

## ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

## Всегда на стороне ПАЦИЕНТА

Движение — это жизнь. Вот потому именно качество жизни страдает в первую очередь от ограничения нашей подвижности, вызванной различными заболеваниями. И только правильное, своевременное лечение поможет избежать неприятных последствий травм и возрастных изменений в организме, которые могут привести к потере мобильности. Как проходит такое лечение? Об этом мы беседуем с кандидатом медицинских наук, врачом-ортопедом-травматологом с 17-летним стажем из клиники «СТОПАРТРОЗ» Андреем Сергеевичем ЛИТВИНЕНКО.



— Это лечение клетками стромально-васкулярной фракции (СВФ), полученными из собственной (аутологичной) жировой ткани. SVF-клетки вводят внутрисуставно под местной анестезией. Цель СВФ-лечения — снять боль в суставе и восстановить суставной хрящ. Введение клеток жировой ткани в сустав при артрозе является альтернативой операции по замене сустава — эндопротезированию, а также помогает надолго отсрочить хирургическое вмешательство

— О лечении в клинике «СТОПАРТРОЗ» много хороших отзывов, в том числе от жителей районов Чертанова. Как удается Вам и Вашим коллегам возвращать в строй свыше тысячи пациентов в год — различного возраста, с различными заболеваниями и материальными возможностями?

— Андрей Сергеевич, с какими заболеваниями могут обратиться пациенты в Вашу клинику за медицинской помощью?

— Мы специализируемся на лечении заболеваний плечевого, коленного и тазобедренного суставов у людей различного возраста. А еще наши специалисты владеют безоперационными методами лечения грыжи и протрузии позвоночника, занимаются лечением болезней суставов и позвоночника. В составе нашего коллектива — врачи с 15-летним стажем, квалифицированные специалисты в области ортопедии, физиотерапии, вертебрологии и реабилитации пациентов с нарушениями в работе опорно-двигательного аппарата.

— Какие методы лечения у Вас практикуются?

— Применяем эффективные и проверенные методы лечения заболеваний суставов и позвоночника с использованием оборудования производства Германии и Швейцарии. После обследования для каждого пациента подбирается индивидуальная, комплексная программа лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата, даем рекомендации по дальнейшему образу жизни и профилактике. Среди методов лечения: ударно-волновая терапия, плазмолифтинг, внутрисуставные инъекции, миостимуляция, электрофорез, фонофорез, внутритканевая электростимуляция, озонотерапия, лечебный массаж, PRP-терапия, SVF-терапия и другие.

— Расскажите, пожалуйста, нашим читателям об особенностях SVF-терапии.

— Мы всегда на стороне пациента. У нас не принято обременять наших клиентов неоправданными расходами. Программа обследования всегда точно выверена — ничего лишнего. Лечение подбирается самое эффективное для той стадии заболевания, которая наблюдается у пациента. После того, как удается добиться улучшения состояния здоровья, избавив пациента от острых симптомов заболевания, мы даем рекомендации по коррекции образа жизни, режиму тренировок, питанию и профилактике заболевания. Соблюдение всех этих рекомендаций играет важную роль в формировании стойкой ремиссии в процессе реабилитации организма человека после перенесенных острых заболеваний опорно-двигательного аппарата. И для того, чтобы реализовать весь план лечебного процесса и добиться совместно с пациентом наилучшего результата, мы гарантируем доступность лечения для людей с любым уровнем дохода. Вот потому мы в состоянии помочь тысячам людей, которые уже потеряли надежду на помощь и смирились с тем, что движение им доставляет боль.

— Ну что ж, будем надеяться, что наши читатели, которые нуждаются в эффективном лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата по доступным ценам, по достоинству оценят клинику «СТОПАРТРОЗ».

**КЛИНИКА «СТОПАРТРОЗ» — ДИЗАЙНЕР ВАШЕЙ ПОХОДКИ**  
ЛЕЧЕНИЕ СУСТАВОВ И ПОЗВОНОЧНИКА  
Симферопольский бульвар, д. 17, к. 1  
+7 (495) 565-35-14 INFO@STOPARTROZ.RU STOPARTROZ.RU  
Лиц. № ЛО-77-01-013822 от 27.01.2017 г.  
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ

## НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ

## Как справиться С СЕЗОННОЙ ПРОСТУДОЙ

ДЕПЗДРАВ предостерегает от использования антибиотиков при ОРВИ.

С приходом осени учащаются случаи заболевания ОРВИ или, проще говоря, простудой. И часто заболевшие начинают заниматься самолечением, назначать себе те или иные препараты. Многие начинают пить антибиотики, рассчитывая на их силу в борьбе с болезнью. Главный специалист по первичной медицинской помощи взрослому населению Департамента здравоохранения Москвы Андрей Тяжельников предостерегает, что делать это категорически нельзя, потому что от такого лечения может быть больше вреда, чем пользы.

«Для начала стоит разобраться, что же из себя представляют антибиотики и для чего они выпускаются. Лекарства группы антибиотиков применяются при заболеваниях, вызванных микробами. Так, первые полученные препараты этого класса разрушали клеточные стенки микробов, другие лекарства нарушают синтез белка у микроба, то есть, не лишая его возможности деления и передвижения по организму», — рассказал Андрей Тяжельников.



Вирусы отличаются от бактерий. Они могут жить и размножаться только в чужих клетках. Вирусы не имеют клеточных стенок, на которые могут влиять антибиотики. Именно поэтому прием антибиотиков на фоне вирусного заболевания лишен всякого смысла. Исключение составляют случаи, когда вслед за ОРВИ начинают активно размножаться болезнетворные бактерии. Такое явление называется суперинфекцией.

Могут ли навредить антибиотики, если принимать их без назначения врача? Разумеется, да. Антибиотики обладают серьезными побочными эффектами, среди которых угнетение функции печени и почек, аллергические реакции, снижение имму-

нитета. Антибиотики вызывают дисбаланс микрофлоры желудка и слизистых оболочек в организме. Кроме этого, неоправданный прием этих лекарств ведет к развитию заболеваний, устойчивых к ним. И уже нередки случаи, когда антибиотики становятся бессильны к болезням, против которых они и были созданы.

Андрей Тяжельников напомнил, что при возникновении симптомов заболевания нужно сразу обращаться к врачу, который назначит необходимое лечение.

Некоторые люди путаются в определении гриппа и ОРВИ, однако это не совсем верно. ОРВИ — общее название любой респираторной вирусной ин-

фекции, а грипп только один из этих представителей. И если большинство ОРВИ протекают относительно легко, то грипп может приводить к крайне опасным осложнениям.

Самым эффективным способом защиты от гриппа является своевременная вакцинация. Сделать бесплатную прививку против гриппа можно как во всех поликлиниках, так и в мобильных пунктах рядом со станциями метро, МЦК, ж/д станцией Крюково, в некоторых павильонах «Здоровая Москва», в двух флагманских центрах госуслуг «Мои документы».

Привиться в мобильных пунктах могут все совершеннолетние граждане России. С собой нужно взять только паспорт. Перед вакцинацией каждого обязательно осматривает врач-терапевт или инфекционист. После прививки выдают сертификат. Вся процедура занимает 10–15 минут.

По материалам  
Департамента здравоохранения города Москвы  
mosgorzdrav.ru

## «Поэтические пикники» ПОМОГАЮТ ПРИ ЗАИКАНИИ

Уникальный проект «Поэтические пикники» запустили врачи Центра патологии речи и нейрореабилитации Департамента здравоохранения Москвы. За год работы проект помог справиться с заиканиями более чем 200 пациентам.

«Проект начался с идеи о необходимости дополнительных занятий к имеющейся программе лечения заикания. «Поэтический пикник» это психологический тренинг и практика для людей с заиканием, нацеленная на преодоление страха публичных выступлений через чтение стихов. Готовиться к выступлению участникам помогают специалисты нашего центра — психиатры и логопеды. Формат пикника помогает социализации людей, страдающих заиканием, и способствует развитию навыков общения», — отмечает Иван Орлов, психиатр центра патологии речи и нейрореабилитации.

Благодаря регулярным тренировкам на проекте участникам удается закреплять и улучшать навыки контроля речи, по сути, сформировано сообщество людей с общими интересами и проблемами, способных оказывать друг другу поддержку.

В настоящее время участниками проекта могут стать как

уже прошедшие лечение в центре, так и только поступившие на курс. Для тех, кто прошел курс, участие в проекте позволяет закрепить и лучше развить навыки контроля речи, а для тех, кто только поступил — это хороший способ получить первый опыт

встречи проводятся в формате концерта на сцене Центра. Участниками проекта еженедельно становятся 10–15 человек.

В 2018 году проект занял второе место на конкурсе «Доброволец Москвы», организован-

ном Комитетом общественных связей Москвы, как лучший проект в медицинской организации.

По материалам  
Департамента здравоохранения города Москвы



## МАССАЖНЫЙ КАБИНЕТ «Дыши Здорово»

МАССАЖ + СОЛЯНАЯ ПЕЩЕРА —  
двойная польза для всего организма!

КРУГОСУТОЧНО, БЕЗ ВЫХОДНЫХ

Команда профессиональных массажистов и реабилитологов

Общий массаж	— 1800 руб. / 60 мин
Спортивный массаж	— 1300 руб. / 30 мин
Лимфодренажный массаж	— 1300 руб. / 40 мин
Антицеллюлитный массаж	— 1200 руб. / 40 мин
Коррекция фигуры	— 1800 руб. / 60 мин
Релаксирующий массаж	— 1400 руб. / 60 мин
Проблемы подросткового возраста	— 1300 руб. / 40 мин

А также — послеродовая коррекция, снятие синдрома хронической усталости, устранение межреберной невралгии, ишиас и т. д.

Консультации и запись по тел.: 8 (499) 755-65-42

Ул. Чертановская, 16-2  
WWW.ZDOROVO.VIP



ВСЕМ ПОСЕТИТЕЛЯМ МАССАЖНОГО КАБИНЕТА —  
ПОДДЕРЖИВАЮЩИЙ КУРС ГАЛОТЕРАПИИ В СОЛЯНОЙ ПЕЩЕРЕ В ПОДАРОК!  
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ