

РЯДОМ С НАМИ

На помощь ПРИХОДИТ АПТЕКА

Какое место в нашей жизни занимает аптека? Кому-то приходится регулярно отправляться сюда за лекарствами, а кто-то ищет здесь последние достижения в области лечебной косметологии. И все нуждаются в квалифицированном совете и ожидают внимательного к себе отношения. Как же добиться такого уровня обслуживания в аптеке, рассчитанной на покупателей с невысоким и средним достатком? Об этом мы беседуем с нашим консультантом, заведующей одного из предприятий аптечной сети «Сердечко» (ул. Чертановская, д. 9, стр. 1) О. Е. ШАРОВОЙ.



Ольга Евгеньевна, экономический кризис заострил многие проблемы, связанные с ростом цен на лекарства. Удастся ли сегодня Вашей аптеке быть по-прежнему доступной для большинства жителей Чертанова?

— Дело в том, что наша аптечная сеть «Сердечко» снабжается крупнейшими в стране поставщиками, которые получают лекарства по прямым поставкам. А ведь именно на пути от производителя к аптечному прилавку и происходит основной рост цены препарата, которая тем выше, чем больше посредников. При этом мы стараемся сохранять минимальные торговые наценки на все жизненно важные препараты и фармацевтические средства из обязательного ассортиментного перечня. Это помогает поддерживать доступные цены на большую часть лекарств, которые продаются в аптечной сети «Сердечко». Важно и то, что мы уверены в качестве препаратов, поставляемых в аптеку — все они сертифицированы, а наши маркировщики сверяют каждую серию препарата с соответствующей позицией в сертификате, прежде чем нанести штрих-код на упаковку. Так что, попадание к нам контрафакта просто исключено.

— Сегодня всем предприятиям приходится придерживаться режима экономии. Не отражается ли минимизация издержек на качестве обслуживания посетителей?

— Ну что Вы, на этом мы не экономим. Наоборот, у нас с недавних пор ежедневно по рабочим дням с 10.00 до 18.00 в зале аптеки работает консультант. Теперь, прежде чем приобрести, к примеру, сложное ортопедическое изделие или современный бытовой медицинский аппарат, можно, не отвлекая фармацевта-кассира, получить подробную информацию у консультанта, который не только подскажет, чем одна модель отличается от другой, но и объяснит, как ими пользоваться. Кроме того, обратившись к консультанту, каждый желающий может измерить давление. Все эти услуги оказываются бесплатно. Работа консультанта позволяет посетителям, которые точно знают, за чем пришли в нашу аптеку, затрачивать меньше времени на покупки, а тем, кто покупает что-то впервые, не имея точных представлений о необходимом предмете, не торопясь, выбрать именно то, что нужно.

— Какими новинками ортопедической продукции чаще всего интересуются покупатели?

— В этом году в нашей аптеке значительно расширен ассортимент такой продукции. Спросом пользуется ортопедическое белье фирмы Nikamed (Германия) — гольфы, чулки, колготки различных степеней компрессии, бандаж и др. Есть ортопедические подушки, матрасы, массажные приспособления (коврики, валики, мячи) и даже обувь. Кроме того, у нас большой выбор изделий для ухода за лежачими больными (памперсы, пеленки, урологические прокладки, пластыри и повязки для ран немецкой фирмы Hartman). Для людей с проблемами опорно-двигательного аппарата есть в продаже трости, ходунки, костыли, инвалидные коляски.

— А что Вы можете предложить из медтехники для домашнего использования?

— У нас большой выбор тонометров производства фирм Omron (Япония), Microlife (Швейцария), Hartman (Германия), которыми дома удобно пользоваться для измерения давления. Есть и другие приборы известных брендов, в том числе ингаляторы (для детей и для взрослых), электронные термометры и алкометры, которыми, обычно, интересуются автолюбители. Многие приобретают у нас глюкометры One Touch Ultra, а также тест-полоски к ним (№ 50 и № 100) — по самой низкой в Южном округе цене.

— Как Вы советуете защитить себя от простудных заболеваний, которые можно подхватить в осеннюю непогоду?

— В ожидании сезона простуды нужно укреплять свой иммунитет. Если в летнее время организм получил недостаточно витаминов, он сильнее подвержен респираторным инфекциям и вирусам гриппа. Так что, для профилактики можно принимать витаминные препараты, которых в нашей аптеке очень много — для любого возраста, и такие общеукрепляющие средства, как иммунал, деринат, интерферон и др. Если простуда все же наступила, а народные средства не помогают, следует принимать специальные препараты, которые у нас представлены в широком ассортименте. При заболевании, вызванном вирусом гриппа, могут применяться арбидол, анаферон, оцилококцидум и др. Ряд инфекционных простудных болезней лечится антибиотиками, которые назначает врач. Так что, при высокой температуре и острых респираторных явлениях не стоит заниматься самолечением, особенно, если заболел ребенок. Нужно придерживаться постельного режима и обязательно вызвать врача, который определит, какие именно лекарства следует принимать. Ведь многие простудные заболевания, особенно грипп, опасны своими осложнениями.

— 9 сентября в мире отмечался Международный день красоты, учрежденный по инициативе Международного комитета эстетики и косметологии. А что можно приобрести в Вашей аптеке, желая приблизиться к общепризнанным канонам красоты?

— У нас огромный выбор лечебной косметики, которая помогает справиться с различными дефектами кожи, предотвратить ее старение и даже «вернуть время вспять», омолодив лицо и шею. Кроме косметических средств известных фирм Vichy, Lierac и Styx, которыми уже давно пользуются наши постоянные покупательницы, у нас появилась итальянская косметика Collistar, в ассортименте которой представлены несколько линий для



ухода за лицом и телом, в том числе для мужчин, для коррекции фигуры, для ухода за волосами, а также декоративная косметика. Среди новинок — французская косметика Uriage на основе термальной воды и Exfoliac — для юношеской кожи. Так что, нам есть, чем порадовать не только женщин, но и мужчин, которые следят за своей внешностью, желая выглядеть моложе своих лет и привлекательнее.

— Какие еще новые формы обслуживания покупателей появились в Вашей аптеке в последнее время, а какие остались неизменными?

— Для удобства покупателей мы начали принимать к оплате банковские карты, которыми сегодня пользуются не только работающие граждане, но и пенсионеры. А еще у нас можно приобрести карточку постоянного покупателя, по которой предоставляется скидка на весь ассортимент аптеки. По-прежнему мы предоставляем 5-процентную скидку держателям Социальной карты москвича. Сохранилась у нас и услуга по предварительному заказу редких, не имеющих в наличии, лекарств. Достаточно позвонить по телефону: 312-06-32, и лекарство (если оно вообще поставляется в нашу страну) будет доставлено в аптеку на следующий же день по заранее согласованной цене. Так что, хорошие традиции нашей аптеки мы стараемся поддерживать, внедряя при этом и новые формы обслуживания, которые помогают людям заботиться о своем здоровье. И такие нововведения нам подсказывает сама жизнь.

Беседу вела **Лидия ДАВЫДОВА**

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Быть здоровым МОЖНО НАУЧИТЬСЯ



Лина Сафонова, я слышала, что кроме глубоких медицинских знаний, подкрепленных многолетней практикой, Вы еще владеете различными методиками нетрадиционной медицины, а также игло-рефлексотерапией. Где Вы этому научились?

— Я родилась на Дальнем Востоке, где люди более тесно связаны с природой, лучше разбираются в целебных свойствах трав и деревьев. Когда еще училась в Благовещенском медицинском институте, получила напутствие от самого Вольфа Мессинга: во время гипнотического сеанса он, прочитав мысли моей подруги, вывел меня на сцену и угадал, кем я собираюсь стать. Как сейчас, помню его слова: «Первым врачом был сам Иисус Христос. Позже училась тибетской медицине, остальные врачи — его помощники. Никогда не бросай свою профессию, как бы трудно тебе ни пришлось». Впоследствии я прошла стажировку на кафедре игло-рефлексотерапии в Санкт-Петербургском университете у профессора А. Т. Качана, который вырос в Китае. Позже училась тибетской медицине у Виктора Востокова, которого называли Белым Ламой. Восточная медицина дает представление о работе всех систем организма — без анализов, компьютерных исследований и рентгена, только с помощью осмотра больного. А еще я стажировалась в школе Джунги по изучению основ биоэнергетики и экстрасенсорики, получила сертификат по медитативному аутотренингу. Все это позволяет максимально использовать имеющиеся возможности для лечения пациентов.

— В чем суть применяемой Вами оздоровительной методики, которая помогает человеку мобилизовать собственные силы в борьбе с болезнью?

— На основе накопленных знаний я разработала программу «Здоровье», о которой несколько лет назад рассказывала на канале 7ТВ в цикле передач «История медицины и здоровья». Вести диалог с телезрителями мне помогала Татьяна Судец. Суть здорового образа жизни — не только в отказе от вредных привычек, ее нужно воспринимать гораздо шире. Например, для каждого человека важно научиться правильно вста-

В этом смогли убедиться уже многие пациенты медицинского центра «А-Линия», побывавшие на приеме у врача-невролога высшей категории Л. С. БОРОДИНОЙ. В чем же заключаются ее секреты оздоровления? Об этом лучше всего рассказывает она сама.

диз из разработанной Вами программ «Здоровье»?

— Таких случаев очень много. Вот, к примеру, довольно часто к нам обращаются пациенты по поводу нестерпимых болей в позвоночнике. Большинство из них долго и безуспешно лечились от радикулита и, лишь пройдя компьютерную диагностику, узнавали, что причина недуга — межпозвоночная грыжа, которая может возникнуть вследствие неудачного падения или подъема непомерных тяжестей. В поликлиниках пациентов с подобным диагнозом обычно направляют на операцию, которая чревата тяжелыми осложнениями и повторным появлением грыжи. В моей практике есть немало случаев, когда таких больных, которые уже, практически, утратили трудоспособность, удавалось вернуть к полноценной жизни с помощью медикаментозного лечения, проводимого в сочетании со специальными упражнениями восточной медицины, аутотренингом, самомассажем и другими элементами программы «Здоровье». Пройти курс такого безопасного лечения можно, обратившись в наш медицинский центр. Но, чтобы добиться заметного улучшения в состоянии здоровья, нужно набраться терпения и неукоснительно выполнять все рекомендации врача.

— В каких случаях методы саморегуляции помогают полностью избавиться от болезни?

— Хороших результатов можно добиться, когда болезнь уже проявляет себя на физиологическом уровне (происходят сбои в клетках), но еще не возникли анатомические повреждения в органах. Примерами таких состояний организма могут служить вегетососудистая дистония, дискинезия желчевыводящих путей, спастические колиты, начальные проявления остеохондроза, мигрени, гастриты и др. Медицина должна быть профилактической. Только тогда вовремя принимая меры для предотвращения дальнейшего развития болезни, с которыми гораздо проще справиться на ранних стадиях.

— Как Вам удается поставить точный диагноз еще до клинического обследования пациента?

— В своей практике я применяю методы ириодиагностики (по радужной оболочке глаза), пульсовой диагностики и аурикулодиагностики (по ушной раковине). Различные нарушения в работе организма отражаются и на состоянии ногтей, и даже кончики пальцев могут рассказать о многом. После такого подробного осмотра пациента для уточнения диагноза и контроля за эффективностью лечения назначаются конкретные клинические исследования, которые проводятся в нашем медицинском центре «А-Линия».

— В каких случаях удается добиться наибольшей эффективности лечения с помощью синтеза традиционной врачебной практики и мето-

диз из разработанной Вами программ «Здоровье»?

— В первую очередь, я стараюсь убедить человека не поддаваться отрицательным эмоциям. Нередко, мысли о безнадежности положения обретают форму, лишая пациента веры в успех лечения. И тогда все усилия врача, подкрепленные возможностями современной клинико-диагностической базы нашего медцентра, не принесут желаемого результата. Нужно всегда надеяться на лучшее, и подключать все силы организма к борьбе с болезнью. В этом залог успеха.

— У Вас большой опыт ведения тяжелых неврологических больных. Как удается настроить пациентов на длительное лечение, используя новейшие методики традиционной медицины?

— В первую очередь, я стараюсь убедить человека не поддаваться отрицательным эмоциям. Нередко, мысли о безнадежности положения обретают форму, лишая пациента веры в успех лечения. И тогда все усилия врача, подкрепленные возможностями современной клинико-диагностической базы нашего медцентра, не принесут желаемого результата. Нужно всегда надеяться на лучшее, и подключать все силы организма к борьбе с болезнью. В этом залог успеха.

Беседу вела **Ирина СКВОРЦОВА**

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

СОЦИАЛЬНАЯ ЗАЩИТА

Можно ТРАТИТЬ

О выплате средств материнского (семейного) капитала.

Сначала года на погашение жилищных кредитов россиян Пенсионный фонд РФ перечислил из средств материнского капитала 15,8 млрд. рублей. Этими средствами частично или полностью погасили кредиты почти 60 тысяч российских семей.

По состоянию на сегодняшний день, территориальные органы ПФР приняли 69 тысяч заявлений от владельцев сертификата, желающих направить средства материнского капитала на погашение кредитов на покупку или строительство жилья. По почти 62 тысячам из них уже приняты положительные решения.

Помимо этого из средств материнского капитала Пенсионный фонд осуществляет единовременные выплаты в размере 12 тысяч рублей, которые семьи смогут использовать на повседневные нужды. С соответствующим заявлением в Пенсионный фонд уже обратились более 650 тысяч российских семей, 165 тысяч из которых уже получили выплату на общую сумму 2 млрд. рублей.

Данная мера носит временный характер. Так, если право на материнский капитал* возникло с 1 января 2007 года по 30 сентября 2009 года — заявление на единовременную выплату необходимо подать не позднее 31 декабря 2009 года, если право возникло с 1 октября 2009 года по 31 декабря 2009 года — не позднее 31 марта 2010 года. При себе достаточно иметь паспорт, сертификат на материнский капитал и банковскую справку о реквизитах счета, на который единым платежом в двухмесячный срок будут перечислены 12 тысяч рублей.

Напомним, что погашение жилищных кредитов и единовременная

выплата в размере 12 тысяч рублей — это единственные на сегодняшний день направления использования материнского капитала, к которому держатели сертификата могут прибегнуть, не дожидаясь, пока ребенок, который дал право на его получение, исполнит три года. Чтобы направить средства на улучшение жилищных условий, получение детьми образования и формирование накопительной части трудовой пенсии для женщин, по-прежнему необходимо, чтобы второму или последующему ребенку исполнилось три года.

Управление №3
Главного управления ПФР № 8
по информации Пенсионного фонда России

* Право на получение материнского (семейного) капитала имеет семья, в которой после 1 января 2007 года был рожден или усыновлен второй ребенок, либо третий, четвертый и последующие дети, если после рождения предыдущих детей это право не было реализовано.