулеза.

В Центральной Азии одна треть женщин репродуктивного возраста - более 30%! - и две трети детей ранних лет имеют анемию. Тогда как в странах Европы и в США этот показатель составляет только от 7 до 12%. По тяжести последствий, анемия более значима и опасна даже в сравнении со смертностью и инвалидностью от войн. Железодефицитное состояние у беременных женщин влияет на степень развития мозга плода, который является наиболее чувствительным органом к нехватке железа. У детей в младенческом и раннем детском возрасте замедляется умственное и психомоторное развитие, которое при определенных обстоятельствах является

питания населения конкретного региона или конкретной популяции. Я уж не говорю о том, что питание должно быть разнообразным, адекватным сегодняшнему образу жизни. Поэтому, мы не можем придерживаться традиционных установок о том, что казахи должны питаться, главным образом, мясом. Пища, состоящая только из мяса, будучи адекватной образу жизни прошлого кочевого времени, является сильно атерогенной, противоречит принципам рационального питания и опасна для здоровья. Рацион современного казаха должен соответствовать сегодняшнему образу жизни индустриального общества, быть сбалансированным, разнообразным и состоять не только из



Мы анализируем продукцию сотен зарубежных компаний, поставляемую в нашу страну. Ежемесячно специальная комиссия собирается и решает, насколько безопасны те или иные продукты.

необратимым. И, в конечном итоге, поскольку анемия распространена среди детского населения, она может оказывать существенное влияние на интеллектуальный и экономический потенциал страны.

Мировой опыт фортификации свидетельствует о том, что продукты массового и ежедневного потребления должны обогащаться не только отдельно взятым пищевым веществом, а целым комплексом витаминов и микроэлементов, и конечно, именно тех, которых не хватает в рационе

мяса, но из молока, овощей, фруктов и хлеба.

- А какова статистика заболеваемости в нашей стране и как можно улучшить ситуацию?

- Исследования, проведенные Казахской академией питания в 1999 году, показали, что йододефицитные заболевания обнаружены среди обследованных женщин репродуктивного возраста от 52 до 65% случаев. Среди них 4% имеют тяжелую форму, 25% - среднюю

Август/Сентябрь 2010

форму йодной недостаточности. По данным исследований 1996 года, частота неонатального гипотиреоза в больницах Алматы составляла 7,2%. Это в 150-300 раз больше, чем в странах, где действуют эффективные программы по универсальному йодированию соли.

Эти исследования заставили задуматься и заняться проблемой йодирования соли. И в 2006 году результаты обследований были уже совсем другими. В период между 1999-2004-2006 годами доля домохозяйств, использующих йодированную соль, выросла с 29 % до 83% и 92%. И риск

в стране происходят позитивные изменения. Казахстан получил международный сертификат страны универсального йодирования соли. Были реализованы крупные проекты по здравоохранению, такие, как поддержка распространения грудного вскармливания, учреждение больниц дружественного отношения к ребенку, искоренение железодефицитной анемии и йододефицитных состояний. Немалую роль тут сыграла эффективная деятельность казахстанского представительства ЮНИСЕФ, партнером которого является наша академия питания.

что если, благодаря расшифровке генома, медицина получила генно-инженерную технологию для создания новых лекарственных средств, новых продуктов питания и возможности осуществления генной терапии болезней, считавшихся ранее неизлечимыми, то благодаря Великой хартии мирового здравоохранения, принятой в Алматы, право человека на здоровье получило безусловное признание всеми государствами, а человечество стало иметь возможность предупреждать наиболее распространенные болезни и реальную перспективу жить долго, без болезней.



Встреча делегатов конференции в аэропорту



В первом ряду: советская делегация; слева направо - П.Ширинский, В. Петросянц, Д.Венедиктов, Т. Шарманов

Алма-Атинскую декларацию назвали Великой хартией здравоохранения XX века. Она отметила собой начало нового международного движения, цель которого - добиться здоровья для всех к 2000 году. Сегодня мы видим, что цель оказалась трудно достижимой, что новое время несет с собой новые вызовы

распространенности йододефицитных заболеваний среди женщин репродуктивного возраста снизился до 15,9%.

Только задумайтесь о значении витаминов и микроэлементов в нашей жизни! Ликвидация дефицита витамина А, например, может снизить смертность от кори наполовину, от диареи - на 45%. Выявлено, что вероятность передачи вируса СПИДа от матери к ребенку возрастает в 4-5 раза. Ежегодно его недостаточность вызывает смерти 2,2 миллиона детей до 5 лет от диареи.

Поэтому замечательно, что в нашей

Но наше общество еще по-прежнему далеко от идеального в том, что касается здоровья, качества жизни. Средняя продолжительность жизни в мире давно определилась на уровне 70-80 лет, а мы по инерции продолжаем относить шестидесятилетних людей к старикам. Да и сама старость остается печальной, безрадостной, ассоциируясь только с болезнями, причем множественными, с нехваткой денег и ностальгией по прошлому. И в этом плане, я уверен, большое значение имела и имеет знаменитая Алматинская декларация. Считаю,

- Вы в 1978 году, когда произошло это историческое для всего здравоохранения мира событие, возглавляли министерство здравоохранения Казахстана. Как удалось добиться, чтобы конференция ВОЗ прошла именно в Алматы?

- Об этом много написано и сказано. Сыграли роль разные факторы, а в результате название «Алматинская декларация» стало олицетворять приоритет первичной медико-санитарной помощи, право каждого на качественное медицинское обслуживание. На совещании министров здравоохранения союзных республик 12 июня 1976 года министр здравоохранения



Посещение института питания



Э. Кеннеди в гостях

Невозможно переоценить влияние ярких личностей, с которыми довелось общаться, кто питал меня своим добрым отношением к миру, кто оставил за собой глубокий след в науке, культуре, истории

СССР Б. В. Петровский официально сообщил о только что прошедшей Всемирной ассамблее ВОЗ, где после многолетних дебатов на различных комиссиях было принято решение о проведении в 1978 году на территории СССР международной конференции ВОЗ. Наиболее вероятным местом ее проведения назывался Ташкент. После совещания я подошел к министру и спросил, почему бы в качестве альтернативы не рассмотреть еще и Алма-Ату? С тем же вопросом я обратился и к заместителю заведующего отделом науки и школ ЦК КПСС В. А. Балтийскому. Ну а затем была беседа с первым секретарем ЦК КПСС Казахстана Д. А. Кунаевым, где я тоже говорил о значении конференции и того города, где она будет проводиться. Дальше последовали сражения с драматическими перипетиями, и в борьбу включились еще и Тбилиси, Новосибирск. Специальная комиссия ВОЗ побывала в городах-претендентах и какова же была наша радость и гордость, когда победителем оказался любимый, родной город! Затем эта модель была взята за основу многими странами и даже явилась стержнем концепции планового здравоохранения Финляндии, других европейских стран и государств иных континентов. И в нашей республике удалось развить службу так, что медицинским обслуживанием охватывались и самые дальние районы. С большим сожалением видел в

последние годы, как разрушалась та система, но сейчас мы вновь возвращаемся к тому, что нужно развивать ПМСП, готовить семейных врачей.

Алма-Атинскую декларацию назвали Великой хартией здравоохранения XX века. Она отметила собой начало нового международного движения, цель которого - добиться здоровья для всех к 2000 году. Сегодня мы видим, что цель оказалась трудно достижимой, что новое время несет с собой новые вызовы. Тем актуальнее остаются положения хартии, о чем два года назад на конференции по поводу 30-летия Алма-Атинской декларации, снова проводившей в нашем городе на самом высоком уровне, говорили многие именитые гости, руководители ВОЗ и других международных организаций.

- Торегельды Шарманович, судя по многочисленным публикациям, статьям, очеркам, вы пишете замечательно большой и интересный портрет соотечественника - писателя, врача, ученого. Абдижамиль Нурпеисов, Эдвард Кеннеди, Николай Беклемишев, Бахия Атчабаров... Столько выступлений посвящено Вашим друзьям-современникам и столько в них глубоких наблюдений, уважения и любви к ним! - Невозможно переоценить влияние ярких личностей, с которыми довелось общаться, кто питал меня своим добрым отношением к миру, кто оставил за

собой глубокий след в науке, культуре, истории. Я не претендовал на глубокие очерки, это скорее штрихи к портрету и через описание их я пытался заглянуть в эпоху, в которой нам довелось жить и работать. И, конечно, это дань благодарности за тот след, который оставили в моей душе эти удивительные люди.

- Уверена, и Вы оставили след в душах многих и многих людей. Среди них те студенты, которые получают стипендию Вашего имени.

- Нет, эти стипендии не моего имени, хотя средства выделил я из полученной мною Государственной премии «Платиновый Тарлан». Это поощрение русскоязычным студентам, которые обучаются на отделениях, где преподавание ведется на казахском языке, а также студентам из сельской местности из малоимущих семей, чтобы они могли иметь возможность учиться в вузах. Юбилейным средствам я также нашел достойное применение, собрав в фонде для детей больных лейкозом. Не хочу, чтобы моим именем называли что-либо. Главная награда для меня - дети и внуки, делающие успехи на разных поприщах, и в медицине тоже. И те шаги, большие и маленькие, которые делает наша страна для того, чтобы казахский народ жил счастливой, долгой и здоровой жизнью.

Алия Джапарова.



В горячем теле - здоровый дух

Здоровье сильной половины человечества сегодня все больше волнует не только слабую половину, но и ученых, социологов, общественных деятелей, врачей, экономистов и политиков. Как ни парадоксально, несмотря на все достижения цивилизации и современной медицины, мужчины болеют больше и живут меньше, чем женщины. Год от года они становятся все более хрупкими и все менее устойчивыми к стрессам цивилизации.

И отчаянный вопрос: «Куда девались настоящие мужики?!» - раздается все чаще.

Рост числа специфических заболеваний, ухудшение репродуктивной функции и снижение потенции у мужчин наблюдается во многих странах мира. Как ни странно, именно в развитых и развивающихся - там, где уровень жизни и качество медицинского обслуживания с каждым годом только улучшается. Объективно, мужчины действительно больше подвержены различным заболеваниям и куда чувствительнее к стрессам и перегрузкам, чем женщины. Это обусловлено в первую очередь нашими биологическими функциями - для продолжения рода и поддержания вида вообще достаточно небольшого количества особей мужского пола. А в современном, хоть и насыщенном стрессами, но все же очень комфортном мире продолжительность жизни мужчин значительно возросла. Таким образом, мужчина XXI века живет едва ли не в полтора раза дольше, чем его предки двести лет назад. Следовательно, и болеть начинает теми возрастными болезнями, о которых его прадеды даже не подозревали. Просто потому, что не доживали до такого возраста. Современным мужчинам приходится решать массу сложнейших вопросов, но уже нет необходимости отвоевывать самку или территорию в кровавом поединке с другими мужчинами. Добывать пропитание себе и своей семье с оружием в руках тоже не приходится. Даже на дуэлях мужчины больше не дерутся. Такая трансформация общества и мира вообще очень сильно изменила

означало удар по самолюбию - как будто это говорит о том, что мужчина неполноценен, - говорит профессор, доктор медицинских наук, генеральный директор медицинского центра Private-clinic Аскар Избасаров. - Но сегодня мужчины уже чаще обращаются к нам, и не только в последний момент, когда требуется серьезное лечение или даже хирургическое вмешательство, но и просто наносят визиты врачу - на обследование, для профилактики. Однако, если раньше фактор женского бесплодия превалировал над мужским (женщина больше подвержена воспалительным заболеваниям), сегодня эти показатели почти сравнялись. Также мужчины стали чаще страдать эректильной дисфункцией, что воспринимается ими, безусловно, очень болезненно. Наверняка, вы слышали о таком заболевании, как простатит. Но это неверное название. Здесь подразумевается воспаление мужских половых органов, в частности, предстательной железы. На самом деле этим названием объединяют несколько различных заболеваний. Соответственно, их необходимо по-разному диагностировать и лечить тоже по-разному. А у нас раньше ко всем подходили с одинаковой меркой, всех лечили одними и теми же методами и препаратами. Отсюда возникали всевозможные осложнения, неуспех в лечении и мифы о том, что простатит неизлечим. Хотя этим заболеванием страдают мужчины репродуктивного возраста - от 20 до 55 лет. В более позднем возрасте

возможность избежать многих проблем со здоровьем. Особенность мужского организма такова, что многие болезни развиваются именно от недостатка или нерегулярной половой жизни.

- Мужчине необходимо соблюдать так называемый половой физиологический ритм (ПФР), - говорит Аскар Ишанович. - Он нарушается, когда мужчина, например, по долгу службы подолгу бывает вдали от дома: моряки, вахтовые работники, чья сексуальная жизнь не отличается регулярностью. Все это, разумеется, разрушительно влияет на здоровье мужчины. Поэтому очень важно соблюдать ПФР. Некоторые врачи как будто научно обосновали, что частота занятий сексом три раза в неделю - оптимальна. На самом деле ПФР для каждого строго индивидуален. Для кого-то это может быть раз в неделю, для кого-то - каждый день. Важно, чтобы мужчина знал свои потребности и придерживался своего биологического ритма. Однако, как поддерживать свою сексуальную жизнь на стабильном уровне на протяжении всей жизни, если сегодня нарушения эректильной функции беспокоят все большее количество мужчин? По мнению специалистов, это обусловлено хроническим стрессом, в котором постоянно живет человек XXI века. Мужчине необходимо чувствовать себя состоятельным не только в постели, но и в глазах общества в целом. Он должен заявить о себе как добытчик, кормилец и лидер - тогда и его сексуальная жизнь будет в порядке.

Мужчине необходимо соблюдать так называемый половой физиологический ритм (ПФР), он нарушается, когда мужчина, например, по долгу службы подолгу бывает вдали от дома: моряки, вахтовые работники, чья сексуальная жизнь не отличается регулярностью

сильный пол за последние 100-150 лет. У современного мужчины даже гормональная система функционирует иначе... Одновременно к мужчинам приходит осознание необходимости следить за своим здоровьем и регулярно наведываться к врачу, тогда как раньше к услугам «мужских» специалистов обращались лишь единицы, да и то, в крайнем случае. - Для наших мужчин, особенно в прежние времена, обращение к урологу

это заболевание может перерасти в аденому предстательной железы. Но мужские болезни сегодня успешно лечатся. Для этого просто необходима своевременная точная диагностика и правильное лечение. Профессор Избасаров подчеркивает, что для мужчины очень важно сохранить сексуальную активность на протяжении всей жизни. Это не только позволяет быть в тонусе, чувствовать себя уверенным, иметь прекрасное настроение, но и дает

Сегодня, пожалуй, как никогда раньше, мужчины всех возрастов озабочены вопросами социального статуса и престижа - навязанный рекламой образ сильного, преуспевающего человека, хозяина жизни, не сходит со страниц журналов и экранов телевизоров. Несоответствие этому образу вызывает у мужчины неуверенность в себе. Это подтверждают результаты опроса, проведенного в 2003 году среди мужчин во многих странах, в том числе и в России. В ходе опроса выяснилось,

Август/Сентябрь 2010

что нарушения потенции очень сильно влияют на качество жизни и самооценку мужчин. Большая часть опрошенных (84%) считают, что это негативно сказывается на их ощущении мужественности, удовольствия от жизни (81%) и сексуальной активности (80%). При этом российские мужчины ощущают это негативное эмоциональное влияние сильнее (а в некоторых случаях намного сильнее), чем представители сильного пола в других странах.

В таком случае как, спрашивается, соблюдать пресловутый ПФР нынешнему мужчине, озабоченному вопросами престижа и достатка? Специалисты выделяют категорию молодых мужчин с так называемым «синдромом менеджера».

- Нерегулярная и небогатая сексуальная жизнь и, как следствие - ослабевающее, а то и вовсе отсутствующее половое влечение, - констатирует профессор Избасаров.
- Мужчины сегодня ведут крайне нездоровый образ жизни: подолгу сидят за компьютером, в душных помещениях, мало двигаются, работают допоздна, нерегулярно питаются. Часто случаются поздние ужины во время деловых встреч. Такой мужчина, как правило, очень поздно приходит домой, когда все уже спят. Да и сам глава семьи после такого утомительного дня не в состоянии совершать какие-то сексуальные подвиги. Ему хочется только спать.
- А если мужчина холост, его личная жизнь не устроена, то положение и вовсе плачевное. Ему некогда найти себе спутницу, приходится довольствоваться редкими, зачастую беспорядочными связями с женщинами, что также не лучшим образом сказывается на его здоровье. Вдобавок многие из наших мужчин пренебрегают вопросами контрацепции, забывая о том, что инфекции и заболевания, передающиеся половым путем, способствуют развитию воспалительных процессов в организме и в конечном итоге ведут к расстройствам эректильной и репродуктивной функции.

Кроме того, в последнее время в медицине появился еще один термин ADAM-синдром. Это аббревиатура от androgene deficiency adult man - андрогенный дефицит взрослого мужчины.

- Очень большое значение имеют возрастные изменения в организме мужчины. У женщин это принято называть менопаузой, применительно

к мужскому здоровью существует другой термин - андропауза, то есть возрастной дефицит мужских гормонов. В результате дефицита тестостерона и развиваются различные заболевания, такие как аденома, например. То есть аденома предстательной железы - это болезнь пожилых мужчин. Этот диагноз часто ставят молодым мужчинам, но это проблема возрастного андрогенного дефицита. У всех он проявляется по-разному, у одних мужчин наступает раньше, у других - позже.

Все это вместе с нездоровыми привычками, неправильным питанием и малоподвижным образом жизни приводит к тому, что еще молодой, полный сил и здоровья мужчина в возрасте сорока лет оказывается неспособным вести полноценную сексуальную жизнь, зачать ребенка или начинает страдать тяжелыми расстройствами мочеполовой системы.

- У меня был один пациент, который всю жизнь вел правильный, размеренный образ жизни, не курил, не пил спиртного, стоило ему заболеть, дисциплинированно лечился, принимал

лекарства по расписанию, - вспоминает профессор. - И недоумевал, почему на старости лет Господь наградил его целым букетом очень тяжелых мужских заболеваний. Вместе с ним в палате лежал другой пациент, который никогда столько внимания своему здоровью не уделял, но ничем, кроме легких воспалений, в жизни не болел. На это я могу сказать: чтобы мужское здоровье сохранилось, надо, чтобы в теле мужчины играли гормоны. У первого моего пациента не было игры гормонов, движения андрогенов. Есть такая корреляция между андрогенами и эстрогенами, так вот у мужчины андрогены должны превалировать, и это равновесие необходимо поддерживать.

- Что же нужно для игры гормонов?
- Интересная, насыщенная событиями жизнь. Речь именно о качестве жизни, а не о ее продолжительности. Сам образ жизни предопределяет вопросы мужского здоровья. Все болезни, в том числе воспаления, эректильная дисфункция - развиваются в организме с низким содержанием гормонов.

Артём Салеев

Мужчины сегодня ведут крайне нездоровый образ жизни: подолгу сидят за компьютером, в душных помещениях, мало двигаются, работают допоздна, нерегулярно питаются



ПОЛНАЯ ДИАГНОСТИКА ЗДОРОВЬЯ В КОРЕЕ



медицинский центр Ханьянг



Корейская медицина, высококачественное оборудование и безукоризненный сервис получили признание во всем мире. В последнее время широко растет популярность лечебных туров в Корею - новый вид путешествия, который включает в себя получение разнообразных медицинских услуг, отдых, и знакомство с культурой страны. Огромное количество туристов из Америки и Европы едут в Южную Корею для диагностики и профилактики заболеваний, участвуя в лечебных и диагностических программах со смешанными западными и восточными технологиями.



Диагностика

Гострозентерология,
Ультрасонограмма верхнего отдела брюшной полости
Онкомаркеры (печень, толстая кишка, поджелудочная железа, предстательная железа, легкие, яичники)
Рентгенография грудной клетки
Общий анализ крови (группа, сахар, функция почек, электролиты, функция щитовидной железы, гиперлипидемия, функция печени, гепатит, СПИД, ревматизм)
Аудиограмма
Проверка зрения,
Анализ мочи,
Анализ кала,
Телесный жир режим питания
ПВЧ
Мазок по Паланиколу,



пластическая и эстетическая хирургия



Корейская медицина признана одной из лучших в области пластической и эстетической хирургии. Только в Сеуле находится более 1000 клиник красоты, где можно получить высококлассный сервис, а самое главное - желаемый результат, потратив лишь неделю времени



ГОЛДЕН ТУР КАЗАХСТАН

г. Алматы ул. Жибек Жолы, д. 60 кв. 17 тел: +7 727 273 32 59, +7 727 273 63 37,
сот: +7 701 111 2331 goldentourkz@mail.ru



Храни свою ЛЮБОВЬ

*Любуясь красивой парой,
фотографирующей в кругу
семьи и друзей на ступеньках
загса, невольно задаюсь вопросом:
«надолго ли?»*

Говорят от любви до ненависти один шаг...

Никого не удивляет сегодняшняя статистика разводов: 40% первых браков завершаются разводом, 60% вторых, и 75% третьих так же заканчиваются разводами... Куда же уходит любовь?

Дело в том, что существует огромная разница между влюбленностью и любовью: Влюбленность не является актом свободной воли, так же как не является осознанно осуществленным выбором. Неважно, как бы сильно мы не хотели влюбиться, мы не можем заставить себя влюбиться. И напротив, возможно, мы вовсе не хотим влюбляться, но неожиданно для себя, обнаруживаем, что влюблены. Более того, зачастую мы влюбляемся в неподходящее время и в неподходящих людей. Влюбленность не является любовью, так как не требует никаких действий. Что бы мы ни делали в состоянии влюбленности, это не требует ни дисциплины, ни осознанных действий с

является одержимостью. Такая любовь, объединяет эмоции и рассуждения, такая любовь включает решение воли, требует от нас дисциплины и осознания нужды в личностном росте. Нашей основной эмоциональной нуждой является не влюбленность, а потребность быть искренне любимым, зная, что любовь растет благодаря размышлению и выбору, а не инстинктам. Мне необходимо быть любимым кем-то, кто выбирает любить меня, кто видит нечто ценное во мне. Для такой любви необходимы дисциплина и усилия. Пока влюбленность не кончится, истинная любовь не начнется. Любовь это выбор. «Я женат на тебе и выбираю искать тебе блага», - звучит совершенно не романтично. Но если мы научимся восполнять нужды друг друга, мы будем счастливы и удовлетворены в браке. Итак, влюбленность - это всего лишь начальная стадия взаимоотношений. Это та искра, которая как бы заводит мотор наших отношений, но теперь нам необходимо постоянно «доливать в бак бензин»,

детей и однажды, в кругу детей и внуков отпраздновать золотую свадьбу...

Ниже мы рассмотрим несколько категорий проблем, которые могут привести к разводу

Неосуществленные ожидания

Мы вступаем в брак с определенными ожиданиями по поводу того, каким должен быть брак. Практически неизбежно возникает конфликт интересов и, если его своевременно не разрешить, придя к обоюдному согласию, ища компромиссы, это ведет к обидам, недовольству и разочарованию. Надо понимать, что нужды супругов сильно отличаются. Помимо естественных и общих нужд, таких как физические потребности, существуют нужды психологические: нужда в любви, в безопасности, в общении с другими. А так же индивидуальные нужды, такие как нужда достижений,

Влюбленность – это состояние эйфории, своего рода эмоциональное опьянение, которое проходит через пару лет совместной жизни

нашей стороны. Долгие и дорогостоящие телефонные звонки друг другу, деньги, затраченные на поездки с целью увидеться, подарки, которые мы дарим друг другу, работа, сделанная друг для друга - ничто для нас. Так же как инстинкт подталкивает птицу строить гнездо, инстинкт влюбленности подталкивает нас к тому, чтобы делать друг для друга странные и несвойственные нам вещи. Влюбленный человек не стремится к личностному росту или росту и развитию своего избранника. Напротив, влюбленность дает нам ощущение блаженства, достижения вершины и отсутствия нужды в дальнейшем росте. Мы на вершине счастья жизни, и наше единственное желание там и оставаться. Само собой разумеется, нашему избраннику нет нужды изменяться, он и так - само совершенство. Мы просто надеемся, что все так и останется.

Влюбленность - это состояние эйфории, своего рода эмоциональное опьянение, которое проходит через пару лет совместной жизни, после чего многие начинают думать, что ошиблись в выборе партнера, и считают единственным выходом - развод. Развод, не является правильным выходом из ситуации, так же как и решение влечь жалкое существование без любви. Правильным решением является стремление достигать «реальной любви». Такая любовь, тоже сопровождается эмоциями, но не

если мы хотим, чтобы мотор продолжал работать. Именно эмоциональная заправка помогает браку жить. Процесс заправки эмоционального бака вашего супруга далеко не прост. Это не происходит само собой. Некоторые пары так и не смогли научиться этому процессу. Когда искорка влюбленности потухла, они приступили к исполнению ритуалов, не имея ни огня, ни цели, ни мотивации.

Хорошая новость заключается в том, что любой может научиться заправлять эмоциональный сосуд своего супруга. К сожалению, многие так и не делают этого, так как верят в иллюзию, что настоящая любовь должна жить вечно, безо всяких усилий с нашей стороны. Такое мышление делает людей пленниками эмоций. Истина состоит в том, что любовь - это выбор и посвящение искать блага своему супругу, быть готовым идти на компромиссы и работать над собой и своими отношениями, ради своего собственного блага, а так же ради блага своих детей, ведь, как известно, от разводов больше всего страдают именно они.

Учитывая, насколько мы мужчины и женщины разные, и по внешним и по внутренним характеристикам, у нас разные интересы, мышление, приоритеты и эмоции, понятно, что нам придется изрядно потрудиться, чтобы стать «одной плотью», создать теплый семейный очаг, стать настоящими друзьями, вырастить

контроля, владений, доминирования, помощи другим. Если нужды супругов конфликтуют, например, оба посвящены построению собственной карьеры - проблемы неизбежны. Так же нужды мужчин и женщин отличаются: обычно, женщина ищет любви, строит семейный очаг, заботится о детях. Мужчина строит карьеру, интересуется своими хобби и времяпровождением с друзьями. Так же мы по-разному решаем проблемы - обычно, женщина говорит о проблемах, изливая свое сердце и, таким образом, находит утешение, решение и облегчение. Мужчина, напротив, предпочитает решать проблемы сам, молча в уединении. Потенциальный конфликт. Нам необходимо понять, что попытки переделать друг друга бесполезны. Принимайте друг друга безусловно, такими, какие вы есть. Помните, что вступив в брак, ты берешь весь набор: достоинства, преимущества, слабости и недостатки. Чем больше ты сосредоточен на недостатках супруга, тем больше они растут в твоих глазах. Причем твоя сосредоточенность на его недостатках не гарантирует того, что он (или она) изменится... Когда один человек, пытается заставить другого сделать что-то, он пытается контролировать что-то, что находится вне его контроля. Мы не можем изменить других людей, мы можем измениться сами и повлиять на других. Работая над изменением супруга, вы обречены на разочарование.

Август/Сентябрь 2010

Разочарование в сексуальных отношениях

Вступая в брак, независимо от того, имели ли мы сексуальный опыт до брака или нет, мы приносим с собой груз сомнений и страхов, а так же надежд и ожиданий о том, какой должна быть удовлетворяющая сексуальная жизнь. Проблемы в сексуальных взаимоотношениях могут быть вызваны следующими факторами:

- недостаток сексуального образования
- нереалистичные ожидания
- увлечение порнографией
- усталость и стресс
- однообразие
- эгоизм
- психологические проблемы или физические проблемы
- недостаток общения (обратной связи)
- сексуальная рваспущенность
- супружеская неверность

Взаимное сексуальное удовлетворение стало несбыточной мечтой для многих семейных пар. Сексуальные взаимоотношения, являющиеся апогеем выражения глубокого единения, стали причиной конфликтов и несогласий. Многие жены чувствуют себя использованными, а мужа

отвергнутыми. Наслаждение сексом, которое, казалось бы, должно было быть чем-то естественным, теперь кажется неосуществимым. Сексуальное единение, когда оба и муж, и жена испытывают удовлетворение, не происходит автоматически.

У мужчин сексуальное желание основано на физиологии. А для женщин имеет эмоциональную подоплеку. Внутри нее ничего не накапливается, подталкивая ее к сексу... Если она чувствует себя любимой мужем, чувствует, что он ее ценит и восхищается ей, то в ответ у нее возникает желание физической близости с ним. Если нет, то нет. Если вы хотите иметь полноценный в сексуальном плане брак, вам необходимо относиться серьезно к ответственности за взаимное сексуальное удовлетворение. Необходимо знать основные отличия и реакции в сексуальных нуждах мужчин и женщин. А так же, мы должны знать уникальные чувства и желания наших супругов.

Этого не произойдет без открытости в общении друг с другом. Слушайте друг друга внимательно и будьте готовы к изменениям. Помните ваша цель - угодить супругу. Если вы оба будете стремиться достичь этой цели, вы оба выиграете.

Проблемы общения

Ключ к успешному браку - эффективное общение. Способность ясно и эффективно общаться заключается в передаче и восприятии сообщений. Сообщения могут быть вербальными (словесными) и невербальными (выражение лица, жестикуляция, язык тела, действия, подарки или длительные периоды молчания). Зачастую, слова бывают произнесены, но мысли и чувства не поняты. Говорить - лишь часть общения. Необходимо научиться слушать, для того, чтобы понять говорящего. Слова имеют различное значение для разных людей. К тому же, мы склонны слышать то, что хотим услышать. Способность слушать требует от человека дисциплины. Нам необходимо победить свою склонность предполагать, что мы понимаем, что люди имели в виду, сказав что-то. Активное слушание требует того, чтобы мы задавали вопросы, пытались прояснить истинное значение сказанного, до тех пор, пока мы не убедимся, что поняли, что же другой человек сказал на самом деле. Когда мы действительно понимаем, что именно человек сказал, тогда мы сможем дать благоразумный ответ. Большинство из нас развили привычку отвечать, так и не поняв до конца, что человек пытается сказать. Нам

Если вы хотите иметь полноценный в сексуальном плане брак, вам необходимо относиться серьезно к ответственности за взаимное сексуальное удовлетворение



придется поработать над собой и своими способностями передавать сообщения, подкрепляя их соответствующими жестами и выражением лица. Слушать человека, отличный способ показать ему, что он важен для тебя. Слушать, значит говорить: «Я забочусь о тебе. Твои идеи важны для меня. Я хочу понять, что ты чувствуешь». И напротив, не слушая человека, или слушая его невнимательно, мы говорим ему противоположное. Хороший брак без хороших навыков слушания невозможен.

Разные семьи практикуют общение на разных уровнях:

- Молчание
- Обмен просьбами или требованиями, обсуждение бытовых вопросов
- Обсуждение жизни общих знакомых
- Высказывание своего мнения по поводу жизни общих знакомых
- Рассказ о происшествиях дня
- Обмен мыслями, планами, мнениями, переживаниями, советами

Профессионалы в области брачных отношений выделяют проблемы в общении как наиболее распространенную причину разводов. Если вы обнаружили, что у вашей семьи проблемы в общении, попробуйте практиковать ежедневные беседы. Начните с 15 минут в день - говорите о 3 вещах, произошедших в течение этого дня, и пробуйте делиться своими мыслями и чувствами по этому поводу. Если твой брак, а значит и будущее твоих детей важны для тебя, необходимо вкладывать в него время, усилия, внимание и финансы. Не тяни до тех пор, пока все станет непоправимо. Пусть семья будет твоим приоритетом. Постоянно вкладывай в свои отношения. Как написал Т. Фостер: «Наше сердце устроено таким образом, что часть его должна быть отдана другим. Если твое сердце никому не отдано, оно всегда будет искать кого-то подходящего. Так устроен человек. Когда двое встречаются, влюбляются, та самая частица сердца постепенно отдается любимому. Двое проводят вместе время, разговаривая, играя, слушая, узнавая друг друга и заботясь друг о друге. Отдавая сердце любимому, мы не предпринимаем никаких усилий. Но, так как человек существо эгоистичное, к нашему сердцу, как бы прикреплена резинка, и какое-то время спустя, без какого-либо сознательно принятого решения, частица сердца, предназначенная для влюбленности, постепенно возвращается к нам во владение. Это опасное для нашей семьи время, когда мы очень уязвимы. Учитывая нужду нашего сердца кому-нибудь принадлежать, оно тут же



Профессионалы в области брачных отношений выделяют проблемы в общении как наиболее распространенную причину разводов

начинает активный поиск. Чтобы увидеть в себе это, обрати внимание, приглаждаешься ли ты к другим, пытаешься представить, как бы тебе жилось с ними? Если ваш брак имеет здоровое общение, если вы проводите достаточно времени играя вместе, говоря, слушая и заботясь друг о друге, вы постепенно влюбляетесь друг в друга снова. Но если вы давно перестали общаться, как ваши отношения могут возродиться к жизни?» Начните встречаться снова. Пригласите друг друга на свидание. Делайте друг другу сюрпризы. Вспомните, за что вы полюбили друг друга? Составьте список достоинств вашего супруга и просматривайте его время от времени. Согласитесь с тем, что вы два несовершенных человека, живущих в несовершенном мире, неизбежно будете разочаровывать и огорчать друг друга на протяжении всей совместной жизни. Согласившись с этим, вы осознаете необходимость взаимного прощения. Не стесняйтесь просить прощения и прощать. Признавайте свою неправоту. Не тяните с прощением - сделайте это сегодня! Не копите обиды. Прощайте и оставляйте их в прошлом, и тогда у вашего брака будет будущее. Единение не произойдет автоматически.

Стать одним целым можно лишь в результате обмена мыслями, чувствами, деятельностью, мечтами, разочарованиями, радостями и печалью. Основное отличие между успешными и сложными парами заключается именно в том, чтобы одни научились постоянному общению друг с другом, а другие нет. Одни уделяют время на разговоры друг с другом, на обсуждении своих чувств, мыслей, поступков и отношений, а другие пускают все на самотек. Для того, чтобы брак был успешен, потребуется дисциплинированность делать вещи, которые не хочешь, а так же открытость и честность с супругом, готовность делить вместе радости и печали, одним словом - делить жизнь, трудиться над своим браком вместе. Идея, что две подходящие половинки находят друг друга и чудным образом становятся одним целым и живут вместе долго и счастливо - утопия. Как говорится: «Без труда...». Но хороший брак, единение двух сердец, нечто столь желанное и удовлетворяющее, что над этим стоит потрудиться. Помните, любовь - это ваш выбор. Живите долго и счастливо, ВМЕСТЕ!

Мадлен Хайдарова



Новые добрые мультфильмы

*Крошка-сын к отцу пришел, и спросила кроха:
– Что такое хорошо и что такое плохо?*

Какие мультфильмы любят смотреть ваши дети? Как вы думаете, могут ли современные мультфильмы научить ребенка чему-то хорошему? Наш ответ – могут.

Каждый ребенок любит смотреть мультфильмы. И все взрослые в свое время с восторгом смотрели любимые, культовые мультфильмы – “Ну, погоди!”, “Простоквашино”, “Леопольд”, можно долго перечислять. Сейчас мы с радостью пересматриваем эти, порой подзабытые, мультфильмы вместе со своими детьми! Но поколение сменяет поколение, и на экраны выходят новые мультики. Мы, взрослые, привыкли говорить: “Сейчас не мультики, а ерунда какая-то! Вот толи было в нашем детстве”. Действительно, большинство мультипликационных фильмов импортного производства, транслируемых на наших каналах – мягко сказать “не детского профиля”, включает битвы, драки. А порой встречаются совсем непонятные мультфильмы – ни смысла, ни графики – сплошной импрессионизм!

В последнее время искусство казахстанской мультипликации стало возрождаться. Ведь трудно недооценить огромный вклад мультфильмов в становление личности ребенка. У любимых героев дети учатся всему – доброте, уважению к старшим, любви к ближним и братьям меньшим. В минувшем году, казахстанскими деятелями искусства и активистами охраны природы был снят мультипликационный фильм “Сага о сайгаке”. Проект “Степь без сайгака – как свадьба без невесты”, призван стать камнем для тех, кто вопреки законам и совести продолжает варварски уничтожать поголовье сайги. В июне 2009 года на Международном экологическом телевизионном фестивале “Спаси и сохрани” в Ханты-Мансийске, мультфильм “Сага о сайге” был удостоен приза в номинации “Программа для детей и юношества”. По словам режиссера Махсута Жаримбетова, – “Рассказ о животных в такой форме пробуждает

в детях чувство доброты, милосердия, сопереживания тем, кто слабее нас, кто нуждается в помощи и защите. Здесь добро четко отделено от зла, а детям прививаются важнейшие морально-этические качества. Хочется думать, что ребенок, который посмотрел этот мультфильм, став взрослым человеком, уже никогда не сможет поднять руку на сайгака и на другое животное”. Огромные просторы нашей страны – это бескрайние степи и полустепи, в которых до недавнего времени резвились свободолюбивые животные. Сегодня сайгаки находятся на грани истребления. В 2002 г. они были включены во всемирную Красную книгу. В начале 90-х годов ситуация обострилась, предприятия закрылись и вот тогда стало расцветать браконьерство. Именно оно является главной причиной катастрофической ситуации с сайгаками.

Отечественные мультфильмы более адаптированы под нашу культуру и наш менталитет, чем западная продукция, следовательно, несут в себе огромный психотерапевтический потенциал. Эти мультики отвечают главным критериям, которые необходимо учитывать: образовательным, а в некоторых случаях обладают успокаивающим эффектом.

Факт из жизни. Секрет фирмы.

Я помню время, когда каждый десятый житель нашего города, Жайрема, промышлял браконьерством. Выглядело это так: двое мужчин вооружившись, выезжали в степь на мотоцикле. Целью было не мясо сайгаков, а их рога. Они отстреливали десятки особей, спиливали рога, а туши убитых животных оставляли в степи. Им просто некуда было класть животных, люлька помещала несколько тушек, а рога – ценная “добыча”. Как-то мы застали браконьеров за их “грязным занятием”, они спиливали рога. Захлебываясь от мучительного ужаса и удивления я спросила, что

они делают и зачем складывают рога в мешок. Они ухмыльнулись и иронически процедили: “Секрет фирмы”. Рога считаются средством, помогающим при высокой температуре, спазмах, различных отравлениях, высоком давлении (гипертонии), а также оказывают успокаивающее действие. Хотя согласитесь, эти болезни лечатся и более “мирными” препаратами. Тем более их кустарное приготовление и употребление может быть небезопасным.

Уроки для взрослых.

Не допускайте, чтобы ребенок смотрел телевизор после шести часов вечера. Разговаривайте со своим чадом после просмотра о том, что он увидел и что понял.

Иногда неадекватная реакция ребенка на тот или иной мультфильм может свидетельствовать о том, что у него есть проблемы с психическим здоровьем и что нужно подумать о необходимости обращения к специалисту.

Просматривать мультфильмы нужно вместе с детьми. Причем чем младше ребенок, тем это важнее.

В случае с детским телевидением, родителям рекомендуется быть более внимательными к тому, что потребляют их чада. Не стоит, конечно, говорить о том, что надо немедленно выключить телевидение из жизни общества. Речь о том, что смотреть? Возвратится, чтобы идти дальше – вот, что сегодня нужно сделать с нашими мультфильмами. И это возвращение к добру и пониманию основных ценностей. “Сага о сайге” – это сказка, где степные антилопы говорят человеческими голосами, где есть место волшебству и фантазии. Рассказ о реальной проблеме в сказочной форме должен пробудить в детях чувство доброты и милосердия. Формирование здорового общества начинается с формирования истинных ценностей у детей.

Оксана Моторкина



Первая доврачебная ПОМОЩЬ

Что предпринять, если человек, несколько минут назад мирно беседовавший с вами, вдруг упал и потерял сознание? Как распознать причину обморока прохожего на улице, и какую первую доврачебную помощь оказать, чтобы не навредить и не усугубить его состояние?

На наши вопросы отвечает семейный врач, директор лаборатории изучения эпилепсии, головной боли, судорожных состояний и семейного мониторинга имени В.М. Савинова, председатель общественного объединения «SVS NEVRO» - врач-невролог Сергей Викторович Савинов.

Ситуация № 1

Вы обнаружили человека без сознания. Что предпринять?

SVS: «Прежде всего, подойти и пощупать его пульс. Если пульса нет на так, называемой точке пульса (на запястье), тогда необходимо пощупать пульс на сонной артерии (в области шеи). Если вы и там не определили пульс, необходимо проверить дыхание пострадавшего. Для этого, возьмите предмет с глянцевой поверхностью (портмоне, портсигар, зеркало) и приставьте ко рту или к носу человека. Если поверхность не затуманится, человек, скорее всего, уже мертв. И единственное, что вам необходимо сделать, - вызвать скорую помощь и полицию».

Ситуация № 2

Человек без сознания, но вы четко прощупываете пульс.

SVS: «Ни в коем случае не пытайтесь самостоятельно транспортировать пострадавшего! Не надо никаких лишних движений. Первое, что вы должны сделать, - подложить под него что-либо теплое, а затем немедленно вызвать скорую помощь. Ваши движения должны быть плавными и предельно аккуратными, чтобы, подкладывая под человека материал, не сдвинуть его с того положения, в котором он находился. Не исключено наличие переломов, смещение позвонков или наличие иных травм, при которых любое резкое движение может погубить человека или навсегда

оставить инвалидом.

Кроме того, есть вероятность, что пораженный сосуд, на какое-то время остановивший свое кровотоечение, может вновь откупориться из-за неаккуратной транспортировки. Важно!

Оградите пострадавшего от холода! При потере сознания система кровообращения человека начинает работать с перебоями, и любой холодный предмет легко «оттягивает на себя» силы, тепло и энергию, тем самым, уменьшая шанс пострадавшего на выживание».

Ситуация № 3

Если вы увидели, что пострадавший хрипит.

SVS: «Для начала необходимо определить, от чего он хрипит: от спазма голосовых связок и дыхательных путей или от попадания в эти дыхательные пути рвотных масс? Если же вы увидели слюни, пену и рвотные массы, ваша задача - аккуратно положить человека на правый бок и указательным пальцем, одним движением сверху в низ (от нёба по языку) освободить дыхательные пути от опасного содержимого».

Ситуация № 4

Если вы увидели, что пострадавший хрипит и бьется в судорогах.

SVS: «Если вы видите явные судороги, ни в коем случае не пытайтесь разжать челюсти, вытащить язык или придержать его каким-либо предметом! Он не проглотит язык! Поверните пострадавшего на правый бок и придерживайте руки до приезда скорой помощи. Следите, чтобы из-за судорог он не ударялся головой об пол. В подобных ситуациях нет необходимости в искусственном дыхании, массаже сердца или напатыре».

Ситуация № 5

Человек без сознания, судорог нет.

SVS: «Возможно, это инсульт. Чем отличается это состояние? Во-первых, человек лежит «вялый, как мешок», в то же время он дышит, пульс и сердце работают исправно, не сильно страдает цвет лица (возможно легкое посинение). В подобной ситуации вам остается только оградить пострадавшего от холода и дожидаться скорой медицинской помощи».

Ситуация № 6

Человек без сознания, бледный.

Дыхание и пульс не регулярные.

SVS: «Эти признаки, скорее всего, являются следствием инфаркта миокарда, проще говоря, сердечного приступа. Вам необходимо, в первую очередь, проверить пульс. Если пульс пропал, приступайте к срочной «реанимации» пострадавшего. Необходимо провести искусственную вентиляцию легких (дыхание «рот в рот» или «рот в нос»), а так же непрямой массаж сердца. Положите руку на мечевидный отросток сердца (конец грудины). Последовательность массажа: четыре нажатия, через одно - дыхание «рот в рот». Перед тем как вдохнуть воздух в пострадавшего, провентилируйте собственные легкие, несколько раз глубоко вдохнув и выдохнув».

При оказании первой помощи ни в коем случае не давайте человеку никаких лекарственных препаратов и не проводите терапии на основании самостоятельно выставленного диагноза. Вы можете серьезно усугубить состояние пострадавшего. Помните, что вы оказываете исключительно первую ДОВРАЧЕБНУЮ помощь!

Алия Исенова

Красота

Эстетическая медицина

Август/Сентябрь 2010



Мужские ценности:

здоровье, стиль, красота

За рекомендациями по уходу за волосами мы обратились к директору творческой группы Шахизат Альпишевой, парикмахеру-стилисту.

Работала на Kazakhstan Fashion Week на протяжении нескольких лет, на Неделе моды в Москве в 2007 году, участник презентации Казахстана в рамках 17-ой сессии Генеральной ассамблеи Всемирной туристической организации Картахена-де-Индияс (Колумбия) в 2007 году, участник Дней Казахстана в Южной Корее в 2010 году и передачи «Сен-сулу».



Шахизат АЛЬПИШЕВА

За 15 лет работы стилистом я окончательно убедилась в том, что каждый мастер высокой моды предлагает свой собственный стиль, который может идти вразрез с мировой тенденцией. Они не боятся экспериментировать и даже через прическу выражать специфику своей национальности. То же самое происходит сегодня и в Казахстане. Что я хочу сказать, дорогие мужчины, конечно, следить за своим здоровьем - это хорошо, это здорово, но и «внешнее» здоровье немаловажно для здорового мужчины. В наш салон ходят мужчины к Beauty Expert-ам, сделать хотя бы чистку лица, но оказывается, этого мало. Нужен и полный уход, неважно когда: летом, зимой, весной, осенью.

В каждое время должен быть свой уход. Вот, например, в летнее время нужно обязательно пользоваться солнцезащитными кремами SPF от 15 до 45, в зависимости от цвета лица и кожи, так как от солнца появляются пигментные пятна.

Сейчас очень много разнообразной, качественной косметики для мужчин, также сюда относится аппаратная косметика и мезопрепараты, которые останавливают старение. С их помощью можно вернуть коже свежий и здоровый вид, можно снять усталость, особенно перед очень важной встречей, никто и не заметит, что вы не выспались или плохо себя чувствуете.

Был такой случай: зашел в салон мужчина и чуть ли не шепотом спросил: «Можно сделать коррекцию бровей?». Конечно, можно, ответили ему. У него были густые брови и к тому же росли на подвижном веке, что создавало дискомфорт. Так же было предложено удалить лишние волосы, придать естественную форму бровям и почистить лицо от видимых мелких бесцветных волос на лице, щеках и над бровями. Это делается быстро, специальными нитками и достаточно повторять один раз в два месяца. Мужчина ушел очень довольный, что мы просто помогли решить его комплексы, теперь он постоянный клиент нашего салона. Настало время, когда мужчины тоже стали заботиться о своей внешности и интересоваться специализированной косметической продукцией. Сегодня косметические

компании выпускают продукцию не только для женщин, но и для мужчин. Мужчины посещают салоны красоты, но в основном ограничиваются стрижкой и бритьем. Состояние кожи или количество морщин на лице их мало волнует. Впрочем, современный мужчина все-таки хочет быть красивым, здоровым, сильным, нравиться женщинам и молодо выглядеть. Многие уже используют антивозрастные косметические вещества, а также продукты, созданные специально для мужской кожи, структура которой значительно отличается от женской.

Еще один важный момент в нашем салоне: мужской парикмахер-стилист уделяет внимание усам и бороде, ведь они чрезвычайно важный элемент внешности. Только стилисты мужских волос могут правильно порекомендовать средства по уходу за усами и бородой, а так же посоветовать клиенту, какой тип усов и бороды ему больше подойдет. Сейчас среди мужской аудитории наиболее популярны средства против перхоти и выпадения волос. Все это мы можем предложить и индивидуально подобрать.

Для тех, кто хочет скрыть седину, предложим краски естественных оттенков, созданные специально для мужчин. Современный мужчина хочет чувствовать себя привлекательно и уверенно. И он доверяет советам стилиста чаще даже больше, чем женщина.

Как уберечь волосы от ультрафиолетовых лучей

Сейчас сезон отпусков, и волосы очень подвержены солнцу, поэтому нужно их защищать.

Я своим клиентам не делаю окрашивание перед отпуском на море, так как это пустая трата денег, ведь соленая вода быстро смывает краску. Как сберечь свои волосы? Это конечно головной убор - платок, бейсболка или что-либо другое. А еще при сильном солнце просто намочите свой красивый головной убор, солнце будет забирать влагу, а ваши волосы останутся с блеском. Конечно, есть солнечные линии - это шампуни, спреи, бальзамы.

От солнца волосы сушатся, секутся, становятся очень тусклыми, ломкими, а мы хотим иметь здоровые блестящие волосы, а иногда хочется отрастить подлиннее, в зависимости от того, какую форму захочет ваш профессиональный стилист придать вам. Хочу подробно рассказать для вас о защищающих средствах для волос:



1 Интенсивный восстанавливающий шампунь для волос, подвергшихся солнечному воздействию. Глубоко очищает волосы, удаляя хлор, соли и другие минералы, восстанавливая, увлажняя и наполняя их жизненной силой.

2 Глубоко восстанавливающая маска для подвергшихся солнечному воздействию волос. Маска проникает глубоко внутрь волос, восстанавливает, питает и защищает. В результате волосы наполнены силой, блеском и здоровьем.

3 Мерцающий лосьон-защита для ежедневного применения предохраняет окрашенные волосы от вымывания цвета и высушивающего эффекта солнечных лучей, морской и хлорированной воды. Волосы защищены, восстановлены и заново приобретают мерцающий блеск за счет микрочастиц слюды.

4 Несмываемое разглаживающее водостойкое масло-защита от солнца. Волосы приобретают ультра-блеск и гладкость. Наносить непосредственно перед купанием для защиты кутикулы и создания УФ барьера.



Элегантным бородачам

В наши дни борода - это признак индивидуальности и творческого подхода к жизни. Это новый тренд сильного, уверенного в себе сексуального мужчины. Сегодня во многих салонах мужской парикмахер-стилист уделяет внимание не только бороде, но и усам. Красиво оформленная растительность на лице - чрезвычайно важный элемент внешности.

Если самостоятельно трудно определиться с формой лица и подходящим вам типом бороды или усов, обратитесь один раз к профессионалу, он же подберет вам необходимые средства по уходу. Хорошего Вам отдыха!



С заботой о Вас!

**Конференция приурочена к празднованию
10-летия компании «Медикер»**

Медицинская сервисная компания «Медикер» 5 ноября 2010 года проводит Республиканскую научно-практическую конференцию на тему «Медицинский ассистанс и частная медицина Казахстана». В рамках Конференции будет рассмотрен ряд тем, касающихся развития частной медицины в условиях посткризиса и роли ассистанс-компаний в развитии страхового и медицинского рынков. А также, вопросы организации оказания медицинских услуг на полевых проектах (отдаленных вахтовых поселках нефтегазовой отрасли); профилактика заболеваний и предупреждение травматизма на производстве; перспективы в развитии медицинского страхования; преимущества аккредитованной сети ЛПУ в деятельности ассистанс-компаний; внедрение новых технологий в диагностику и лечение заболеваний; добровольное медицинское страхование и мн.др.

Компания «Медикер» приглашает к участию в Конференции главврачей медицинских центров и клиник, руководителей страховых компаний, сотрудников научно-исследовательских институтов и центров, врачей и студентов медицинских вузов. Принимаются заявки на выступление с докладом в рамках основной темы Конференции. Все доклады будут опубликованы в сборнике статей.

В рамках Конференции объявляется конкурс на лучшую научно-исследовательскую статью по медицине. Победителей ждут денежные призы, а лучшие работы будут опубликованы в научно-практическом сборнике статей по результатам Конференции.

Дополнительная информация:

- рабочий язык Конференции - русский
- участие в Конференции - бесплатное
- предварительная регистрация - обязательна
- соблюдение требований к оформлению статей - обязательно

Контактная информация:

г. Астана, ул. Ташенова, 20
Телефоны: 8 (7172) 55 04 28 (вн.106)
e-mail: pr.medicare@mail.ru
8 707 332 04 90



Как лечат во Фрайбурге

Когда в необходимости оздоровления сомнений нет, возникает вопрос: кому доверить заботу о себе, и любимом? Нынче вернулась мода на европейские клиники и европейских врачей. Но, в отличие от многих модных веяний, это не просто прихоть, а вполне оправданный шаг. Лечение за тридевять земель, действительно, имеет массу преимуществ. Особым спросом в сфере медицинского туризма пользуется Германия. Давайте отправимся «на разведку» в одно из известнейших немецких медучреждений — Университетскую клинику города Фрайбурга.

Город-сказка

Расположение клиники более чем удачное. Близкое соседство со Швейцарией и Францией, чистейший воздух, потрясающе красивая природа, мягкий климат. Тех, кто не привык сидеть на одном месте, порадуют экскурсии. Если говорить о Германии, то это Баден-Баден, куда Ахматова ездила на воды, и в многочисленных казино которого Достоевский искал вдохновение для своего «Игрока». Любителей природы поразят красоты Шварцвальдского леса. Можно посетить часовую столицу — швейцарский Базель либо французский Страсбург — город, где заседает Европарламент. Хотя хватит и самого Фрайбурга. Чистенький, уютный, с мощеными улочками, кукольными домиками и дружелюбными прохожими. Местное достояние — студенты, их во Фрайбурге очень много, ведь здесь огромный университет, один из самых старых в Европе. Большинство жителей городка передвигаются на велосипедах, а вот неумение управлять с ним приравнивается к неумению

ходить. Впрочем, пренебрежение к автомобилям имеет свои преимущества — достаточно вдохнуть чистейший воздух Фрайбурга, чтобы в этом убедиться.

Идеальное лечение

Первый пункт назначения — Центр международных медицинских услуг при Университетской клинике Фрайбурга. Сотрудники Центра — те самые добрые волшебники, благодаря профессионализму которых приезд в клинику организуется без сучка и задоринки. Все они, кроме немецкого, прекрасно владеют русским и английским. В качестве сопровождающих — приятные в общении гиды-переводчики, которые хорошо разбираются в тонкостях медицинской терминологии и помогают избежать недопонимания в диалоге врача и пациента. Ну а в свободное от лечения время гиды выдают «секретные» подробности о регионе и советуют, где можно купить сувениры, местное вино и попробовать знаменитые немецкие сосиски (конечно, при условии, если врач не запрещает). После посещения Центра Мария, куратор моей поездки и к тому же очень обаятельная девушка, предложила пройтись по парку клиники и посетить ее отделения.

Клиника была основана еще в 1457 году. Опыт, накапливаемый столетиями, традиции, принципы работы — не удивительно, что восемь выпускников университета стали лауреатами Нобелевской премии. Сейчас же Университетская клиника — главный работодатель в регионе. Кроме высококлассного лечения и реабилитации выздоравливающих, здесь занимаются исследованиями, обучением и повышением квалификации персонала. В клинике регулярно внедряются новейшие разработки, повышается качество работы ученых. Именно в Университетской клинике впервые была проведена трансплантация искусственного сердца и первая операция на мозге с помощью медицинских роботов. Здесь трудятся высококвалифицированные специалисты и выдающиеся ученые, представляющие различные области медицины. Любой желающий может получить их консультацию и пройти у них курс лечения. То, что в клинике работают



Центр международных медицинских услуг при Университетской клинике Фрайбурга

Во Фрайбурге впервые провели трансплантацию искусственного сердца

врачи разных специальностей, дает возможность провести дополнительный осмотр и после консилиума выбрать оптимальный метод лечения. Так, гуляя, мы добрались до места, особенно важного для женского здоровья, — одного из лучших гинекологических центров в Европе. Экскурсию для нас провел его главный врач и руководитель, доктор медицинских наук, профессор Гитч. Он с нескрываемым удовольствием рассказывал о своем «подопечном». В Центре проводят диагностику и лечение самых разных гинекологических хворей, а также занимаются генетическими исследованиями. Мы побывали и в родильном отделении, где все излучало радость появлению новой жизни. Современное оборудование перемежалось с трогательными фото. Вероятно, рожать в таком месте, приятно. Затем мы посетили отделение радиологии, оно напоминало космическую станцию. Чудо-агрегаты последнего поколения позволяют творить настоящие чудеса в области диагностики,

отслеживать малейшие изменения в состоянии организма без вреда для здоровья. Здесь можно сделать магнитно-резонансную томографию (МРТ) всего организма, что очень важно для определения заболеваний лимфосистемы и скелета, диагностики опухолевых заболеваний. Кардио-МРТ и ангио-КТ дает полную картину о состоянии сердечно-сосудистой системы, мамма-МРТ необходима для диагностики груди без рентгеновского облучения, а компьютерная томография — для обследования всех органов и систем организма. Затем мы побывали в урологическом отделении клиники. У его главного врача, профессора Ульриха Веттерауэра, стоило бы поучиться менеджерам. Работа в отделении организована идеально.

Палаты и кабинеты расположены так, чтобы максимально быстро и эффективно обслуживать пациентов и облегчать работу персонала. Никаких очередей и уставших от ожидания больных — каждый посетитель приходит в четко



назначенное время и получает необходимую помощь. И немецкие, и иностранные пациенты имеют возможность пройти детальный осмотр, необходимые исследования и получить лечение. В отделении успешно исцеляют от опухоли простаты и яичек, мочевого пузыря, почек, лечат мочекаменную болезнь, нарушение потенции, решают проблему недержания мочи у мужчин и женщин. Особый акцент сделан на профилактических обследованиях. Не удивительно, что это отделение на хорошем счету как в самой Германии, так и далеко за ее пределами. Территория Университетской клиники огромна, поэтому посетить все ее отделения было бы сложно. Вкратце скажу: это учреждение работает абсолютно во всех направлениях. Здесь есть крупнейший центр сердечно-сосудистых заболеваний, противоопухолевый и нейроцентр, отделение общей и торакальной хирургии, знаменитые отделения гастроэнтерологии, гепатологии, диабетологии и эндокринологии. При клинике созданы крупный



Центр международных медицинских услуг при Университетской клинике Фрайбурга

офтальмологический центр, ЛОР-клиника, здесь занимаются дерматологическими проблемами и реабилитацией после курса лечения приятно удивляет и отсутствие «больничной» атмосферы. Просторные светлые палаты, в коридорах на стенах картины, дружелюбный улыбающийся персонал, идеальная чистота — тут и впрямь хочется поскорее выздороветь! Лечение — это не самый приятный, хоть и необходимый, повод обратиться в Университетскую клинику Фрайбурга. Поехать туда стоит для того, чтобы его избежать. Там вам предоставят возможность провести

профилактические обследования (check-up) самой разной направленности — от комплексных до узкоспециализированных. Кстати, многие семьи приезжают обследоваться несколько раз в год. Сдают необходимые анализы, между делом ездят на экскурсии и наслаждаются отсутствием суеты.

По вопросам лечения во Фрайбурге обращаться: МЦ «Медикер», Алматы, Навои 410
Тел.: +7 (727) 259 73 94 (95)

Сауле Омарова

10 лет с заботой о Вас!



МЕДИКЕР

МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

В нашей клинике Вы получите полный спектр амбулаторно-поликлинической помощи на современном уровне с максимальным комфортом.

СЕМЕЙНЫЙ ВРАЧ
ТЕРАПЕВТ
ПЕДИАТР
ЛОР ВРАЧ
ОФТАЛЬМОЛОГ
АКУШЕР-ГИНЕКОЛОГ
ОНКОГИНЕКОЛОГ
НЕВРОПАТОЛОГ ДЕТСКИЙ
НЕВРОПАТОЛОГ ВЗРОСЛЫЙ
ДЕРМАТОЛОГ
УРОЛОГ
ЭНДОКРИНОЛОГ
АЛЛЕРГОЛОГ
МАММОЛОГ
ГАСТРОЭНТЕРОЛОГ
ИММУНОЛОГ
ДИЕТОЛОГ

ХИРУРГ
НЕФРОЛОГ
ГЕМАТОЛОГ
ПАНТОВЫЕ ПРОЦЕДУРЫ
ВЕДЕНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ
ОБСЛУЖИВАНИЕ
ПАЦИЕНТОВ НА ДОМУ
ОБСЛУЖИВАНИЕ
ПАЦИЕНТОВ СТРАХОВЫХ
КОМПАНИЙ
ВАКЦИНАЦИЯ
ЛАБОРАТОРИЯ
ПРОЦЕДУРНЫЙ КАБИНЕТ
МАССАЖ
ФИЗИО КАБИНЕТ
УЗИ
ЭХОКАРДИОГРАФИЯ
ЭНДОСКОПИЯ

Мы также направляем на лечение зарубеж.



Республика Казахстан
г. Алматы, ул. Навои, 310
e-mail: alm_medicare@mail.ru
www.medicare.kz

Телефоны: +7 727 380 98 77, 259 73 94, 259 73 95
259 73 96, 258 82 42, 258 82 43
Факс: +7 727 259 73 90
Координационный центр: +7 727 259 73 91, 259 73 92



Об этом необычном камне ходит много легенд. И не только о его красоте, но и об уникальных лечебных свойствах. Правда ли это? Мы попросили рассказать об этом эксперта Жанар Алишиянову – директора Тарапесе Соттер ювелирного салона «Жемчуг из Японии».

Жемчуг: красота и здоровье

Из всех камней жемчуг - самый уникальный. В отличие от большинства минералов, которые образуются в недрах Земли, это органическое вещество вырабатывают моллюски, стараясь защититься от инородного тела, попавшего внутрь раковины. Натуральность происхождения и придает ему лечебные свойства.

Название "жемчуг" предположительно происходит от китайского слова "чжень-гжу". Мудрецы древнего Китая считали жемчуг порождением драконов: когда быются два огнедышащих существа, на землю проливаются дождь и жемчуг. Жемчуг как украшение высоко ценился уже тысячи лет назад. В древнем Китае его дарили в подарок императорам, министрам и их женам. В некоторых древних государствах Египта жемчуг имели право носить только члены королевской семьи. На Руси им расшивали женскую одежду и головные уборы, облачения духовенства, а иногда и одеяния вельмож, украшали оклады икон, переплеты рукописных церковных книг и церковную утварь. Долгое время жемчуг был символом высокого общественного положения. Высоко ценятся и его целительные свойства. В Китае жемчуг стали применять в косметологии для отбеливания и смягчения кожи лица. Крема и пудра на его основе по сей день пользуются большой популярностью у женщин. В Европе считается, что если носить жемчуг, то он приносит здоровье и удачу. Древние целители знали, что жемчуг обладает различными целительными свойствами. Его наделяли общеукрепляющими свойствами, а также свойствами, повышающими жизнеспособность организма. Считалось также, что отличными лечебными свойствами обладает и жемчужная вода. Рецепт жемчужной воды таков. Четыре-пять маленьких жемчужин помещают в стакан с чистой водой и оставляют на ночь. Вода используется на следующий день в качестве питья, с ее помощью избавляются от жжения в глазах, лечат заболевания мочевого пузыря. Жемчужная вода регулирует кислотно-щелочное равновесие и помогает при острых воспалительных состояниях. Она помогает от заболеваний эндокринной, солевой и обменной систем организма, при женских болезнях. Жемчужная вода прекрасно подходит для

заваривания лекарственных трав и для заживления других препаратов. Лекари с древних пор использовали жемчуг для изготовления лекарств. Тогда считали, что с его помощью можно эффективно удалить бельмо или избавиться от влажной язвы глаз. А сегодня почти половина культивированного жемчуга поступает в фармацевтическую промышленность. Во многих азиатских странах жемчужный порошок продается в аптеках и пользуется постоянным спросом. В Индии ценят его освежающий эффект и успокаивающее действие. Жемчуг повышает жизненный тонус и силу. Если его держать во рту, он благотворно влияет на состав крови, способствует повышению ее свертываемости, успокаивает сердечную боль. Крошкой истолченного жемчуга лечили от золотухи, болей в суставах и при проблемах желудочно-кишечного тракта. Сегодня это никого не удивляет, ведь научно известно, что любой природный камень - живой и определенно имеет влияние на человеческий организм. Жемчуг способствует долголетию, очень сильно влияет на восстановительные способности организма, многократно усиливает регенерацию. Он хорошо лечит заболевания ушей и вообще всего, что связано с головой человека, - от сумасшествия до легкой головной боли. Жемчуг - индикатор здоровья. Больной организм быстро его разрушит. Если жемчуг вдруг умер, пристально посмотрите на ваше состояние: часто он заранее предупреждает о серьезности положения. Говорят еще, что тот, кто носит жемчуг на шее, не имеет страха в любви. Жемчуг входит в составы многочисленных лекарств. Он помогает избавиться практически от всех кожных заболеваний и повреждений, укрепляет действие других лекарств, лечит зубы, сердце, улучшает состав крови, очищает кровь. Китайцы видят сходство между

развивающейся в мидии жемчужиной и зародышем. "Беременная жемчужиной мидия - это как женщина, носящая плод в своей утробе". Поэтому жемчуг - не просто сырье для ювелирных изделий, он - почти живое существо. Ни одна жемчужина не бывает похожа на другую, в каждом случае это «ручная работа» моллюска. Подобно живому существу он хранит в себе тайну, обрастает историями и дарит людям тепло. Этот камень ассоциируется не только со здоровьем, но и, конечно, с красотой. Украшения с жемчугом необыкновенно красивы. Его сияние, блеск и присутствующие оттенки каждый раз кажутся различными. Поэтому зачастую женщины всего мира завораживаются красотой и сиянием этого камня. Жемчуг можно носить с чем угодно, где угодно и когда угодно: он хорошо смотрится даже со спортивной одеждой, добавляет солидности деловому костюму и элегантности даже самому изысканному вечернему наряду. Кроме того, согласно индийским преданиям, жемчуг является талисманом влюбленных и оберегом от всех опасностей. Поэтому именно жемчуг во многих странах мира является обязательным элементом наряда невесты, который идеально гармонирует с белым платьем и символизирует любовь, чистоту и непорочность. В Японии считают, что жемчуг рождается для того, чтобы подарить свое сияние всему миру. Не случайно он сверкает в короне королевы Великобритании, на шее первых леди России, Украины, Америки и в лучших домах Европы. Однако какой бы титул Вы ни имели, что бы Вам о нем ни говорили, с какой одеждой вы бы его ни надевали, жемчуг придает своим владельцам царственность, величие и благородство, его матовое сияние озаряет лицо, добавляет особый, значительный блеск глазам. А это - хорошее настроение, улыбка на лице и прекрасное самочувствие.

Идеальный врач – это вечный ученик

Доктор в наши дни без Интернета все равно что без латыни и анатомии

Клинику «Медикер» пациенты выбирают в первую очередь потому, что там работают отличные доктора. Почитайте «мамочкины» блоги, диалоги на форуме «Карапуз» - обязательно встретите чей-нибудь добрый совет посетить замечательного врача Ирину Ивановну Снигиреву, работающую в этой клинике.



**Семейный врач
Ирина СНИГИРЕВА**

Угодить сегодняшним мамам не так-то просто, поэтому такие положительные отзывы в Интернете о врачах – самая лучшая рекомендация и высокая оценка. Так кто он, сегодняшний Доктор с большой буквы, герой нашего времени в медицине? Общась с Ириной Ивановной, понимаешь, что это не раз и навсегда выучившийся в вузе специалист, а вечный ученик, какие бы знания, научные звания, должности, какой бы стаж работы и отличные рекомендации у нее ни были. И еще есть очень важная деталь – знание

английского языка. Это единственно короткий путь к самой новейшей информации в медицине, без чего современный врач просто не может сегодня работать.

Ирина Ивановна закончила Алматинский Государственный Медицинский Институт, педиатрический факультет, работала в НИИ педиатрии и детской хирургии МЗ РК, в отделении пульмонологии и в одном из самых сложных отделений – онкогематологии. Младший научный сотрудник, она скоро стала старшим научным сотрудником и затем ученым секретарем института. После НИИ педиатрии она работала в медицинском институте, на кафедре педиатрии и была одним из самых молодых доцентов.

- Мама была учительницей младших классов, и я хотела пойти по ее стопам, - вспоминает она. - Закончила с золотой медалью 10 классов в Алматы, и директор сказала, что, поскольку у меня технический склад ума, лучше идти в политех. Но несколько знакомых выпускников поступали в медицинский, и она решила: если не стала учительницей младших классов, то буду педиатром - тоже работа с детьми.

Казалось бы, выбор был случайным, но сейчас она уверенно говорит, что если бы пришлось делать его снова, она вновь бы выбрала только эту профессию.

Желающих попасть на прием к врачу немало, кто-то пришел как постоянный клиент клиники, кто-то просто потому, что «ходит» вслед за Ириной Ивановной, в какую бы

больницу она не пришла работать. В выдавшемся небольшом перерыве между посетителями спрашиваю у доктора: сложно педиатру ставить диагноз, ведь в отличие от взрослых малыши не могут сказать точно, что у них болит?

- Наоборот, чем больше слов, тем иногда хуже, - признается доктор.

- Чем хорошо педиатру - он смотрит больного и делает выводы на основании наблюдений мамы и своих собственных, на основании осмотра и иногда обследований, и ничто лишнее не мешает, не отвлекает, и даже неплохо, что ребенок не может сказать, где и что у него болит.

Случаи бывают сложные, но она никогда не теряет. Еще бы - пройти такую школу! Ведь в отделении онкогематологии НИИ педиатрии были такие пациенты, после которых уже ничего не страшно. Детские лейкозы - трагедия семьи, изнурительное лечение, переживания за каждого больного, нередко чувство беспомощности. Курс лечения длится месяцами и за это время дети становятся тебе родными, они ждут тебя, надеясь, что поможешь, ты знаешь их мам и пап, дедушек и бабушек. И вдруг - ухудшение состояния, гибель. Были и удачи, одна из первых ее пациенток - девочка-красавица - выздоровела, вышла замуж, родила двоих детей. И все же выживаемость тогда была невысокой. Особенно остро Ирина Ивановна помнит одного мальчика. Он выздоравливал, лечение шло успешно, и вдруг - гепатит, ухудшение состояния. Сидела с ним

в реанимации, врачи делали все возможное, но все было бесполезно. Очень переживала его смерть, пошла на похороны, но заведующая отделением доктор медицинских наук профессор Кулян Омаровна Омарова потом сказала, что нельзя этого делать, что врач должен уметь принимать потери, иначе его самого надолго не хватит.

- Боготворю Кулян Омаровну. Это благодаря ей появилось специализированное отделение онкогематологии, в 1992 году она начала сотрудничать с немецкими медиками, и те помогли оснастить его, внедрить их схемы лечения. Сколько жизней было спасено благодаря этому! - говорит Ирина Ивановна.

Ирина Ивановна с большой благодарностью вспоминает своих учителей и прежде всего Кулян Омаровну Омарову, научного руководителя и основного своего наставника.

- Меня словно вело благоприятное стечение обстоятельств, - считает она. - Вторым научным руководителем кандидатской диссертации стал профессор Владимир Кириллович Таточенко, академик, мировая величина, который работал в Институте педиатрии академии наук СССР. Повезло работать рядом с такими выдающимися людьми, как профессор Аузен Киясович Машкеев и профессор академик Камал Саруарович Ормантаев, которые возглавляли институт в разное время. Бесконечно им всем благодарна, очень уважаю их. Эти замечательные люди, профессионалы определили мой дальнейший путь.

Признается, что сама она честолюбива, но в профессиональном росте, а не в карьерном. Всегда хотела иметь интересную работу, получать моральное удовлетворение. НИИ педиатрии и детской хирургии - это очень серьезная школа. Наверное, главные уроки заключались в том, что врач всю жизнь должен учиться. Стала развиваться в стране семейная медицина, и Ирина Снигирева в 1996 году прошла в этом направлении первичную специализацию в Алматы, а затем и в Вашингтоне, США, в Тайланде, Польше, Москве. Она понимала, что без английского языка никакое движение, развитие, рост врача невозможен. Изучала английский язык в Лондоне. Совершенствовалась и иностранный язык, и свои знания в зарубежной медицине в Корпусе Мира США в

Казахстане, где проработала 2 года. Так она окунулась в зарубежную медицину. Это уже был следующий и немаловажный этап ее становления. Неоценимый опыт был приобретен в Международной клинике "SOS International". С врачами самых разных национальностей удалось ей поработать за более чем восемь лет - французами и англичанами, датчанами и австралийцами, немцами и американцами, а также врачами из Сингапура и Южной Африки. Все это были специалисты высокой квалификации, у которых было чему учиться и с которыми было приятно работать.

За этот период под руководством иностранных врачей она прошла стажировки по неотложной помощи, медицинским эвакуациям. Кроме того, еженедельно в клинике проводились образовательные тренинги по определенной тематике. Ведь работать приходилось согласно международных стандартов.

Интересными были эвакуации больных за рубеж, когда на борту самолета нужно было перевозить пациентов с различными заболеваниями, оказывать им необходимую помощь.

Чтобы быть на высоте, нужно было все время учиться и самостоятельно. Вот библия для врача независимо от его национальности - показывает Ирина Ивановна на своего рода медицинскую энциклопедию на английском языке. Книжки, учебники, журналы - все это постоянно изучается, хотя бы час-два в день нужно обязательно читать, считает Ирина Ивановна. Однако самым удобным и современным источником информации стали все же медицинские профессиональные сайты, на которых размещаются все новости о методиках, технологиях, лекарственных средствах.

Информация там постоянно обновляется, она проверена, ей можно доверять. Немало таких сайтов бесплатных, но есть и такие, которые нужно оплачивать. Ирина Ивановна благодарна своему американскому коллеге и другу доктору Роджеру Хигсу, который открыл ей этот путь профессионального совершенствования и который до настоящего времени дает для нее доступ в платные американские сайты.

С 1997 года, 13 лет, она пользуется зарубежными сайтами, применяя те схемы обследования и лечения, которые они размещают. Хорошо,

что на казахстанский рынок пришли мировые фармацевтические гиганты, говорит Ирина Ивановна, наш фармрынок увеличивается и можно назначать те лекарственные средства, которыми пользуются в развитых странах.

Но не только для получения новейшей информации пользуется доктор Интернетом. Есть тестовые сайты, на которых врач может проверять свой уровень знаний и повышать его. Она находит время и для этого, отвечая на вопросы, набирает баллы, ищет ответы, которых не знает. Общение с зарубежными докторами, огромный поток информации, которую она получает - все это помогает применять лучший опыт, делать меньше ошибок, отказываться от ложного пути, добиваться успехов. - Необыкновенное моральное удовлетворение получаешь, когда правильно ставишь диагноз и видишь, что назначенное лечение помогает, - признается Ирина Ивановна.

Ее личный опыт говорит и о том, что не нужно увлекаться частым назначением антибиотиков. Антибиотикорезистентность в мире катастрофически растет, говорит доктор. Люди в сорок лет умирают от пневмонии, потому что антибиотики на них уже не действуют. Этот факт обязательно нужно учитывать при назначении антибиотиков, особенно детям. У нее есть маленькие пациенты, которые, наблюдаясь у нее многие годы, ни разу не лечились антибиотиками. Их нужно применять только в крайнем случае, уверена врач, и ни в коем случае нельзя допускать полипрагмазии - назначения большого количества лекарств. Врач должен помочь больному справиться с недугом, назначая щадящее лечение, т.е. минимум необходимых медикаментов, считает Ирина Ивановна. У людей есть собственная мощная защита - иммунитет, и нужно рассчитывать на него. Неслучайно основной принцип медицины - не навреди, это очень точный постулат, считает она. А еще, по ее мнению, по-прежнему, в цене доброе слово, участие и внимательное отношение. Словом можно убить и можно вылечить. Больному плохо, он пришел за помощью. Поэтому идеальный доктор, по мнению Ирины Ивановны, - профессионал высшего уровня, в дополнение к своим знаниям и опыту обязательно должен обладать всеми лучшими человеческими качествами. Именно таким должен быть врач.

Это интересно знать

Курение и употребление алкогольных напитков напрямую связано с головными болями у подростков.

Результаты новейших исследований свидетельствуют о том, что физическая активность, воздержание от курения, употребления алкоголя и кофеина могут предупредить возникновение головных болей у подростков.

Автором публикации является Rudiger von Kries MD, PhD, профессор - педиатр, эпидемиолог, Институт общественной детской и подростковой медицины, Университет Ludwig-Maximilians, Мюнхен, Германия.

В исследование были включены 1260 школьников 10-11 классов г. Мюнхена, кто ответил на вопросы, касающиеся питания и образа жизни. Школьников спрашивали, часто ли они полноценно завтракают, как часто перекусывают в школе, имеют ли полноценный обед, сколько употребляют фруктов и овощей, алкогольных напитков

(коктейли, пиво) и кофе, о количестве выкуренных в день сигарет, а также интенсивности физической активности.

Автором доказано, что у физически неактивных и курящих подростков, а также тех, кто регулярно употребляет коктейли и/или по меньшей мере 1 чашку кофе в день головные боли встречаются в 2 раза чаще. У употребляющих коктейли мигрень встречалась в 3 раза чаще, а у употребляющих ежедневно кофе - более чем в 2 раза. Установлено, что у школьников, употреблявших 1 бокал пива в неделю, частота головных болей возросла в 1.7 раз.

Таким образом, настоящее исследование выявило прямую зависимость между частотой и тяжестью головных болей и низкой физической активностью, употреблением алкогольных напитков и кофе. Недостаточное употребление жидкости, низкое содержание фруктов и овощей, а также неполноценный завтрак имели меньшее влияние на возникновение головных болей.

Регулярная физическая активность в среднем возрасте может отсрочить биологическое старение

Согласно публикации в Британском журнале «Спортивная медицина», регулярная физическая активность в среднем возрасте может отсрочить биологическое старение организма до 12 лет.

В течение почти всей взрослой жизни у людей даже с исходно хорошим здоровьем старение обычно ассоциируется со сниженной способностью организма потреблять (утилизировать) кислород примерно на 5 мл/кг. в минуту каждые 10 лет. Если этот процесс продолжается в старости, то максимальное потребление кислорода становится настолько низким, что даже обычная активность для поддержки независимого проживания (самообслуживания) становится непосильной. Следует иметь в виду, что минимальная аэробная способность организма составляет 12-15 мл/кг. в минуту.

Основываясь на своих предыдущих исследованиях, Dr R.J. Shephard из Университета Торонто, Онтарио, Канада, предлагает удобную поступательную программу тренировок на выносливость, что может улучшить показатели максимального усвоения кислорода в среднем возрасте до 5-10 мл/кг. в мин. Эффект тренинга должен теоретически компенсировать физиологическую

особенность, выражающуюся в снижении способности организма утилизировать кислород и, таким образом, не только задерживать биологическое старение, но и способствовать процессам омоложения.

Регулярная физическая активность значительно снижает риск ожирения, диабета, гипертонии, инфаркта миокарда, инсульта, некоторых форм злокачественных новообразований и остеопороза не только у людей среднего, но и пожилого возраста, что связано с улучшением оксигенации органов и тканей, поддержании хорошего мышечного тонуса, координации, а также физического и психического равновесия. Программа может активизировать потребление кислорода до минимальных показателей в 5-6 мл/кг. в мин. Автор установил, что чем дольше человек занимается по этой программе, тем лучше способность организма к утилизации кислорода: при 8-10 недельном курсе отмечается повышение до 12.9 %, при 12-18 нед. - до 14.1% и при 24-52 нед. - до 16.9%.

Улучшение потребления кислорода на 25% эквивалентно потреблению кислорода 5мл/кг. в минуту мин и сокращает биологическое старение на 12 лет.





Употребление кофе может уменьшить риск развития неизлечимых форм рака простаты

Результаты анализа были представлены в декабре 2009 на конференции Американской ассоциации исследований рака в Хьюстоне. В научную разработку, проводимую с 1986 по 2006 годы, были включены 50.000 мужчин, у которых изучалась привычка пить кофе. У 4975 за этот период развился рак простаты.

Авторы доказали, что мужчины, регулярно употреблявшие 6 и более чашек кофе в день, имели значительно более низкий риск (на 59%) развития смертельных форм рака простаты в сравнении с теми, кто кофе не употреблял.

Исследователи говорят, что еще рано давать мужчинам рекомендации пить больше кофе, но предварительные результаты обнадеживают, так как очень немногие факторы образа жизни имеют отношение к возникновению и развитию рака простаты, особенно его неизлечимых форм. В связи с этим, отмечают ученые, хотелось бы, чтобы полученные результаты были подтверждены другими исследователями. Авторы утверждают, что это первая подобного рода научная работа, которая направлена на изучение факторов, влияющих не только на возникновение этого заболевания в целом, но и на его течение, т.е. развитие локализованных и распространенных/метастатических форм.

Известно, что не только кофеин обладает защитным свойством в отношении рака простаты. Результаты показали, что мужчины, употреблявшие кофе без кофеина, имели аналогичные (более низкие) показатели в отношении развития метастатических форм рака простаты, чем мужчины, не употреблявшие кофе. Так, кофе положительно влияет на инсулин и сахарный обмен, уровень половых гормонов, а также кроме кофеина содержит и другие полезные компоненты, такие как антиоксиданты и минеральные вещества. Все эти факторы также могут препятствовать развитию

Зеленый чай

способствует снижению риска развития рака дистального отдела желудка у женщин

Результаты настоящей публикации основаны на нескольких (6) независимых исследованиях, проведенных в Японии сотрудниками Национального центра рака в Токио и их коллегами из научно-исследовательской группы по развитию и оценке стратегии профилактики рака (Manami Inoue, MD, PhD).

Авторы утверждают, что употребление зеленого чая способствует снижению риска возникновения рака дистального отдела желудка у женщин, но не у мужчин. Предыдущие экспериментальные исследования предполагали много возможных антиканцерогенных механизмов зеленого чая. Так, полифенольные антиоксиданты, содержащиеся в зеленом чае, а особенно эпигаллокатехина галлат, могут предотвратить возникновение рака. Однако эпидемиологические исследования довольно противоречивы.

Статистические данные показывают, что у женщин, употребляющих 5 чашек и более зеленого чая в день, по сравнению с теми женщинами, кто употребляет меньше 1 чашки, выявлена прямая связь, проявляющаяся в значительном снижении риска развития рака желудка. Эта связь также очевидна и значительна в отношении локализации рака - дистальный отдел желудка.

Кесарево сечение может быть единственным фактором риска развития инсульта у женщин после родов

Результаты получены на основании общенационального исследования, проведенного с 1998 по 2003 гг. в Тайване, Китае. Проведена сравнительная оценка частоты послеродовых осложнений у женщин, перенесших Кесарево сечение (33.9%), с женщинами, у которых были нормальные роды (66.1%) через 3, 6 и 12 месяцев после родов.

Общее число наблюдений - 987.010 женщин с одноплодной беременностью из общей популяции - 1.000.394.

Результаты исследования показали, что кесарево сечение является причиной значительного повышения уровня смертности матерей в результате остановки сердца, осложнений анестезии, послеродовой инфекции и венозной тромбоэмболии. Инсульт выделяется как очень важная причина материнской заболеваемости и смертности во время беременности и в послеродовом периоде.

Относительный риск развития инсульта у женщин с кесаревым сечением был в 1.67 раз выше через 3 месяца после родов, в 1.61 - через 6 месяцев и в 1.49 - через 12 мес. после родов.



Современный СПОРТ

нуждается в качественном медицинском обслуживании

Спортивная медицина в Казахстане пока не получила должного развития. Среди проблем и планов - подготовка спортивных врачей, развитие спортивных баз и международное сотрудничество, считает Садат МОЛДАКАРИМОВ, координатор научной группы и медицинского обслуживания Казахстанской федерации бокса.

Ринат Садыков

- Садат, давайте начнем с общей картины того, как организовано медицинское обслуживание в Казахстанской федерации бокса?

- В Федерации бокса медицине уделяется очень большое внимание.

В каждой сборной команде Казахстана по боксу, а их четыре, работает врач. Спортсмены регулярно проходят углубленные медицинские осмотры. Федерация платит своим медикам достойную заработную плату, обеспечивает необходимой аппаратурой и медикаментами. Все спортсмены штатной сборной команды, тренерский состав и специалисты обеспечены медицинским страхованием.

- То есть, с медициной полный порядок?

- Нельзя сказать, что в Федерации нет никаких проблем, но ведется большая работа, чтобы спортивная медицина в боксе была на высоком уровне. А как иначе, современный спорт немыслим без качественного медицинского обслуживания.

- Оно в спорте имеет свою специфику, не так ли? Какова эта специфика и как можно охарактеризовать спортивную медицину, чем она отличается от обычной?

- Определений понятия «спортивная медицина» много. Порой они даже противоречивы. Я бы сказал так: это наука, которая изучает медико-биологические аспекты физической культуры и спорта. Это лечение травм и заболеваний, являющихся следствием занятий спортом, определение состояния здоровья, физического развития и уровня функционального состояния спортсменов, изучение влияния физической нагрузки на организм занимающихся, совершенствование и разработка методов функционального исследования и т.д. Любой специалист, занимающийся медико-биологическими проблемами, имеющими отношение к физкультуре и спорту, может отнести себя к специалистам в спортивной медицине.

- А как, на ваш взгляд, спортивная медицина развивается у нас в стране? И есть ли она у нас вообще?

- Нельзя сказать, что в Казахстане нет спортивной медицины. Все-таки спортсменов лечат, тестируют их работоспособность, изучают влияние на их организм различных физических нагрузок. Но не раскрою вам секрета, если скажу, что пока развитие спортивной медицины в Казахстане ещё далеко отстает от ее уровня в Европе, в частности, например, в Германии.

- Чего же нам не хватает, чтобы мы соответствовали развитым странам?

- С кем в первую очередь взаимодействует спортсмен?

Конечно, с врачом команды. Но у нас в Казахстане ни один вуз не выпускает спортивных врачей. Врачи, которые работают в командах, - это, за редким исключением, терапевты или другие специалисты, но только не спортивные врачи. Это потом они идут работать во врачебно-физкультурный диспансер, ДЮСШ, в какую-нибудь команду, где наберутся опыта работы со спортсменами, пройдут специализацию по спортивной медицине и станут спортивными врачами. То же самое можно сказать и о специалистах по физиологии, диетологии и так далее. Это только одна из проблем спортивной медицины, а есть еще много других.

- И все же нельзя, наверное, сказать, что у нас нет и никогда не было нормальных спортивных врачей?

- Конечно, это не так. В Советском Союзе спортивных врачей выпускали в Тартуском Университете (г. Тарту, Эстония). Выпускники этого вуза работали и в Казахстане, и, надеюсь, работают до сих пор. С развалом Советского Союза этот центр оказался за рубежом. Следует сказать, что есть врачи, которые не оканчивали этот университет, но, тем не менее, стали хорошими специалистами. Конечно, в основном благодаря их личному интересу к спортивной медицине и их упорному труду. В нашей стране нужно решить эту проблему и наладить подготовку врачей для спорта, как это сделали на Украине. Сейчас в Национальном университете физического воспитания и спорта Украины выпускают спортивных врачей.

- А в Университете имени Лесгафта в Санкт-Петербурге разве не готовят врачей?

- Нет, в этом старейшем физкультурном учебном заведении спортивная медицина преподается как предмет, а врачей там не выпускают. Университет готовит преподавателей физической культуры, тренеров, научно-педагогических работников. Но спортивная медицина - это не только врачи. Медико-биологическими вопросами физической культуры и спорта занимаются люди и других специальностей. Это физиологи, биохимики, диетологи.

- И есть ли такие специалисты в Казахстане?

- Есть, но мало. Во времена Советского Союза крупные научные и образовательные центры в области физической культуры и спорта располагались в России. Это такие, как Всесоюзный научно-исследовательский институт физической культуры (ВНИИФК),

Государственный центральный Ордена Ленина институт физической культуры (ГЦОЛИФК), Университет имени П.Ф.Лесгафта. И людям, желающим получить хорошее образование и серьезно заниматься наукой в области спорта, необходимо было ехать в Россию. Нам сейчас в суверенном Казахстане нужно создавать свои научно-образовательные центры.

- Что же конкретно нужно для этого делать, с чего начать?

- Я думаю, необходимо наладить подготовку спортивных врачей и создать условия для работы имеющимся специалистам в области спорта. А затем нужно думать о развитии спортивной науки, подготовке высококвалифицированных научных кадров, тренеров в Казахстане.

- Наверное, для этого надо пригласить специалистов из-за рубежа?

- Если приглашать в качестве спортивных врачей, тренеров, то это будет обходиться очень дорого, хорошие специалисты в Казахстан поедут только за большие деньги. А вот для проведения семинаров, консультаций, чтения лекций их можно приглашать. Нам нужно готовить своих высококвалифицированных специалистов, которые будут конкурентоспособны не только в Казахстане, но и за рубежом. Не стоит забывать, что хорошим специалистам нужны условия для работы. Иначе они будут работать там, где создаются эти условия, то есть за рубежом. Поэтому об этом тоже нужно думать уже сейчас.

- Мы говорим о планах, а что уже сейчас делается в вашей федерации?

- Федерация проводит большую работу по улучшению медицинского обслуживания и научного сопровождения тренировочного процесса. Самое главное, есть понимание со стороны руководства нашей федерации, главного тренера Мырзагали Айтжанова, что без качественной спортивной медицины и спортивной науки невозможен рост спортивных результатов. Как я уже сказал, во всех четырех сборных командах работают врачи. Закупаются все необходимые медикаменты и биологически активные добавки. При основной сборной команде создана комплексная научная группа в лице врача, психолога и биохимика. Специалисты обеспечены необходимым оборудованием: биохимическими анализаторами, кардиомониторами, лактометрами. Много аппаратуры находится на стадии закупки. Теперь ставится задача создать такие группы и в остальных командах. В Астане создается новая спортивная

база. Она будет располагать, помимо хороших условий для тренировок, медицинским отделением с физиотерапевтическим кабинетом и диагностическим отделением с самой современной аппаратурой. Такого рода центров в Казахстане пока нет. Под Алматы в поселке Новоалексеевка на Олимпийской базе по боксу ведется работа по реконструкции и улучшению материально-технической базы, созданию условий не только для тренировки, восстановления спортсменов, но и для подготовки тренерских кадров. Федерация делает все, чтобы повысить уровень бокса в Казахстане.

- Где вы находите специалистов для работы в федерации бокса?

- Это очень серьезный, наверно, один из основных вопросов. Можно построить базы, закупить оборудование, но без хороших кадров невозможно поставить дело. Все специалисты, которые у нас работают, - это не случайные люди. Мы прикладываем большие усилия, чтобы найти хороших специалистов в Казахстане. По мере развития спортивных центров нам еще потребуются спортивные врачи, психологи, диетологи, кардиологи-функционалисты, физиотерапевты, физиологи, биохимики. Планируем приглашать ведущих специалистов из-за рубежа для консультирования наших специалистов, проведения семинаров.

- А как идет работа на международном уровне, есть ли наши представители в медицинских комиссиях международных федераций?

- Сейчас под руководством вице-президента Казахстанской федерации бокса Д.Ж.Сарсенова координатор по международным связям Азиз Кожамбетов проводит большую работу по введению представителя Казахстана в состав медицинской комиссии Азиатской Конфедерации бокса. При проведении допинг-контроля на Чемпионате Азии среди женщин в Астане в мае этого года мы работали в тесном взаимодействии с членами этой комиссии. Хочу сказать, что, несмотря на хорошую оценку работы наших врачей, они очень многому научились у своих зарубежных коллег. И, думаю, работа представителя Казахстана в составе международной комиссии даст большой толчок развитию спортивной медицины, как в боксе, так и в других видах спорта.

- Остается пожелать успехов во всех ваших начинаниях и побольше золотых медалей нашим боксерам!

- Спасибо.



Бодрит и лечит «Алатау»
Алатау, как известно, означает «несстрые горы». В отношении известнейшего санатория близ Алматы это название очень точно передает горную высоту и ланки элитного курорта и несстрое разнообразие медицинских и СПА-услуг, европейского комфорта и природных азиатских красот.

Всего лишь в нескольких минутах езды по трассе бурлит-кипит жизнь мегаполиса. А здесь покой, умиротворение, зелень елей и берез, чистейший напоенный хвоей и цветами воздух, вольготно гуляющие фазаны и прыгающие с ветки на ветку белки, тихий пруд и аккуратные поля для гольфа. А над деревьями нарядная архитектура корпусов, когда-то доступных в основном только для партийной элиты.

Вот с этого погружения в тишину

и чистоту матушки-природы и начинается отдых. А релакс в курортном лечении занимает едва ли не главенствующую роль. Впрочем, расслабиться можно и нужно в многочисленных отделениях санатория, где предоставляются разнообразные технологии лечения, восстановления и профилактики большого спектра болезней. За 25 лет деятельности здесь накоплен огромный опыт и создана мощнейшая база реабилитации; при этом количество услуг все время увеличивается за счет внедрения новых методик. Участником

строительства и бессменным главным врачом «Алатау» является доктор медицинских наук, профессор, заслуженный врач республики, кавалер казахстанских орденов «Курмет», «Парасат» и ордена «Дружба» Российской Федерации Оразгельды Туктибаев. Имевший опыт работы в санатории «Сары-Агаш», он сумел вместе с коллективом пройти непростые перестроечные годы и не только сохранить, но и сделать обновленной и современной бывшую партийную здравницу. Большим плюсом этого курорта

является то, что человек, приехав в санаторий, может пройти полное диагностическое обследование параллельно с уже начавшимся лечением.

В лечебно-диагностическом отделении санатория есть клиничко-биохимическая, иммунологическая и бактериологическая лаборатории, кабинет эндоскопического исследования для проведения ФГС и ФКС, кабинет УЗИ и функциональной диагностики, рентген-кабинет, проводятся консультации узких специалистов: уролога, гинеколога, невропатолога, эндокринолога, гастроэнтеролога, лор, стоматолога пародонтолога, стоматолога ортопеда.

Конечно, чаще всего сюда приезжают пациенты с готовыми диагнозами или с таким распространенным сегодня синдромом хронической усталости. И здесь их ждут те процедуры, методики и технологии, которые составляют философию курорта. Лечение природой, красивыми пейзажами, природными факторами - минеральной водой, лечебной грязью восстанавливает нормальное физическое и психическое здоровье. Для современного человека - с

его скоростным ритмом жизни, экологическими условиями, использованием компьютера, телефонов, телевизоров, Интернета, автомобилями и вечными стрессами - это особенно важно. Все эти неблагоприятные факторы приводят к снижению всех физиологических функций, возникает усталость, проблемы с сердцем, позвоночником и другие недуги. И тут на помощь приходит природа, из которой человек когда-то вышел.

- В 1984 году здесь пробурили две скважины с минеральной водой, - рассказывает главный врач санатория Оразгельди Туктибаев.

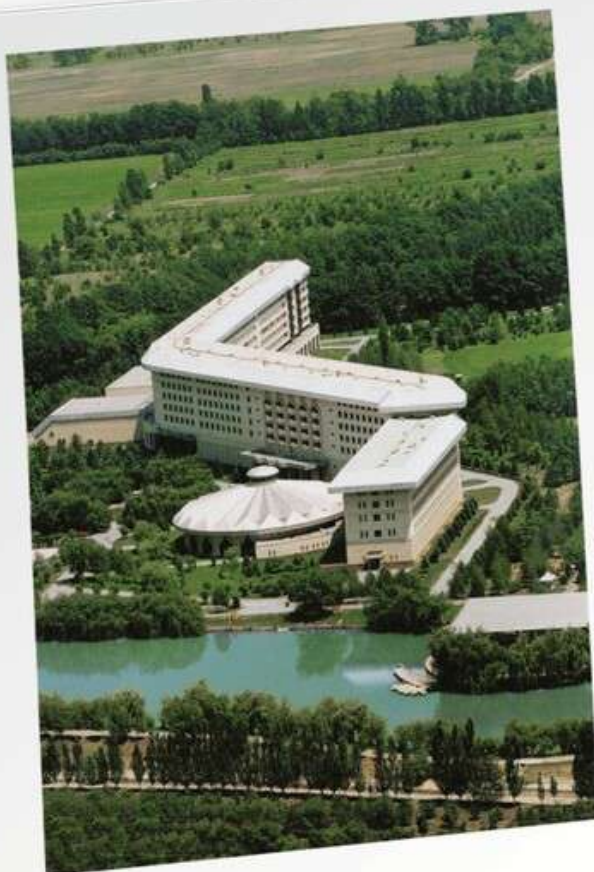
- По составу она оказалась лечебной - средней минерализации, высокотермальной, хлоридно-натриево-кальциевой, с лечебным содержанием органических кислот и лечебной газовой составляющей. Продиагностировав воду из источников, специалисты определили, что она идеально подходит для лечения суставов и позвоночника, органов пищеварения, гинекологии и урологии, при заболеваниях кожи. Используют ее в «Алатау» для наружного применения в виде минеральных ванн, и для

внутреннего применения - в виде кишечных орошений, ингаляций, промывания желчного пузыря и для питьевого лечения. И вот уже четверть века этот лечебный источник не иссякает, исцеляя сотни и тысячи людей.

Модное нынче слово СПА вполне применимо к водным процедурам санатория. В водолечебнице «Алатау» установлены многофункциональные ванны, души, кабинеты подводного массажа, вихревые, контрастные и гидрогальванические ванны. Минеральные ванны, насыщенные кислородом, углекислый газом, иодобромом дают успокаивающий, расслабляющий эффект и лечат все те заболевания, которые мы уже упомянули. Наряду с ваннами в лечении используются 15 гидрокомплексов - это различные сочетания душей, контрастных ванн, подводного душа массажа, сауны, укутываний.

А главной «фишкой» санатория в последние годы стали фитобочка из алтайского края, соляная шахта, лимфодренаж и ещё ряд процедур. Уникальна и используемая в здешних процедурах лечебная

Лечение природой, красивыми пейзажами, природными факторами - минеральной водой, лечебной грязью восстанавливает нормальное физическое и психическое здоровье.





Желающие снизить вес, скорректировать фигуру также найдут здесь все необходимые технологии. В этом помогут фитнес, диета, бассейн, финская и аромасауна, грязевое и шоколадное обертывание, массаж.

грязь. Ее привозят с озера Тузколь и используют в виде аппликаций, компрессов, электрофореза, местных грязевых болтушек и тампонов. Грязь относится к группе высокоминерализированной иловой сульфидной грязи и по своим физическим и химическим свойствам соответствует всем требованиям, которые предъявляются к этому природному «лекарю». С ее помощью лечат многие заболевания, в том числе заболевания позвоночника и суставы при этом эффективность лечения достигает 100%, особенно, если пациенты приезжают к нам ежегодно, в течение многих лет. Широко применяется она при мужском и женском бесплодии. Можно, находясь в санатории, зайти в шахту. Это соляная шахта - комната для лечения заболеваний органов дыхания, таких, как риниты, в том числе аллергические, бронхиты, тонзиллиты, воспаления легких. А здешние знаменитые кислородные коктейли! Приготовленные с помощью кислорода на основе яблочного, виноградного сока, отвара корня солодки с помощью коктейлера привезенного из Германии быстро повышает тонус, иммунитет, способствует быстрейшему выздоровлению и восстановлению организма. Наверное, очень важно, что все лечение здесь ненавязчиво,

неагрессивно. Медикаментозная терапия применяется тоже, но в сочетании с расслабляющим и восстанавливающим физио- и другим лечением. Кроме того, весь персонал все свои усилия направляет на то, чтобы не было никаких очередей в кабинеты, чтобы пациенты не мешали друг другу, чтобы лечение превращалось в приятное времяпрепровождение. Для этого применяется специальная компьютерная программа отпуска процедур, в которой на каждого пациента закладывается план лечения с указанием кабинета и времени. Там его ждут, а ему ждать не приходится! Желающие снизить вес, скорректировать фигуру также найдут здесь все необходимые технологии. В этом помогут фитнес, диета, бассейн, финская и аромасауна, грязевое и шоколадное обертывание, массаж. Многим нравятся процедуры лимфодренажа - это одна из последних технологий, способствующая улучшению циркуляции крови. Кстати, здесь эта востребованная нынче процедура стоит в десять раз дешевле, чем в городских клиниках. Но первую скрипку в лечении пациентов играет врач-терапевт, курортолог, реабилитолог, его можно назвать по разному, но именно он курирует пациента с

первой минуты приезда в «Алатау» и координирует весь лечебный процесс. Это многопрофильный доктор, он должен быть высококвалифицированным врачом - общей практики, который знает как организовать отдых и лечение и беременной женщине, приехавшей набраться сил и здоровья перед ответственным моментом в своей жизни - рождением ребенка, и ребенку, приехавшему с родителями оздоровиться и повысить свой иммунитет в период школьных каникул, и пожилым людям, и чиновнику, и бизнесмену, находящимся 24 часа в сутки в различных стрессовых ситуациях, и как следствие, имеющих «букет» различных заболеваний в сочетании с гиподинамией, плохим сном, синдромом хронической усталости. В санатории «Алатау», как и должно быть, лечат не болезнь, а больного, с комплексом всех его соматических заболеваний. И наш доктор должен так построить лечение, чтобы за 10-14 дней больной получил все возможное для полного восстановления - говорит Оразгельды Беденович. Кстати, реабилитация после стационарного лечения - тоже прерогатива санатория. У нас пока нет реабилитационных центров и после выписки из стационаров



больным практически негде пройти восстановление. И поэтому многие после хирургических вмешательств на органах брюшной полости, суставах и позвоночнике, операции на сердце приезжают в «Алатау». Здесь занимаются реабилитацией после перенесенной пневмонии, инфаркта миокарда, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки и т.д. А еще в «Алатау» умеют сочетать ресторанное питание с диетическим. Как это было принято раньше, здесь разрабатываются различные диетические столы, показанные при тех или иных заболеваниях. К примеру, после удаления желудка или желчного пузыря, для лечения ожирения и так далее.

В санатории всегда рады инновациям и стараются применять все то новое, что появляется в медицинской науке и практике. Вот и сейчас здесь несколько комнат отданы под использование в восстановлении здоровья человека электромагнитного поля земли. Это японская технология, используется в НАСА, специалистами по космической медицине. Суть ее в том, что комната, где живет пациент, оборудована системой «здорового сна» (одеяло, подушка, матрас - этот комплекс создает «магнитный кокон» во время сна), ионизатором воздуха (система «горный воздух»), системой оптимизации воды микроэлементами и магнитным полем гравитационной постоянной земли. Семь-восемь часов отдыха в такой комнате восстанавливают естественное электромагнитное поле человека, что улучшает общее состояние, помогает справиться с хроническими

недугами, восстанавливает сон, биополе самого человека. Несколько лет назад на радость детям и взрослым на базе бассейна санатория открылся первый в республике крытый аквапарк. Разнообразные водные аттракционы доставляют огромное удовольствие всем посетителям и также имеют лечебный и восстановительный эффект. Можно прокатиться по бурной реке, попробовать сложные и среднесложные спуски для любителей экстрима, есть бассейны с гидромассажем, волнодел, водный и воздушный гейзеры, каскадный водопад и бассейн с горками для малышей. А в двадцатичетырехметровом бассейне можно получить хорошую физическую нагрузку.

Любители гольфа могут получить удовольствие от игры на поле первого в стране гольф-клуба «Нуртау». Открытие в 1996 году первого девятилуночного поля

по всем мировым стандартам положило начало развитию гольфа в Казахстане. Сегодня поле имеет 18 лунок и протяженность 3503 ярда. Здесь проводятся международные турниры, и казахстанские любители этой удивительно захватывающей игры могут и наблюдать, и участвовать в соревнованиях. Это место, где тенистые аллеи, яркие цветники летом и буйство красных и желтых красок в осенние дни, неслучайно выбирается для проведения международных конференций, семинаров, встреч. И уже несколько лет здесь у причудливой ротонды звучат любимые мелодии на ретрофестивале «Алматы - моя первая любовь». Такой же любовью для алмаатинцев и гостей нашего города и страны стал и сам санаторий «Алатау», где отдыхает душа и врачует тело.

Алия Джапарова



Иппотерапия – лечение с удовольствием

Преданность, уважение, восхищение и сочувствие – подобный букет чувств мне пришлось испытать недавно. Объектом столь ярких эмоций была... лошадь. Это домашнее животное не просто друг и помощник человека, но и лекарь его душевных и физических недугов. Источник хорошего самочувствия и настроения. В Центральной Азии к лошадям отношение особенное. Они издавна занимали значимое место в жизни кочевника. Лошадь – «орел» нашего герба и символ самоотверженного служения.

Оксана Моторкина

Мой путь к пониманию сути отношений человека и лошади вел через горные склоны на ипподром спортивно-оздоровительного комплекса Ак-булак. Огромное плато, где стоят конюшни и резвятся лошади, похоже на широкое поле. Дух захватывает от его красоты. Конечно, можно было отыскать в справочнике необходимую информацию о занятиях верховой ездой и этим ограничиться, но я решила пойти экспериментальным путем. Как приятно после трудовой недели сменить стул на седло и почувствовать себя смелой наездницей. Опытный жокей предупредила: «Лошади очень чувствительные и умные животные. Они прекрасно знают, кто умеет ездить, а кто нет, и в последнем случае могут не выполнять команд. Если же всадник более опытный, лошадь ведет себя податливо». Клянусь копытами Разгула (моего коня для лечебной прогулки),

болезни лечатся на ипподроме только с предписания врача и под строгим его наблюдением. Во время лечения пациент должен ухаживать за животным, кормить его. Общение с лошадью, как с любым другим животным, помогает человеку развивать коммуникативные навыки. Это способствует более лёгкой интеграции в общество. Успехи в верховой езде формируют личность. Умение управлять лошадью даёт новые навыки, чуткость к движениям лошади тренирует реакцию, а доверие к лошади распространяется на доверие к людям. Но и сама по себе верховая езда является уникальным лечебным средством. Занятия лечебной верховой ездой благотворно влияют на организм, нормализуя деятельность центральной нервной, сердечнососудистой и пищеварительной систем, при остеохондрозе, умственной отсталости и многих других физических и душевных недугах. Движение - это жизнь, а движения на свежем воздухе стимулируют выздоровление еще лучше.

всадника, а это очень важно при лечении речевых расстройств у детей. Крупный скакун передает всаднику за минуту около 110 колебательных импульсов! Движения мышц спины лошади оказывают на всадника массирующее и разогревающее действие. Температура тела лошади на полтора градуса выше, чем у человека. Это тепло, воздействуя на мышцы ног и органы малого таза всадника, усиливает кровоток в конечностях. Кататься на лошади оказалось не только полезным, но и по-весеннему приятным занятием. После пребывания на свежем воздухе улучшилось мое самочувствие и настроение. Я ощутила гибкость и свободу тела, насладились звенящей тишиной, манящими горизонтами. Общения людей с лошадьми, познание природы и сущности этих великолепных животных - очень полезное занятие не только для детей, но и для взрослых. Иппотерапия - это возвращение к природе, ясности и простоте, ощущениям, таким необходимым человеку третьего тысячелетия.

Занятия лечебной верховой ездой благотворно влияют на организм, нормализуя деятельность центральной нервной, сердечнососудистой и пищеварительной систем, при остеохондрозе, умственной отсталости и многих других физических и душевных недугах.

мне было и страшно, и жалко кататься на этом свободолюбивом животном. Но в соответствии с экспериментом я прилежно каталась и наблюдала за процессом. Первый круг Разгул шел не испанским, но, все же, бодрым шагом. Я отпустила уздечку и предоставила ему максимум свободы. Во втором круге сказала моя неопытность: конь убавил резвости и стал упорно поглядывать в сторону конюшни. Наконец, завершив прогулку, я отвела его в загон. Там Разгул взглянул на меня с какой-то грустью в глазах. Жокей, улыбнувшись, сказала: «Ему подобные прогулки нравятся, потому что после проделанной работы он получает подарки, похвалу и ласку».

Как справедливо заметил писатель Морис Метерлинк: «Дойдя в жизни до известной полосы, начинаешь испытывать больше радости, говоря справедливые вещи, чем поразительные». Иппотерапия, поразительна тем, что с ее помощью детей, страдающих тяжелыми, практически неизлечимыми заболеваниями, в борьбе с которыми традиционная медицина оказывается бессильной (детский церебральный паралич, олигофрения (синдром Дауна), ранний детский аутизм). Сразу следует подчеркнуть, что такие

Насыщение организма кислородом очень плодотворно влияет на состояние кожи, помогая как можно дольше сохранить ее молодость. Сидя верхом на лошади, человек удерживая равновесие, тренирует координацию и осанку. Одновременно тренируя мускулатуру и регулируя мышечный тонус, что также максимально увеличивает объем двигательной активности в суставах. Занятия верховой ездой оказывают комплексное позитивное воздействие не только на физическое, но и психо-эмоциональное состояние. Лечебная верховая езда повышает самооценку, уверенность в своих силах. Способствует развитию памяти, внимания, мышления. Занятия на свежем воздухе улучшают кровообращение, что в свою очередь стимулирует работу всего организма. В полную силу начинают работать легкие, мышцы, головной мозг активно обогащается кислородом. Лечебная верховая езда - прекрасное средство для снижения судорожной готовности, уровня сахара в крови у диабетиков. В процессе занятий лечебной верховой ездой участвует замечательный напарник человека - живая лошадь. Ритмичные движения лошади на шаг способствуют восстановлению собственных ритмов

Занятие для настоящих мужчин.

Вы бывали когда-нибудь на байге? Многие из нас ответят утвердительно. Тем более что во все времена, скачки на лошадях для жителей бескрайних степей, были не просто увлечением, но глубокой традицией и смыслом бытия. Это самое популярное состязание в Казахстане. Главное отличие этого серьезного испытания, как для скакуна, так и для лошади, это то, что в байге главное - выносливость. Расстояние, на которые они отправляются в путь - 35 километров. Победителю, традиционно достается автомобиль. Как писал С. Есенин в стихотворении «Сорокоуст»: «Милый, милый, смешной дуралей, ну куда он, куда он гонится? Неужели он не знает, что живых коней. Победила стальная конница». И здесь уже не знаешь, кто победил в этой гонке? Живая лошадь или железный конь. Но все же, как приятно сменить железного коня на живого, со своими чувствами, стремлениями и обернуть бег времени вспять. Ощутить дуновение свежего, весеннего ветерка, обещающего радостные перемены.

Историческая справка.

Еще древние греки заметили, что физические упражнения являются самым эффективным средством поддержания здоровья, физического и эмоционального. Первые упоминания об оздоравливающем воздействии верховой езды содержатся в трудах древнегреческого врача Гиппократ (IV в. до н.э.). Он рассматривал верховую езду как часть гимнастики, содействующую нормализации функций организма и уменьшению последствий от заболеваний, усиливающую защитные реакции и повышающую жизненный тонус. Оксана Моторкина.



В детстве, после серии приступов и десятков обследований ей поставили диагноз - эпилепсия. Ее мама долго не могла придти в себя.

Казалось, что эпилепсия - страшное и неизлечимое заболевание: судороги и пена изо рта. Лечащие неврологи успокоили расстроенную женщину: при системном применении противосудорожных препаратов человек может жить активной и полноценной жизнью. Так и вышло: закончила ВУЗ, получила красный диплом, потом - устроилась инженером на крупное проектное предприятие, в 25 вышла замуж. А потом узнала, что ждет ребенка...

Беременность протекала стабильно, но гинекологи все же посоветовали пройти обследование у врачей-неврологов. Те сказали, что если она последовательно принимает препараты, ей можно рожать и не волноваться. Однако она настояла на более подробном исследовании. Результаты электроэнцефалограммы не показали особенных патологий в работе головного мозга, а вот МРТ (магнитно-резонансная томограмма) поставила неврологов в тупик. И вот, она сидит в кабинете и смотрит на недоуменные лица врачей. В конце концов, она не выдержала и подошла к собравшемуся над ее снимком мини-консилиуму:

- Что происходит? Со мной что-то не так?
- Ммм..., - врач потупил взгляд, - понимаете, как бы вам это сказать. В общем, у вас отсутствует фрагмент

Загадки природы

Врач, нахмутив брови, долго изучал магнитно-резонансную томограмму ее мозга. Отрывал взгляд от снимка, внимательно смотрел на пациентку, а потом опять, удивленно, на результаты анализов. Молча вышел из кабинета, позвал еще нескольких неврологов. Доктора долго спорили и совещались. На какое-то мгновение ей стало страшно: и почему они спорят? Не хватало еще осложнений заболевания, да еще и во время беременности. Но что-то явно происходило...

мозга. Если быть точным - две трети лобной области левого полушария. Его просто нет. Возможно, никогда и не было.

«Вот тебе и приехали... Эпилепсия, беременность, еще и «безмозглая» оказалась,» - подумала она.

- Но у меня ведь нет никаких особенных отклонений! Память и мышление в норме, двигаюсь я активно, занимаюсь спортом. Это как-то отразится на здоровье моего малыша?

После этого специалисты провели ряд обследований. Оказалось, что отсутствие фрагмента мозга - приобретенная аномалия. По статистике, люди с подобными отклонениями либо погибают в младенчестве, либо навсегда остаются инвалидами. Однако ее случай оказался уникальным. Отсутствие фрагмента мозга не повлияло на его функциональность. Организм смог скомпенсировать этот недостаток. Единственным проявлением недуга оказались приступы эпилепсии. На умственные способности и дальнейшую жизнеспособность отсутствие фрагмента мозга также не повлияло.

- Не переживайте, - успокоил доктор, - с вами все в порядке, вы можете рожать и продолжать жить своей обычной жизнью. Главное - не забывайте, как и прежде, принимать противосудорожные препараты. Вашей жизни ничего не угрожает. Ведь даже Эйнштейн использовал всего 10% ресурсов собственного мозга. Обычные люди и одного процента возможностей своего мозга полостью не используют. Это все равно, что возить в кузове КАМАЗа

стакан песка. Так что, использовать 100 % вещества мозга нет необходимости. И если твоя голова отлично работает вне зависимости от объема мозга, значит, с тобой все в порядке.

Комментарий специалиста

Сергей Викторович Савинов, семейный врач, директор лаборатории изучения эпилепсии, головной боли, судорожных состояний и семейного мониторинга имени В.М. Савинова, председатель общественного объединения «SVS NEVRO»:

«Наш мозг - удивительное творение! Он обладает поистине колоссальными способностями и возможностью компенсации утраченных функций! В самом начале нашего развития, на стадии эмбриона, наша нервная система состоит всего из нескольких клеток. В процессе развития из них получается нервная пластинка, которая скручивается в трубочку. И уже из этой трубочки формируется как головной, так и спинной мозг. Но в мозгу не все однородно, как в камне или мышцах. Каждый отдел, каждая клетка отвечает за свою функцию. И, казалось бы, погибни или не сформируйся та или иная клетка - все, человек становится инвалидом! Но природа наделила нас механизмом восстановления и возможностью дублирования функций другими отделами и клетками. Это особенно заметно, когда с ребенком, у которого произошли подобные изменения, очень хорошо работают врачи, родители, воспитатели и педагоги. Мы довольно часто видим

разрушения в головном мозге, которые по всем канонам должны привести к ужасным последствиям. Но вмешивается мать-природа и ее помощники врачи, и результат меняется до неузнаваемости.

Однажды к нам пришла пациентка с жалобами на редкие судороги в период, когда она не принимает лекарства. Кроме того, она была на 6 месяце беременности. Для выдачи справки о состоянии здоровья роженицы мы назначили ей обследование. На электроэнцефалограмме почти не было грубой патологии. И каково же было наше удивление после того, как мы увидели ее снимки МРТ: оказалось, что почти треть ее мозга отсутствует!

Позже, мы выяснили, что в момент рождения она перенесла родовую травму. Объяснить то, что девочка не стала при этом инвалидом можно только одним: грамотным отношением тех, кто принимал роды. В момент рождения, акушеры вовремя определили, что у новорожденного произошло кровоизлияние в мозг. Лечить стали незамедлительно. Помогло грамотное отношение ее мамы и врачей, которые вели этого ребенка в последующем. В результате мозг скомпенсировал деформацию. Та часть, которая погибла, передала свои функции той части, которая осталась. Сегодня, жизнь этой пациентки несколько не отличается от нашей с вами. Такие, вот, «загадки природы».

Алия Исенова

Распространение:

Наши партнеры:

- АО «Дочерняя страховая компания Народного банка Казахстана «Халык-Казахинстрах»;
- АО «Страховая компания «Казкоммерц-Полис»
- АО «Дочерняя компания «БанкТуранАлем» «БТА Забота»
- АО «Страховая компания «Аманат Иншуранс»
- АО «Страховая компания «Альянс Полис»
- АО «Страховая компания «Номад Иншуранс»
- АО «Страховая компания «Сентрас Иншуранс»
- АО «Страховая компания «Аско»
- АО «Страховая компания «Сая»
- АО «Страховая компания «Пана Иншуранс»
- АО «Страховая компания «НурПолис»
- АО «Страховая компания «Алатау»

Наши клиенты:

- АО «Фонд национального благосостояния «Самрук-Казына»
- АО «Национальная компания «КазМунайГаз»
- АО «KAZENERGY»
- АО «Разведка Добыча «КазМунайГаз»
- АО «КазТрансОйл»
- ТД «КазМунайГаз»
- АО МНК «КазМунайТениз»
- АО «КазахОйлАктобе»
- АО «СНПС «Актобе МунайГаз»
- Казахстанские филиалы «ЛУКОЙЛ Оверсиз»
- Филиал «Би Джи Интернэшнл Лимитед»
- АО «КазМунайГаз Өнімдері»
- АО «Национальная компания «КазахстанТемирЖолы»
- АО «Пассажирские перевозки»
- АО «Ульбинский металлургический завод»
- АО НАК «Казатомпром»
- АО «Кегок»
- АО «Павлодарский нефтехимический завод»
- АО «Казкоммерцбанк»
- АО «КазСтройСервис»
- АО «Каспийнефть ТМЕ»
- АО «ТенизСервис»
- ПФ «Озенмунайгаз» АО «Разведка Добыча «КазМунайГаз»
- ПФ «Эмбамунайгаз» АО «Разведка Добыча «КазМунайГаз»
- АО «Интергаз Центральная Азия»

Распространение более чем в 300 лечебных учреждениях: научные центры и исследовательские институты, медицинские центры, стоматологические клиники и аптечные учреждения по всей территории Казахстана.

Распространение по торговой сети «KAZ PRESS», с приоритетной выкладкой.

По вопросам размещения рекламы обращаться:

тел.: +7 (727) 264 45 71, +7 701 999 3657

kydyrbayeva.kazenergy@gmail.com

Забота о здоровье нации

Единый дистрибьютор создан в целях повышения устойчивости и конкурентоспособности фармацевтической отрасли Республики Казахстан, развития фармацевтической промышленности путем консолидации государственных закупок лекарственных средств.

г.Астана, Коргалджинское шоссе, 2А,
тел.: +7 7172 79-15-54
www.sk-pharma.kz



Задачи «СК-Фармация»:

- Предоставление преференций отечественным производителям;
- Централизация закупок ЛС и ИМН, закупаемых за счет бюджетных средств в рамках ГОБМП (гарантированного объема бесплатной медицинской помощи);
- Создание эффективной транспортно-логистической инфраструктуры;
- Создание единой автоматизированной информационной системы планирования закупок и контроля поставок ЛС;
- Внедрение стандартов надлежащих практик закупок лекарственных средств (GMP);
- Повышение эффективности планирования потребностей организациями здравоохранения