

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ ✓



## ЗДРАВСТВУЙТЕ

СЕТЬ КЛИНИК ЗДОРОВОГО ПОЗВОНОЧНИКА

### Как быстро восстановиться ПОСЛЕ ТРАВМЫ ИЛИ ОПЕРАЦИИ

При проведении плановой операции по замене сустава врачи отводят 90 дней на восстановление, т.е. почти 3 месяца. Но вернуться в строй можно гораздо быстрее, если проводить пред- и послеоперационную реабилитацию.

Индивидуальные программы реабилитации, разработанные под конкретного пациента, предлагает клиника «ЗДРАВСТВУЙТЕ» на Чертановской. «Плановые операции, связанные с заменой сустава, а также операции, вызванные острыми травмами, малоэффективны без реабилитации. Человека мало прооперировать, важно поставить его на ноги и вернуть к нормальной жизни. И в процессе лечения операция и реабилитация занимают такое соотношение — 50% на 50%», — говорит Роман Шохирев, травматолог-ортопед, 1-й зам. главврача клиники «ЗДРАВСТВУЙТЕ».

В России государственные клиники уделяют процессу реабилитации незначительное внимание. Как правило, назначается лечебная гимнастика в течение нескольких недель, иногда она сопровождается массажем. Таких мер для быстрого восстановления недостаточно. И пациенты проводят на больничном по несколько месяцев, испытывая ограниченность в своих движениях.

#### Позаботиться заранее

Если за 10–14 дней до плановой операции начать проводить реабилитацию, то затем организму будет проще восстановиться. Об этой возможности люди, которым предстоит операция, чаще всего, не знают — им о ней просто никто не говорит.

Предоперационная реабилитация необходима для того, чтобы придать мышцам и тканям нормальный тонус и эластичность. «Когда человек долго болеет, а его сустав не работает, происходит мышечный спазм. В условиях отсутствия нагрузки на сустав соседние мышцы «забиты», человек испытывает боль и ограниченность в движениях. Кроме того, нарушается нормальное кровоснабжение тканей», — объясняет необходимость реабилитации накануне операции Роман Шохирев.

Пациенту на первичный прием в клинику «ЗДРАВСТВУЙТЕ» на Чертановской необходимо принести те медицинские документы, которые помогут доктору получить как можно больше сведений о состоянии его здоровья — снимки, анализы, исследования. Основываясь на этих данных, специалисты составят индивидуальный график восстановления.

«У нас с каждым пациентом работает как минимум 5–6 врачей. Это терапевт (в случаях, если у обратившегося к нам человека есть какие-то патологии), невролог, травматолог-ортопед, массажист, инструктор ЛФК, мануальный терапевт», — рассказывает Георгий Цевелидзе, генеральный директор сети клиник «ЗДРАВСТВУЙТЕ».

**М. «ЧЕРТАНОВСКАЯ», БАЛАКЛАВСКИЙ ПР-Т, Д. 16**  
ЕЖЕДНЕВНО С 9:00 ДО 21:00  
ТЕЛ. +7 495 012-53-12 WWW.POZVON-OK.RU

Лиц. ЛО-77-01-002945 от 10.09.2010 г. Патент на изобретение № 2382050 от 5 июня 2008 г.  
Рег. удостоверение № ФСР 2010/06572 от 14 декабря 2012 г.  
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ

**Акция**  
Обследование позвоночника и суставов  
~~11500~~ 6000  
+ бесплатная консультация специалистов  
Предложение действительно  
с 12 июня по 31 августа 2017 г.  
Запись по тел. +7 495 012-53-12

Процесс реабилитации прекращается на время проведения операции и первые дни после нее. Как только пациента выписывают из стационара, необходимо в максимально ранние сроки продолжить восстановление, и он вновь приступает к занятиям и процедурам.

#### Работа после операции

Поначалу пациент делает упражнения, направленные не на зону операции, а на соседние с ней участки. Это необходимо, прежде всего, для восстановления нормального кровоснабжения в травмированных областях и всем организме в целом. Для улучшения общего иммунитета, снятия боли и для противовоспалительного эффекта назначается внутрисосудистое облучение крови. Это процедура, о которой большинство пациентов слышат впервые. Однако она занимает важное место в современных методиках реабилитации. В зависимости от состояния пациента ему назначается лечебная гимнастика, различные техники массажа, рефлексотерапия. Поначалу объем мероприятий небольшой, но постепенно он увеличивается.

«Мы создаем программы реабилитации, которые направлены на полный охват организма. Наши специалисты будут выполнять львиную долю мероприятий, необходимых пациенту. Но мы будем давать ему рекомендации по выполнению упражнений дома. На некоторых этапах реабилитации требуется настойчивость, и работы только в клинике явно недостаточно для быстрого восстановления», — подчеркивает Роман Шохирев.

Если операция была вызвана получением травмы, можно говорить только о постоперационной реабилитации. В этом случае она особенно необходима пациенту. Он может обратиться за составлением индивидуального плана восстановления сразу же, как только его выпишут из больницы.

В клинике «ЗДРАВСТВУЙТЕ» первичный прием для некоторых категорий граждан бесплатный. Он позволяет определить состояние пациента, предложить ему комплекс необходимых мероприятий и рассчитать их стоимость. При прохождении программы реабилитации пациент получает сертификат, который позволяет ему несколько раз в год пройти в клинике бесплатные профосмотры и сдать анализы крови.

## Приходите к нам лечиться всей семьей!

Детская стоматологическая поликлиника № 43 на протяжении более 40 лет дарит свою заботу, любовь и здоровье маленьким пациентам. По многочисленным просьбам, учитывая квалификацию персонала, удобное месторасположение и быстро развивающиеся технологии в стоматологии, в 2015 году в поликлинике было основано отделение по оказанию платных медицинских услуг для детей. Однако спрос на получение стоматологической помощи был так велик, что с августа 2016 года наряду с маленькими пациентами стали обслуживаться их мамы и папы, а также бабушки и дедушки.

В поликлинике представлен широкий спектр услуг, как для детского населения — стоматология детская, хирургия, ортодонтия, ортопедическая стоматология, — так и для взрослого населения, включающий в себя терапевтическую стоматологию, хирургию, ортодонтию, ортопедическую стоматологию, имплантологию.

Дентальная имплантация зубов — это ответственная процедура, к ней следует подходить серьезно. Перед манипуляцией обязательно сдать кровь на биохимический анализ и вирусы гепатита, ВИЧ, сифилис. Также делается развернутый рентгеновский снимок и компьютерная томограмма, с помощью которой имплантолог подбирает индивидуальный размер будущего имплантата. Сама процедура установки, к примеру, 1 имплантата по времени занимает около 40 минут. Имплантацию проводят под местной анестезией, пациент в это время абсолютно ничего не почувствует. Современные анестетики позволяют весьма легко добиться такого результата. Имплантат изготавливается из титанового сплава и заменяет утраченный зубной корень.



Благодаря уникальной конструкции, оптимально распределяющей жевательную нагрузку, минимизируется негативное влияние на десны и зубы



Стоматологическая поликлиника №43

**Акция!!!**  
Скидка  
**20%**  
на имплант «под ключ»!!!

Имплантация сегодня неразрывно связана с ортопедической стоматологией. В нашей поликлинике мы стараемся следовать за современными направлениями и развитием зуботехнических материалов. Наряду с металлокерамическими конструкциями, у нас Вы сможете получить протезирование на безметалловых коронках. Также у нас изготавливаются полные съемные и бюгельные протезы.

Бюгельные протезы лидируют по популярности среди остальных искусственных зубных конструкций. Это связано с удобством их использования и высоким качеством изго-

Адрес: Днепропетровская, 33«Б»  
Понедельник — пятница 8:30 — 20:00.  
Суббота 9:00 — 15:00.  
Воскресенье — выходной.  
Регистратура: 8 (495) 121-01-59  
Сайт: ДСП43.РФ

товления, легкостью конструкции и сохранением эстетичности улыбки. Играет роль возможность использования такого вида протезирования в ситуациях, когда требуется предупредить дальнейшее выпадение зубов, а не просто провести восстановление структуры зубного ряда.

Благодаря уникальной конструкции, оптимально распределяющей жевательную нагрузку, минимизируется негативное влияние на десны и зубы.

На сегодняшний день протез на имплантатах — это самый надежный вариант ортопедического лечения, как при отсутствии одного зуба, так и для восстановления жевательной функции в целом. Стоматолог поставит на титановый штифт любой вид протеза — единичную коронку, мостовидный протез или полный съемный протез. Современные 3D-технологии позволяют врачу заранее четко спланировать нагрузку и расположение имплантатов и согласовать эту компьютерную модель с пациентом.

**МЫ ЛЕЧИМ ДЕТЕЙ, КАК ВЗРОСЛЫХ, А ВЗРОСЛЫХ, КАК ДЕТЕЙ!**

Администрация поликлиники



Врач-ортопед поможет решить любую проблему, связанную с отсутствием зубов

#### НОВОСТИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

## Лучшие поликлиники ПОЛУЧАТ ГРАНТЫ

Мэр Москвы Сергей Собянин учредил гранты для поощрения лучших поликлиник. Соответствующее решение было принято 30 мая в ходе заседания Президиума Правительства столицы.

Согласно принятому постановлению, гранты будут присуждаться поликлиникам, оказывающим первичную медико-санитарную помощь, в пяти категориях:

- с лучшей «Школой здоровья» (два гранта в размере 5 млн. руб. каждый);
- с лучшим отделением профилактики (два гранта в размере 2 млн. руб. каждый);
- с наибольшим охватом населения диспансеризацией (два гранта в размере 5 млн. руб. каждый);
- с наибольшим ростом доли прикрепленного населения, прошедшего диспансе-

ризацию за год (два гранта в размере 5 млн. руб. каждый);

— с лучшей организацией оказания медицинской помощи в образовательной организации (два гранта в размере 2,5 млн. руб. каждый).

Средства грантов должны быть использованы поликлиниками-получателями на материальное поощрение медицинского персонала.

Ранее Правительство Москвы приняло решение выделять стимулирующие гранты медикам, удостоенным статуса «московский врач» (15 тыс. рублей в месяц); врачам общей практики (семейным врачам) городских поликлиник (20 тыс. рублей в месяц); врачам,

занимающимся с пожилыми пациентами множественными хроническими заболеваниями (20 тыс. рублей в месяц), и медсестрам того же профиля (10 тыс. рублей в месяц).

Кроме того, поощрения получат лучшие отделения реанимации и интенсивной терапии больниц, работающих в системе ОМС (10 грантов по 30 миллионов рублей каждый), и больницы из системы ОМС, которые применяют передовые технологии лечения (три гранта по 100 миллионов рублей).

По материалам Информационного Центра Правительства Москвы