

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Помочь КАЖДОМУ

Такую непростую задачу ставит перед собой коллектив нового аптечного предприятия, которое открылось в районе Чертаново Северное в конце прошлого года.

Для удобства жителей Чертанова аптечный пункт работает круглосуточно, как и другие предприятия этой сети. На его прилавках представлено свыше 5000 наименований товаров, в числе которых эффективные лекарственные средства от различных заболеваний, витамины, иммуномодуляторы, биологически активные добавки, гомеопатические препараты, лекарственные травы (настойки, сборы и чаи), парафармацевтическая продукция (лечебная косметика, гигиенические товары, парфюмерно-косметические средства для ежедневного ухода, товары для мам и малышей), бытовая медтехника (тонометры, глюкометры), предметы для ухода за лежачими больными и др.

Здесь можно приобрести все необходимые лекарства. А если нужного препарата нет в наличии, он может быть доставлен в аптеку по индивидуальному заказу в течение суток (при наличии разрешения на его поставку в Россию). Все товары сертифицированы и доставляются в аптеку надежными фармацевтическими компаниями. Здесь ежедневно производится посерийный контроль препаратов из всего ассортимента аптеки, чтобы исключить возможность поступления в продажу контрафактной продукции.

Держателям Социальной карты москвича на все товары аптеки предоставляется скидка 5%. При оплате покупки принимаются банковские карты. Планируется организовать бесплатное измерение артериального давления.

Приходите в любое время суток, и Вы убедитесь, что здесь рады каждому! Аптека расположена по адресу: ул. Кировоградская, д. 4, корп. 3А. Телефон (495) 979-28-30, сайт: www.apteka024.ru

Держателям Социальной карты москвича на все товары аптеки предоставляется скидка 5%. При оплате покупки принимаются банковские карты. Планируется организовать бесплатное измерение артериального давления.

Приходите в любое время суток, и Вы убедитесь, что здесь рады каждому! Аптека расположена по адресу: ул. Кировоградская, д. 4, корп. 3А. Телефон (495) 979-28-30, сайт: www.apteka024.ru

Держателям Социальной карты москвича на все товары аптеки предоставляется скидка 5%. При оплате покупки принимаются банковские карты. Планируется организовать бесплатное измерение артериального давления.

Приходите в любое время суток, и Вы убедитесь, что здесь рады каждому! Аптека расположена по адресу: ул. Кировоградская, д. 4, корп. 3А. Телефон (495) 979-28-30, сайт: www.apteka024.ru

Держателям Социальной карты москвича на все товары аптеки предоставляется скидка 5%. При оплате покупки принимаются банковские карты. Планируется организовать бесплатное измерение артериального давления.



Прислушайтесь К СЕБЕ!

В какой степени наше здоровье зависит от того, что именно и в каких количествах мы едим и пьем? Этот вопрос сегодня волнует многих. Но с реальным вредом от неправильного питания приходится сталкиваться, прежде всего, специалистам, которые занимаются диагностикой и лечением заболеваний желудочно-кишечного тракта (ЖКТ). О том, как предотвратить подобные проблемы, мы беседуем с опытным врачом гастроэнтерологом из медцентра «А-Линия» Ю. И. БОРОДАЕВЫМ.

— Юрий Иванович, в каком возрасте чаще всего болезни ЖКТ дают о себе знать?

— К сожалению, это не так. Сегодня свыше 80% московских школьников страдают различными хроническими заболеваниями, и у многих из них наблюдаются серьезные нарушения в работе органов пищеварения. Этому способствуют нервные и физические перегрузки, стрессы, а также неправильное питание. Рацион школьного питания в последнее время тщательно контролируется, но не все дети его получают, заменяя полноценные завтраки и обеды чипсами, «Фантой», «Сникерсами» и другим продуктом фаст-фуда, которые наносят большой вред детскому организму. Дома школьники тоже чаще всего предоставлены сами себе и питаются, в основном, всухомятку. Вот и получается, что к двадцати годам у многих молодых людей проявляются серьезные заболевания ЖКТ — такие, как гастрит, язва желудка и др.

— Что можно отнести к факторам риска, способствующим воз-

никновению желудочно-кишечных заболеваний в столь юном возрасте?

— Большую роль здесь играет наследственный фактор (если кто-то в семье страдает гастритом или язвенной болезнью), а также склонность к аллергии. Ну и, безусловно, пагубное воздействие на ЖКТ оказывает неправильное питание (частое употребление слишком горячей или очень холодной пищи, привычка редко есть и сильно наедаться, увлечение сладкими газированными напитками, злоупотребление жирной, копченой, острой пищей и консервами, недостаток жидкости в дневном рационе). Положение усугубляется из-за пристрастия к алкоголю, курению и малоподвижному образу жизни.

— Какие симптомы указывают на то, что пора обратиться за консультацией к гастроэнтерологу?

— Тревожные симптомы могут быть разными. Иногда о проблемах с органами пищеварения может говорить даже постоянно повышенный (независимо от количества съеденной пищи) аппетит. Это бывает при повышенной кислотности, когда организм пытается рефлекторно погасить с помощью пищи действие соля-



ной кислоты из желудка. Нельзя оставлять без внимания такой симптом, как изжога. Попытки избавиться от нее с помощью быстродействующих препаратов или, того хуже, разведенной в воде соды, лишь на время приносят облегчение, которое может обернуться еще большим выбросом кислоты и ожогом слизистой пищевода — таков результат самолечения. Среди признаков, указывающих на проблемы с ЖКТ, часто возникают: расстройство стула, отрыжка, горечь во рту, икота, метеоризм, боль в левом или в правом подреберье при физической нагрузке. Пусковым механизмом многих заболеваний является дисбактериоз.

— Может ли диета навредить здоровью?

— В последнее время все чаще приходится сталкиваться с результатами неразумных экспериментов над собой, на которые решаются желающие быстро похудеть или нарастить мышечную массу. Без консультации врача и предварительного обследования заниматься этим опасно для здоровья. Задача доктора объяснить, какой должна быть диета, которая не навредит организму. А бесконтрольные попытки заменить полноценную пищу так называемым спортивным питанием

или искусственно снизить аппетит с помощью препаратов для похудения, могут закончиться серьезными заболеваниями. Даже снижая калорийность питания, нужно выбирать то, от чего организму хорошо, стараться принимать пищу малыми дозами, но часто. Главное — не переусердствовать, во всем должна быть золотая середина.

— Как часто нужно посещать врача и проверять, в порядке ли органы пищеварения?

— Не реже, чем один раз в полгода. Это послужит профилактике онкологических заболеваний, выявлению их на ранних стадиях и успешному лечению. Время не всегда лечит, часто оно работает против нас. А потому не стоит его упускать, давая возможность развиваться болезни, которая в первые месяцы ничем себя не проявляет, но может быть выявлена с помощью современного диагностического оборудования. Прислушайтесь к себе и обратитесь к врачу, пока не поздно! В нашем медцентре есть все необходимое для проведения диагностики заболеваний ЖКТ.

Медицинский центр «А-Линия»: ул. Кировоградская, д. 24 (новый дом), запись по телефону 315-26-18, www.aliniya.com

У душевнобольных появятся персональные помощники

Недавно в Москве было принято решение об организации патронатной службы для работы на дому с инвалидами, страдающими психическими заболеваниями.

В беседе с журналистами заместитель мэра Москвы по социальной политике Людмила Швецова сообщила, что с 1 февраля начнут свою работу патронажные отделения для оказания в домашних условиях медико-социальной помощи гражданам с психическими расстройствами. Такие подразделения создаются на базе трех психоневрологических интернатов. Один из них — ПНИ № 30 — расположен в районе Чертаново Центральное по адресу: ул. Днепротетовская, д. 14 (директор — Н. В. Тарасов).

В отличие от социальных работников, которые помогают людям с ограничениями жизнедеятельности на бытовом уровне, персональные помощники из штата психоневрологического интерната будут не только оказывать необходимые медицинские услуги, но и помогать в решении различных вопросов, связанных с общественной жизнью инвалидов в мегаполисе. Как стало известно редакции, пока что патронатным обслуживанием на дому специалистами ПНИ № 30 смогут воспользоваться 50 инвалидов с психическими расстройствами из района Чертаново Северное, Чертаново Центральное и Чертаново Южное.

Центре социальной реабилитации детей-инвалидов и детей с ограничениями жизнедеятельности «Нагатинно-Садовники», где уже сегодня реализуются программы надомного сопровождения и социального патронажа детей-инвалидов (в том числе с психическими расстройствами) и членов их семей. В дальнейшем планируется организовать мобильные бригады, «предоставляющие инвалидам и другим лицам с ограничениями жизнедеятельности услуги по реабилитации средствами адаптивной физической культуры на дому».

Цель проекта столичного Департамента социальной защиты по созданию службы пер-

сональных помощников, как подчеркнула заместитель мэра, — «организация комплекса мер, обеспечивающих оперативный доступ лиц с тяжелыми ограничениями жизнедеятельности, в том числе с нарушениями интеллекта, к реабилитационным и иным услугам». Людмила Швецова уверена, что это поможет активнее развивать различные формы трудовой занятости инвалидов, в том числе и по психическим заболеваниям, в особенности для молодых людей».

Николай СЕМЕНОВ
При подготовке статьи использованы материалы РИА «Новости» (www.rian.ru)

Медцентр «ВАШ ЛЮБИМЫЙ ДОКТОР»

ЛЕЧЕНИЕ БОЛИ БЕЗ ЛЕКАРСТВ МЕТОДОМ УДАРНО-ВОЛНОВОЙ ТЕРАПИИ

на швейцарском оборудовании «Swiss Dolorclast» при заболеваниях:

- пяточная шпора,
- артроз суставов,
- остеохондроз,
- межпозвоноковая грыжа,
- кокцигодия,
- коксартроз,
- эпикондилит,
- плече-лопаточный периартрит и др.



Восстановление после травм и операций на опорно-двигательной системе. Консультация бесплатна при прохождении лечения. Пенсионерам скидки 10%.

УЗИ СУСТАВОВ. ВСЕ АНАЛИЗЫ. КОНСУЛЬТАЦИИ ОРТОПЕДА, ХИРУРГА И ДР.

ВЫ УСТАЛИ ОТ БОЛИ И ОГРАНИЧЕНЫ В ПОДВИЖНОСТИ?

Черноморский бульвар, 10, корп. 1, м. «Чертановская».

Запись на прием — по тел.: 8-495-766-68-01, 8-499-619-12-66,

8-499-619-14-66 и 8-499-619-13-22.

Лиц. № ЛО-77-01-002608 от 17.06.2010

ALT-MEDICA.RU