

# В организме ВСЕ ВЗАИМОСВЯЗАНО

В зимнее время, особенно при частой смене погоды, мы нередко не придаем большого значения простудным заболеваниям. Бытует мнение, что недомогания, связанные с нарушениями в работе таких важных органов, как нос, горло и даже ухо, легко поддаются лечению домашними средствами. Так ли это? Об этом мы беседуем с врачом высшей категории медицинского центра «А-Линия» Г. Р. ИБРАГИМОВОЙ.



**Галия Рауфовна, традиционный вопрос: с какими проблемами к Вам чаще всего обращаются пациенты?**

— Различные лор-заболевания — одни из самых распространенных в мире. Поэтому многие люди воспринимают их, чуть ли не как должное. И только, когда тонзиллит, ринит или отит приобретают хронические формы и возникают серьезные осложнения, человек спохватывается и начинает принимать экстренные меры. Хорошо, если при этом он попадает к врачу-специалисту и после установления диагноза получает адекватное лечение. Хуже, если при обострении недуга пациент начинает заниматься самолечением, определяясь с выбором лекарственных средств с помощью рекламы, и только, почувствовав вместо улучшения резкое ухудшение состояния здоровья, обращается за консультацией. В нашем медицинском центре есть различные возможности для диагностики и лечения лор-заболеваний. Но бывают такие запущенные случаи, что приходится больного срочно госпитализировать.

**— Какие болезни лор-органов наиболее опасны?**

— Воспалительные заболевания слизистой носа могут привести к серьезным осложнениям. Наиболее опасным из них является риногенный менингит. На фоне нелеченого насморка может возникнуть такая неприятная болезнь, как отит. В то же время, причинами проблем с ушами могут быть баротравма (от шума на стрельбищах или при взрыве педард), неудачная попытка самостоятельно избавиться от серной пробки,

а также осложнение после гриппа. В любом случае эффективность лечения будет зависеть от точности и своевременности диагностики состояния пациента, который, порой, и не подозревает, какими неприятностями для него может обернуться запущенный насморк или незалеченная ангина, дающая осложнение на сердце. Наиболее опасным последствием перенесенной на ногах простуды может стать гайморит. И в то же время, воспаление гайморовых пазух носа иногда начинается из-за кариозного зуба. Гайморит также провоцируется искривлением носовой перегородки и может протекать как в острой форме, так и в хронической.

**— Я слышала, что дефекты носовой перегородки могут служить причиной такого неприятного явления, как храп во сне...**

— Это действительно так. Но все дело в том, что идеальные носовые перегородки встречаются у людей крайне редко — у всех они в той или иной степени искривлены. Просто с возрастом, под воздействием лишнего веса и при снижении тонуса мышц гортани, происходит провисание тканей неба, что приводит к сужению путей, по которым проходит воздух, и к вибрации тканей. Для решения этой проблемы часто приходится прибегать к операции. Но бывает, что причиной храпа становятся заболевания носоглотки — такие, как тонзиллит и гайморит. Стоит отметить, что к храпу нельзя относиться просто, как к дурной привычке. Ведь он приводит к синдрому обструктивного апноэ (временная остановка дыхания), который служит фактором риска при развитии артериальной

гипертонии, острого нарушения мозгового кровообращения, нарушений сердечного ритма или инфаркта миокарда, а в 6–8 % случаев даже приводит к смерти во сне. Так что, с храпом и его причинами нужно бороться. Для этого даже существуют

специальные упражнения. Вообще, к любым недомоганиям, нарушающим функции носоглотки и ушей, нужно относиться очень серьезно и не заниматься самолечением.

В организме все взаимосвязано. Врач-офтальмолог высшей категории из центра «А-Линия» **Сергей Александрович СЕРКОВ** предупреждает, что в 60–80 % случаев заболевания блефаритами (воспаление век) связаны с болезнями внутренних органов — такими, как гастриты, холециститы, панкреатиты, заболевания почек. Бывает, что блефарит провоцируется клещами-паразитами, которые могут обитать на нашей коже, не вызывая беспокойства, до тех пор, пока не ослабнет иммунитет.

Одним из распространенных заболеваний глаз является конъюнктивит, который может вызываться вирусами и передаваться контактным путем. А, значит, и глазные болезни могут быть заразными, и, чтобы уберечься от них, нужно строго соблюдать правила личной гигиены.

**А всегда ли мы следим за гигиеной зрения? Вот несколько советов от доктора Серкова:**

— Для уменьшения зрительных нагрузок при работе на компьютере старайтесь правильно организовать свое рабочее место (расстояние до монитора должно быть не менее 70–80 см).

— Старайтесь не читать в транспорте (хрустальные мышцы быстро сокращаются, и это приводит к резкому утомлению глаз).

— Вопреки расхожему мнению, читать лежа на спине в удобной позе (в отличие от чтения на боку) не так уж вредно.

— Если зрение нарушено, не покупайте очки без заключения врача-офтальмолога, которое делается после подробного обследования. Неправильно подобранные очки могут резко ухудшить зрение.

— Не верьте в чудодейственность БАДов, реклама которых обещает вернуть утраченное зрение. В большинстве случаев их эффективность совершенно ничтожна. Воздействие черники, вытяжка из которой входит в их состав, может улучшить зрение при употреблении ее в количестве 1,5 кг в день. При изготовлении БАДов сохранить жизнеспособность антоцианозидов, входящих в состав черники, крайне сложно.

— Берегите глаза и веки. При первых же симптомах заболевания обращайтесь к врачу.

Таковы советы опытных врачей-специалистов, помогающих нам сохранить способность поддерживать связь с внешним миром.

**Медицинский центр «А-Линия»:**  
ул. Кировоградская, 24 (новый дом), тел. 315-26-18

## Новые методики лечения «БОЛЕЗНЕЙ ЦИВИЛИЗАЦИИ»

В медицине постоянно идет поиск новых эффективных и безопасных методов лечения. В настоящее время наряду с лекарствами широко используются немедикаментозные методы лечения, одним из которых является озонотерапия. Лечебное применение озона получило значительное распространение в Европе. Озонотерапия позволяет при многих заболеваниях отменить или существенно ограничить потребление вредных для организма химических препаратов, при этом воздействовать на первопричину заболевания, регулировать нарушенное равновесие в организме, улучшать состояние различных органов, активизировать защитные силы организма.

Многообразие лечебных эффектов озона связано с его способностью убивать все виды бактерий, вирусов, грибков, оказывать противовоспалительное, обезболивающее и заживляющее действия. Озон восстанавливает кислородный транспорт, нормализует обмен веществ, гормональный фон, снимает интоксикацию, расширяет сосуды, улучшает микроциркуляцию, повышает иммунитет. Все это дает возможность успешно применять озон в терапии, кардиологии, ревматологии, иммунологии, неврологии, гинекологии, урологии и других разделах медицины.

Для более полноценного восстановления организма используются комплексные программы с

применением гидроколлоидной терапии, энтеросорбции, плазмафереза, пиявок, биорезонансной терапии, гирудотерапии и массажа, органо-препаратов и натуральных витаминов, многое другое. Подробно курс лечения определяется на консультации, записаться на которую можно по телефонам: 8(495)99-701-99; 8(499)794-03-70; 8(499)794-08-45. Сайт: [www.mc-celitel.ru](http://www.mc-celitel.ru).

**Наш адрес: Варшавское шоссе, д. 104; 106. С 15 декабря по 15 января наш центр предлагает новогодние скидки на процедуры до 20 %.**

**МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР 99-701-99**  
ЦЕНТРАЛЬ [www.mc-celitel.ru](http://www.mc-celitel.ru)

**ЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДИКИ  
ОЧИЩЕНИЯ И ОМОЛОЖЕНИЯ  
ОРГАНИЗМА**

**НИЗКОЕ ЦЕНА**

- ПЛАЗМАФЕРЕЗ
- ОЗОН
- БИОРЕЗОНАНС
- ГИРУДОТЕРАПИЯ
- ГИДРОКОЛОНОТЕРАПИЯ

**УЗИ, АНАЛИЗЫ, БОЛЬНИЧНЫЕ ЛИСТЫ**

**Варшавское шоссе, д. 104 и 106.**

\*Обращаясь за медицинской услугой, получите предварительную консультацию у наших специалистов (врачей).

## Подлечитесь В САНАТОРИИ

Информация об обеспечении отдельных категорий граждан санаторно-курортным лечением через органы социальной защиты населения.

**В соответствии с действующим законодательством право на обеспечение бесплатным санаторно-курортным лечением имеют:**

1) граждане, включенные в Федеральный регистр лиц, имеющих право на получение государственной социальной помощи в рамках набора социальных услуг, установленного Федеральным законом от 17.07.1999 года № 178-ФЗ «О государственной социальной помощи» (федеральные льготные категории граждан, перечень категорий прилагается);

2) неработающие пенсионеры, получающие ежемесячные городские денежные выплаты (ЕГДВ) за счет средств бюджета города Москвы и включенные в Общероссийский регистр получателей мер социальной поддержки (далее — региональные льготные категории), из числа:

- тружеников тыла;
- реабилитированных лиц, подвергшихся необоснованному политическим репрессиям и лиц, пострадавших вследствие политических репрессий;
- ветеранов труда, ветеранов военной службы;

3) неработающие пенсионеры (женщины старше 55 лет, мужчины старше 60 лет), не относящиеся к другим льготным категориям.

Порядок предоставления санаторно-курортного лечения льготным категориям граждан, имеющих место жительства в городе Москве, определен постановлением Правительства Москвы от 11.08.2009 г. № 755-ПП.

Санаторно-курортные путевки предоставляются бесплатно, в соответствии с медицинскими рекомендациями (профиль, сезон и место лечения) и датой постановки на учет для получения санаторно-курортного лечения.

В первоочередном порядке путевки предоставляются инвалидам и участникам Великой Отечественной войны, детям-инвалидам в возрасте до 18 лет, ветеранам войны из числа тружеников тыла, а также реабилитированным лицам, подвергшимся необоснованному политическим репрессиям, и лицам, пострадавшим вследствие политических репрессий.

Санаторно-курортная путевка предоставляется не чаще 1 раза в течение календарного года.

Дети-инвалиды в возрасте до 18 лет, а также граждане, имеющие ограничение способности к трудовой деятельности 3 степени (или инвалидность 1 группы, установленную до 1 января 2005 года), имеют право на получение бесплатной второй путевки для сопровождающих лиц.

Постановка льготных категорий граждан, нуждающихся в санаторно-курортном лечении, на учет для получения бесплатных санаторно-курортных путевок осуществляется управлениями социальной за-

щиты населения районов (РУСЗН) по месту жительства указанных лиц или получения ими социальных выплат на основании следующих документов:

- паспорт или другой документ, удостоверяющий личность и место жительства в городе Москве;

- медицинская справка формы № 070/у-04 о нуждаемости в санаторно-курортном лечении, выданная лечебно-профилактическим учреждением в соответствии с приказом Минздравсоцразвития РФ от 22.11.2004 г. № 256;

- справка ГУ-ОПФР по г. Москве и Московской области о праве на получение социальной услуги, предусмотренной пунктом 1 части 1 статьи 6.2 Федерального закона «О государственной социальной помощи» — для граждан федеральных льготных категорий (представляется в случае отсутствия в органах социальной защиты соответствующих сведений из ГУ-ОПФР по г. Москве и Московской области в электронном виде);

- трудовая книжка (для подтверждения факта увольнения с работы) и пенсионное удостоверение — для граждан региональных льготных категорий.

Решение о выдаче санаторно-курортных путевок принимается комиссиями, созданными в РУСЗН с участием представителей общественных организаций ветеранов и инвалидов.

Иными организациями бесплатные санаторно-курортные путевки за счет бюджетных средств в г. Москве не предоставляются.

**ПЕРЕЧЕНЬ  
федеральных льготных категорий граждан, имеющих право на бесплатное санаторно-курортное лечение**

- Инвалиды войны;
- участники Великой Отечественной войны, ставшие инвалидами;
- приравненные к инвалидам войны;

- военнослужащие и лица рядового и начальствующего состава органов внутренних дел, Государственной противопожарной службы, учреждений и органов уголовно-исполнительной системы, ставшие инвалидами вследствие ранения, контузии или увечья, полученных при исполнении обязанностей военной службы (служебных обязанностей) (п. 3 ст. 14 Федерального закона от 12 января 1995 года № 5-ФЗ «О ветеранах» (далее — Закон от 12 января 1995 г. № 5-ФЗ);

- бывшие несовершеннолетние узники концлагерей, гетто, других мест принудительного содержания, созданных фашистами и их союзниками в период Второй мировой войны, признанные инвалидами вследствие общего забо-

Продолжение — на 7 стр.