



МЕДИНФО-Саров

МЕДИЦИНА ИЗ ПЕРВЫХ РУК

№ 3 (233)
МАРТ 2025

Инновации, забота и семейные ценности

Больше двух лет роддом КБ №50 ФМБА России проводит Дни открытых дверей для будущих мам

В марте на обзорную экскурсию впервые пригласили журналистов. Обо всех изменениях, которые произошли в учреждении за последние годы, им рассказала заведующая акушерским отделением Екатерина Шевцова. «Одно из ключевых достижений — обновление оборудования. У нас появились современные кровати-трансформеры, неонатальные столы, реанимационные системы, фетальные мониторы, аппараты УЗИ и многое другое. Но даже самые передовые технологии не заменят человеческое участие. С момента поступления и до выписки из отделения врачи, акушерки, детские медсестры, санитарки всегда находятся рядом с пациентками. Мы стремимся создать для мамочек максимально комфортные условия и найти индивидуальный подход. Саровчанки выбирают наш роддом, и это результат слаженной командной работы, где каждый специалист на своем месте. Я горжусь своими коллегами», — подчеркнула Екатерина Сергеевна. Во время экскурсии журналисты смогли пообщаться с Ольгой, которая накануне впервые стала

За первые два месяца этого года в акушерском отделении появилось на свет 82 малыша.

мамой. Символично, что ее малышка успела попасть в объективы камер еще до своего рождения. В декабре на открытии Центра здоровья семьи она «позировала» для СМИ с экрана монитора УЗИ. «Я в восторге! Всем, кто мне звонил, я говорила не о своем состоянии, а о том, насколько в отделении замечательный коллектив. Честно говоря, даже не заметила, как прошла операция — врачи постоянно поддерживали, объясняли, помогали. А еще очень удобно, что вопрос с оформлением свидетельства о рождении решается сразу и не нужно будет специально за ним идти», — рассказала Ольга. Также Екатерина Шевцова рассказала журналистам, что за первые два месяца этого года в акушерском отделении появилось на свет 82 малыша. Она отметила расту-

щую популярность партнерских родов, которые возможны в учреждении даже при операции кесарева сечения. Уже почти 40% пар выбирают семейно-ориентированный формат. «Я наконец-то побывала в «святой святых». Екатерина Сергеевна все подробно рассказала и ответила на все вопросы. При общении с персоналом и пациентками видно, что она очень чуткий и добрый руководитель и доктор. Палаты и помещения чистые, вся необходимая техника и оборудование есть.

С момента поступления и до выписки из отделения врачи, акушерки, детские медсестры, санитарки всегда находятся рядом с пациентками.

Приходите рожать!», — поделилась впечатлениями корреспондент «Говорит Саров» Оксана Карпова. «Здесь заботятся о будущих мамах и их малышах. Впечатления от экскурсии в роддом только положительные. Порадовала современная оснащённость палат, стерильность и комфорт. Особенно впечатлили родильные залы, оборудованные всем необходимым для естественных родов и экстренной помощи. Спасибо Екатерине Сергеевне за информативную и позитивную экскурсию! Рекомендую всем будущим родителям!», — отметила корреспондент «Нового телевидения Сарова» Екатерина Архипова.

Благодарим «Новое телевидение Сарова» и «Говорит Саров» за активную информационную поддержку и вклад в популяризацию семейных ценностей, ответственного подхода к родителю и здоровому образу жизни.



II Всероссийский форум «Женщины за здоровое общество» состоялся в Москве

Участниками мероприятия стали представители органов государственной власти, научного и медицинского сообщества, лидеры бизнеса и некоммерческих организаций из 12 стран. Клиническую больницу №50 ФМБА России на форуме представили заведующая поликлиникой №2 Ирина Макарова и заведующая детской поликлиникой Марина Алексина. «Побывать на мероприятии столь высокого уровня — это большая честь и ответственность. Особенно вдохновило выступление руководителя ФМБА России Вероники Игоревны Сворцовой, которая рассказала о колоссальной работе Агентства в сфере разработки инновационных лекарственных препаратов. Как заведующая детской поликлиникой, я с особым вниманием слушала дискуссии о поддержке материнства и детства, формировании культуры здоровья у подрастающего поколения. Форум показал, что вопрос построения здорового общества находится в центре внимания государства и про-



фессионального сообщества», — рассказала Марина Алексина. На площадках форума обсуждались ключевые вопросы общественного здравоохранения, профилактики заболеваний и интеграции социальных

держивают в трудные моменты. Была впечатлена успехами федерального проекта «Укрепление общественного здоровья», а впереди еще больше — нацпроект «Продолжительная и активная

жизнь!» Тронута забота о репродуктивном здоровье — уже 6,7 млн россиян прошли скрининг, из них 4,1 млн женщин. На форуме выпала возможность познакомиться лично с командой организаторов, в том числе с Саняем Коваль, которая 1 марта общалась онлайн с участниками семинара проекта «Здоровое общество» в Сарове на тему женского здоровья. Надеюсь, совсем скоро активисты движения «Женщины за здоровое общество» выступят спикерами на мероприятии нашего города», — рассказала Ирина Макарова. Организаторами II форума «Женщины за здоровое общество» выступили Совет Федерации Федерального Собрания Российской Федерации совместно с Фондом Росконгресс. Форум состоялся под эгидой Совета Евразийского женского форума при Совете Федерации. Мероприятие поддержано Министерством здравоохранения РФ, Министерством промышленности и торговли РФ, ФМБА России.

Источники: womenforhealth.ru
Фотографии: photo.roscongress.org

Все для Победы

Термобелье, средства личной гигиены, одеяла, фонари и другие необходимые на передовой вещи собрали сотрудники Клинической больницы №50 ФМБА России для бойцов, которые с честью несут службу в зоне специальной военной операции. Такие акции стали доброй традицией и проходят под эгидой ФМБА России регулярно, объединяя

коллектив учреждения в общем порыве поддержать защитников Отечества. Сегодня, как никогда, важно быть сплоченными. Сила России — в ее людях, их неравнодушии и готовности прийти на помощь. Благодарим всех, кто принял участие в благотворительном сборе.



Перспективы развития физической и реабилитационной медицины в КБ № 50 ФМБА России



Развитию физической и реабилитационной медицины Клинической больницы №50 уделяется особое внимание. В конце 2023 года было открыто отделение амбулаторной медицинской реабилитации саровчан. Благодаря участию Сарова в совместном проекте ФМБА России и Госкорпорации «Росатом» работа в этом направлении продолжается. В дальнейшем планируется расширение зоны реабилитации для пациентов кардиологического и онкологического профиля на базе поликлиники №1. Поделиться своим опытом в организации этапов медицинской реабилитации в наш город приехали заместитель генерального директора по медицинской реабилитации ФГБУ ФНЦК МРНК ФМБА России Ринат Богданов и главный внештатный специалист по медицинской реабилитации ФМБА России в ПФО, заведующая дневным стационаром отде-

ления медицинской реабилитации ПОМЦ ФМБА России Елена Ким. «Система оказания медицинской помощи постепенно трансформируется. Основная цель изменений — обеспечение эффективности и доступности медицинской помощи в течение которого пациент получает лечение и реабилитацию, поэтапно взаимодействуя с различными группами специалистов. Такой подход позволяет максимально адаптировать человека к жизни в обществе после перенесенного заболевания. В Сарове начали с наиболее востребованного направления — третьего, амбулаторного этапа медицинской реабилитации. С целью организации второго этапа медицинской реабилитации в условиях стационара сейчас прорабатываются вопросы по реорганизации службы с выделением отдельного профильного отделения», — рассказал Ринат Богданов. Первый этап реабилитации саровчанам проводят в стационаре

сразу после операции или купирования острого периода заболевания. На дальнейшее восстановление пациентов направляются в неврологическое отделение, где развернуты реабилитационные койки. В этом году здесь установили новое, современное оборудование. Интерактивная система виртуальной реальности NIRVANA позволяет выполнять специальные упражнения для преодоления когнитивного дефицита и дефицита моторики. Появился многофункциональный комплекс со встроенным вертикализатором, силовыми станциями, разгрузочной и слайдерной системами. Приобретен тренажер с биологической обратной связью, а также имитатор опорной нагрузки. Однако в тяжелых случаях саровчан госпитализируют в специализированные учреждения ФМБА России, в том числе в Приволжский окружной медицинский центр.

«Я курирую подразделения Агентства в Приволжском федеральном округе, которые занимаются медицинской реабилитацией. В ПОМЦ организованы все ее этапы, поэтому мы всегда готовы помочь как с организационными вопросами и подготовкой кадров, так и с лечением иногородних пациентов, если в этом есть необходимость. Отмечу, что перспективы развития реабилитации в Клинической больнице №50 есть, так как уже проделана большая работа по подготовке запуска третьего, амбулаторного этапа», — подчеркнула Елена Ким. Кроме того, в планах КБ №50 ФМБА России совершенствование первого этапа реабилитации. В этом году переподготовку по физической и реабилитационной медицине прошли два специалиста учреждения. Это позволит повысить качество оказания помощи на ранних этапах медицинской реабилитации.

Здоровая женщина = красивая женщина!

Накануне 8 марта Центр промышленной медицины провел День открытых дверей, посвященный женскому здоровью.

В нем приняли участие более 40 саровчанок. По традиции для них вели прием специалисты учреждения, были организованы диспансеризация, семинар и чаепитие. «Помимо медицинской составляющей, которая включает анализы, маммографию, ЭКГ, УЗИ и консультации профильных врачей, мы на наших мероприятиях уделяем большое внимание профилактике. Здоровый образ жизни — это путь к счастливой жизни. И давно уже не секрет, что внимательное отношение к себе позволяет предотвратить многие серьезные заболевания и сохранить здоровье на долгие годы», — рассказала заведующая поликлиникой №2 Ирина Макарова. Для каждого семинара организаторы стараются подобрать наиболее актуальные темы. В этот раз врач — акушер-гинеколог Анна Нижегородова рассказала об исследованиях, которые периодически должна проходить каждая



женщина. Анна Александровна также напомнила о необходимости самодиагностики молочной железы, профилактике остеопороза и опасности вируса папилломы человека. Впервые в Центре промышленной медицины выступила фитнес-тренер, руководитель студии «МУЗА ФИТНЕС» Ирина Полякова. Она представила участникам комплекс упражнений, направленных на

укрепление мышц тазового дна. Особым гостем мероприятия стала президент благотворительного фонда «Подари солнечный свет» и член команды проекта «Женщины за здоровое общество» Саня Коваль. В своем выступлении Саня Садыжановна отметила, что именно от женщины зависит будущее нации и поэтому она должна быть амбассадором здорового образа жизни. «Когда мы создавали наш городской проект, то не знали, что есть всероссийский проект с аналогичным названием. У нас схожие цели, но разные масштабы и поэтому мы решили познакомиться с руководителем экосистемы

Впервые в Центре промышленной медицины выступила фитнес-тренер, руководитель студии «МУЗА ФИТНЕС» Ирина Полякова.

«Здоровое общество» Анастасией Столковой, руководителем дирекции по здравоохранению Фонда Росконгресс, которая развивает движение «Женщины за здоровое общество». Очень приятно, что

она откликнулась и поделилась контактами с командой проекта. Благодаря ей мы смогли пригласить Саню Коваль выступить онлайн на нашей встрече. Для нас это сотрудничество играет важную роль, и мы надеемся, что оно будет развиваться», — рассказала куратор городского проекта «Здоровое общество» Ольга Шадрина. Дни открытых дверей по профилактике онкологических заболеваний и сохранению репродуктивного здоровья проходят в Центре промышленной медицины несколько раз в год. Для удобства саровчанок их всегда организуют в выходной день, что особенно ценят работающие мамы. «Я мама ребенка-инвалида и сейчас участвую в проекте для мам особенных детей «Счастливая». Когда меня пригласили на это мероприятие, я сразу согласилась. Возможность прийти медосмотр в субботу — это удобно. Особенно, когда у тебя ненормированный рабочий день и график», — отметила Людмила. Мероприятия, направленные на формирование культуры бережного отношения к здоровью, проходят в Центре промышленной медицины при поддержке проекта «Здоровое общество», а также в рамках форума «Территория здоровья».

Дни открытых дверей по профилактике онкологических заболеваний и сохранению репродуктивного здоровья проходят в Центре промышленной медицины несколько раз в год.

Вам, любимые!



Ежегодно в Сарове при поддержке Департамента по делам молодежи и спорта, и Ресурсного центра добровольчества проходит акция «Вам, любимые». В этом году активное участие в акции принял депутат городской думы Денис Щербуха. Вместе с волонтерами СарФТИ НИЯУ МИФИ он поздравил сотрудников скорой помощи и приемного покоя Клинической больницы №50 ФМБА России. Денис Валерьевич вручил каждой женщине по букету тюльпанов, а студенты — по прянику ручной работы и открытке с авторским рисунком юной саровской художницы Ярославой Головиной. «Медицинский персонал скорой помощи и приемного покоя хирургического корпуса КБ №50 — профессионалы с большой бук-

вы, — отметил Денис Щербуха. — При необходимости — сильные и хладнокровные люди, способные в прямом смысле спасти жизнь пациента, а если надо — успокоить, утешить, подарить надежду. Сегодня, когда мы с ребятами их поздравляли, медики были просто очаровательными женщинами, яркими и красивыми, скромными и застенчивыми, но все — той самой прекрасной половиной человечества, которой хочется восхищаться и гордиться! Спасибо за их труд и заботу о здоровье саровчан. Счастья, любви и добра!» Мы благодарим Дениса Щербуху и волонтеров СарФТИ НИЯУ МИФИ за поздравление сотрудников клинической больницы! Фото: Анна Шиченкова, КБ №50.

БЛАГОДАРНОСТЬ

«Хочу выразить искреннюю благодарность заместителю главного врача КБ №50 ФМБА России, начальнику МСЧ №1 Масловой Вере Николаевне за оказанную помощь в организации моего лечения в условиях хирургического отделения №2 КБ №50 ФМБА России по поводу полученной мной травмы, а именно, перелома голени со смещением. Уважаемая Вера Николаевна, от всей души поздравляю Вас с наступающим праздником 8 марта и сердечно благодарю за оказываемую помощь и поддержку на всех этапах моего лечения как после полученной травмы, так и организации оказания мне медицинской помощи в целом! Прежде всего желаю Вам крепкого здоровья, а также успехов в Вашем труде, семейного счастья, благополучия и всего самого наилучшего!»

**С уважением и самыми наилучшими пожеланиями,
Черных Антон Алексеевич**

«Выражаю самую искреннюю благодарность доктору Юлии Михайловне Кошечкиной за чуткое и внимательное отношение. Доктор с большой буквы, побольше бы таких лучших. Еще благодарю весь медицинский персонал, особенно операционную бригаду. Весь женский коллектив с праздником весны 8 марта. Пусть в ваших сердцах всегда будет весеннее настроение. Храни Вас Бог от всех бед.»

Маркина А.А.

«Выражаем искреннюю благодарность заведующей женской консультацией поликлиники №1 Иоселивич Елене Павловне, врачам — акушеру-гинекологу Бабуриной Ольге Владимировне за высокий профессионализм и оперативную госпитализацию. Ваше внимательное и неравнодушное отношение создали атмосферу доверия, которая оказалась поддержкой в этот непростой для нас момент. Также выражаем искреннюю благодарность заместителю главного врача, начальнику МСЧ №1 Масловой Вере Николаевне за предоставленную машину медицинской скорой помощи, водителям и фельдшерам скорой помощи за быструю и надежную доставку до медицинского центра в г. Москва. Спасибо всем сотрудникам ФГБУЗ КБ №50 за вашу работу! Пусть она всегда будет оценена по достоинству. Вы делаете очень важное дело!»

Семья Морозовых

«Неоднократно нахожусь на обследовании в эндоскопическом отделении. Хочу выразить огромную благодарность всем сотрудникам за добросовестный труд, спасибо вам большое. В отделении царит порядок и чувствуется большая ответственность за все!»

Татьяна

«Выражаю глубокую признательность доктору-окулисту Павлу Игоревичу Орлову за удивительно деликатное отношение ко мне (как и ко всем пациентам), убедительность в моих проблемах зрения. Если что-то было недопонято мной, доктор спокойно и терпеливо объяснял ситуацию. Все становилось ясно: что делать и как. Желаю этому замечательному доктору и человеку: мира и согласия с близкими людьми, благополучия, конечно, здоровья крепкого, неиссякаемого энтузиазма и человеческой доброты, удачи!»

С глубоким уважением, А.В. Золотова

«Выражаю благодарность сотрудникам кабинета физиопроцедур №235. Большое спасибо за профессионализм в работе и чуткое отношение ко мне. Приятно лечиться, когда общение происходит в спокойной и отзывчивой манере. Благодарю за труд! И за лечение! Всех благ!»

Барышева Е.С.

«Я, Черных Антон Алексеевич, выражаю благодарность всему коллективу Хирургического отделения №2 в, частности, моим лечащим врачам — Белоусову Алексею Анатольевичу, Заведующему ХО-2 Ковалдову Александру Викторовичу, врачам — травматологу-ортопеду Девятай-кину Михаилу Васильевичу за оказанную помощь в лечении перелома голени со смещением. Желаю Вам крепкого здоровья, успехов в Вашей деятельности, семейного счастья, благополучия, неиссякаемой энергии и новых сил!»

Также хочется поблагодарить всех медсестер и санитарок данного отделения, поздравить с наступающим праздником 8 марта! Желаю здоровья, семейного счастья, любви и всего самого доброго!

Спасибо Вам за человеческое, доброе, внимательное отношение!»

С Уважением, Черных Антон Алексеевич

«Поздно вечером 29 марта 2025 г резко ухудшилось состояние моего двухмесячного внука, находящегося на лечении в инфекционном отделении. Для оказания помощи срочно были вызваны специалисты из детского отделения и отделения реанимации, которые оперативно прибыли на помощь к нашему малышу. Оценив состояние ребенка, врачом реаниматологом Мельниковым Павлом Владимировичем оперативно было принято решение о переводе малыша в отделение реанимации, где ему была оказана вся необходимая помощь.»

Вся наша семья выражает огромную благодарность Мельникову П.В., педиатру Кузьмину Р.А., а также всем сотрудникам отделения реанимации, дежурившим в ночь на 30 марта, за профессионализм, чуткое и внимательное отношение к маленькому пациенту.

Вы — люди самой гуманной профессии в мире, большое человеческое спасибо вам за ваш нелегкий, но такой необходимый всем труд!»

Гришина И.Е.

«29.03 в 12.30 я обратилась в детскую поликлинику с дочерью, у которой поднялась температура 38,4. К сожалению, в это время уже все врачи закончили свою работу. Но девушку на стойке регистратуры связалась с заведующей поликлиники и она нас приняла. Ребенка посмотрели и назначили лечение! Очень приятно, что в нашей детской поликлинике так серьезно относятся к своей работе! Спасибо Вам большое!»

Наталья

Центр спасения жизней

Уникальные для Сарова операции, новейшее оборудование и команда высококвалифицированных специалистов — все это Сосудистый центр КБ №50 ФМБА России. Здесь, в современной ангиографической операционной, врачи по рентгенэндоваскулярным методам диагностики и лечения с ювелирной точностью проводят самые сложные и при этом малоинвазивные вмешательства на сосудах.

С момента открытия в августе прошлого года специалисты центра выполнили уже более 400 коронарографий и около 200 процедур стентирования коронарных артерий. Не раз они спасали и пациентов с жизнеугрожающими кровотечениями. Об этом журналистам рассказал заведующий отделением рентгенэндоваскулярных методов диагностики и лечения Данила Чернышев. «Нашему самому молодому пациенту было 36 лет, самому возрастному — около 90. Особенно запомнился мужчина с синдромом Пиквика. На момент поступления он уже не мог ни сидеть, ни лежать. Благодаря возможностям Сосудистого центра мы смогли провести пункцию и откачать из околосердечной сумки четыре литра жидкости. Это колоссальный объем, учитывая, что в среднем в таких

случаях ее количество составляет от 200 до 600 мл. Можно сказать, что после операции у него началась новая жизнь», — подчеркнул Данила Сергеевич. Он также отметил, что с этого года Сосудистый центр начинает проводить не только экс-

С августа прошлого года специалисты центра выполнили уже более 400 коронарографий и около 200 процедур стентирования коронарных артерий.

тренное, но и плановое стентирование коронарных артерий. Кроме того, со временем здесь будет внедрена система тромбозэкстракции — передовой метод лечения инсультов, по-

зволяющий удалять тромбы из сосудов головного мозга и минимизировать последствия этого опасного заболевания. Для журналистов экскурсия в ангиографическую операционную стала первой за время ее работы. Благодарим всех участников мероприятия за активную информационную поддержку деятельности Клинической больницы №50.





Всемирный день почки

Многие из нас не задумываются о работе почек, пока не столкнутся с проблемами. А ведь именно почки — настоящие труженики нашего организма, выполняющие множество жизненно важных функций.

РОЛЬ ПОЧЕК В ОРГАНИЗМЕ

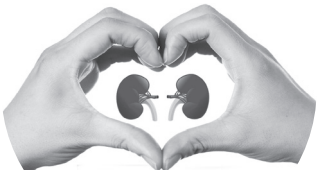
Фильтрация крови. Почки очищают кровь от шлаков и токсинов, которые затем выводятся из организма с мочой.

Регуляция водно-солевого баланса. Почки контролируют уровень воды и солей в организме, что важно для поддержания нормального артериального давления и работы сердечно-сосудистой системы.

Поддержание здоровья костей. Синтезируют активную форму витамина D для крепости костей.

Производство гормонов. Вырабатывают гормон эритропоэтин, который стимулирует выработку красных кровяных телец (эритроцитов).

Защита от инфекций. Мочевыделительная система имеет антибактериальные свойства: кислая среда мочи и иммуноглобулины в ее составе подавляют рост патогенных микроорганизмов.



ОСНОВНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК

Хроническая болезнь почек (ХБП). Постепенное снижение функции почек, которое может привести к почечной недостаточности.

Пиелонефрит. Инфекционное заболевание почек, которое может вызвать воспаление и повреждение почечной ткани.

Гломерулонефрит. Воспаление почечных клубочков. Возникает из-за инфекций или аутоиммунных заболеваний.

Мочекаменная болезнь. Образование камней в почках или мочевыводящих путях.

Кисты почек. Появление заполненных жидкостью полостей в почках. В большинстве случаев кисты почек доброкачественные, но в некоторых ситуациях могут требовать наблюдения или лечения.

Диабетическая нефропатия. Следствие высокого сахара в крови, который повреждает почки у людей с диабетом.

Гипертоническая нефропатия. Повреждение почек из-за длительного повышенного артериального давления.

Почечная недостаточность. Состояние, при котором почки

частично или полностью теряют способность выполнять свои функции: фильтровать кровь, удалять токсины и регулировать водно-солевой баланс. Острая почечная недостаточность развивается внезапно (из-за отравления, травмы, инфекции) и может быть обратимой. Хроническая — прогрессирующая потеря функции почек (из-за диабета, гипертонии, гломерулонефрита), часто необратима.

СИМПТОМЫ ПРОБЛЕМ С ПОЧКАМИ

Многие заболевания почек долгое время протекают бессимптомно. Но на поздних стадиях могут появиться:

- Отеки лица, рук и ног.
- Изменение мочи (темная, красноватая, мутная).
- Частое мочеиспускание, боль или жжение при мочеиспускании.
- Боль в пояснице. Тупая или ноющая боль в области поясницы, иногда отдающая в бок или живот.
- Острая, интенсивная боль, отдающая в пах, может быть признаком почечной колики при мочекаменной болезни.
- Постоянная усталость, слабость, снижение аппетита, тошнота.
- Сухость и раздражение кожи.
- Повышение артериального давления, которое трудно контролировать.



ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ ПОЧЕК

Контролируйте артериальное давление и уровень сахара в крови. Гипертония и диабет — основные враги почек.

Старайтесь правильно питаться. Ограничивайте соль, сахар, жирную и жареную пищу. Умень-

шите потребление переработанных продуктов, фастфуда и консервов. Включите в рацион фрукты, овощи, цельнозерновые, нежирные белки (рыба, птица).

Пейте достаточно воды. Обезвоживание — один из главных врагов почек. Пейте чистую воду в течение дня, особенно в жаркую погоду и при физических нагрузках. Сколь-

ко пить? Ориентируйтесь на жажду и цвет мочи (она должна быть светло-желтой). Обычно, для взрослого человека это около 1,5-2 литров в день, если нет противопоказаний.

Откажитесь от курения и ограничьте алкоголь. Вредные привычки негативно влияют на состояние почек.

Будьте физически активны — регулярные прогулки, плавание, зарядка улучшают обмен веществ и снижают риск ожирения.

Избегайте бесконтрольного приема лекарств. Некоторые лекарства, особенно нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП) (например, ибупрофен, диклофенак), могут быть вредны для почек при частом и бесконтрольном применении. Принимайте лекарства только по назначению врача и соблюдайте дозировку.

Своевременно лечите урологические инфекции (цистит, пиелонефрит), чтобы избежать осложнений. Соблюдайте гигиену, не переохлаждайтесь.

Регулярно проходите профилактические осмотры. Даже если вас ничего не беспокоит, важно проходить ежегодные медицинские осмотры, включающие анализ мочи и контроль артериального давления. Раннее выявление проблем с почками значительно повышает шансы на успешное лечение и предотвращение серьезных осложнений.

Своевременное выявление и профилактика заболеваний почек дают возможность сохранить здоровье на долгие годы. Заботьтесь о своих почках — и они будут заботиться о вас!

Заведующая отделением медицинской профилактики поликлиники №1, врач-нефролог С.А. Четырева

День борьбы с глаукомой



Глаукома — хроническое заболевание глаз, которое характеризуется повышением внутриглазного давления (ВГД), повреждением зрительного нерва и постепенной утратой зрения. Без своевременного лечения глаукома может привести к необратимой слепоте. Однако ранняя диагностика и правильное лечение позволяют сохранить

зрительные функции. Вместе с заведующим офтальмологическим отделением КБ №50 ФМБА России Владимиром Лычевым мы подготовили памятку о симптомах и профилактике глаукомы.

Основные формы глаукомы — открытоугольная (наиболее распространенная) и закрытоугольная. Симптомы зависят от типа заболевания.

ОТКРЫТОУГОЛЬНАЯ ГЛАУКОМА (ХРОНИЧЕСКАЯ):

На ранних стадиях симптомы отсутствуют; заболевание развивается незаметно.

Постепенное сужение полей зрения (человек перестает видеть объекты по бокам).

- Появление «туманного» зрения или радужных кругов вокруг источников света.

- Трудности с ориентацией в пространстве.

- В редких случаях — легкие головные боли.

- На поздних стадиях — значительная потеря зрения, вплоть до слепоты.

ЗАКРЫТОУГОЛЬНАЯ ГЛАУКОМА (ОСТРЫЙ ПРИСТУП):

- Внезапная сильная боль в глазу, покраснение глаза.

- Резкое ухудшение зрения, вплоть до полной его потери.

- Тошнота, рвота (из-за высокого давления).

- Радужные круги вокруг источников света.

- Затуманивание зрения. Важно! Острый приступ глаукомы — неотложное состояние, требующее срочной медицинской помощи.

ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ГЛАУКОМЫ

Глаукома может развиваться у любого человека, но некоторые факторы увеличивают риск: - возраст старше 60 лет,

- наследственная предрасположенность,

- повышенное внутриглазное давление,

- сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, высокое артериальное давление,

- близорукость или дальнозоркость,

- длительное использование кортикостероидов.

- травмы или операции на глазах в прошлом.

ПРОФИЛАКТИКА ГЛАУКОМЫ

Глаукому невозможно полностью предотвратить, но можно снизить риск ее развития и прогрессирования, а также выявить заболевание на ранней стадии.

ОСНОВНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- Регулярные осмотры у офтальмолога. Раз в 1-2 года, если у вас нет факторов риска и нет жалоб.

Ежегодно, если у вас есть факторы риска (возраст старше 40 лет, семейный анамнез глаукомы и т.д.).

- Контроль общего здоровья. Следите за артериальным давлением и уровнем сахара в крови. Не пренебрегайте диспансеризаци-

ей. В рамках медицинского осмотра проводится в том числе измерение внутриглазного давления.

- Ведение здорового образа жизни. Умеренные физические нагрузки (например, ходьба и плавание) улучшают кровообращение и помогают контролировать ВГД.

Откажитесь от курения, так как никотин ухудшает кровоснабжение зрительного нерва.

Старайтесь питаться сбалансированно и избегайте чрезмерного употребления соленой пищи и кофеина, так как они могут повышать внутриглазное давление.

- Защита глаз. Носите защитные очки при работе с травмоопасными материалами или во время занятий спортом. Избегайте длительного пребывания в темноте, резких перепадов освещения, использования расширяющих зрачки медикаментов, так как это может спровоцировать приступ закрытоугольной глаукомы.

- Ограничение стресса. Эмоциональные перегрузки могут способствовать повышению внутриглазного давления.

ЛЕЧЕНИЕ ГЛАУКОМЫ

Лечение глаукомы направлено на снижение внутриглазного дав-

ления, чтобы предотвратить дальнейшее повреждение зрительного нерва. Полностью вылечить глаукому невозможно, но можно замедлить или остановить ее прогрессирование. Лечение назначается индивидуально в зависимости от типа глаукомы, стадии заболевания и других факторов.

ВАЖНЫЕ СОВЕТЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С ГЛАУКОМОЙ

- Не занимайтесь самолечением и строго соблюдайте назначения врача. Глаукома требует постоянного контроля и лечения, даже если вы не чувствуете симптомов.

- Избегайте чрезмерного напряжения глаз (например, чтения, просмотра телевизора или работы за компьютером без перерывов).

- Спите с приподнятой головой (на высокой подушке).

- Ограничьте потребление жидкости на ночь, за один прием (пейте небольшими порциями в течение дня).

- Избегайте ношения тесной одежды (например, галстуков), которая может сдавливать сосуды шеи и повышать ВГД.

День больных эпилепсией

26 марта в мире отмечается День больных эпилепсией или «Фиолетовый день». Идею праздника придумала девочка из Канады Кессиди Меган. Она с рождения страдала заболеванием и испытывала негативное отношение окружающих. Кессиди хотела рассказать другим, что она — обычный ребенок, и развеять мифы о болезни.

В нашем городе под наблюдением врачей детской поликлиники КБ №50 ФМБА России находится 122 ребенка с эпилепсией. В прошлом году было вновь выявлено 14 случаев заболевания.

ЧТО ТАКОЕ ЭПИЛЕПСИЯ?

Эпилепсия у детей — хроническое неврологическое заболевание, которое характеризуется повторяющимися приступами, вызванными очагом аномальной биоэлектрической активности в головном мозге. Приступы могут проявляться по-разному в зависимости от типа эпилепсии и области мозга, которая вовлечена в процесс. Между приступами ребенок обычно чувствует себя нормально.

ПОЧЕМУ ВОЗНИКАЕТ ЭПИЛЕПСИЯ?

- Генетическая предрасположенность.
- Перинатальные поражения центральной нервной системы.

- Аномалии развития головного мозга.
- Травмы головы.
- Инфекции центральной нервной системы (например, менингит или энцефалит).
- Метаболические нарушения.
- Опухоли мозга.

Но несмотря на выдающиеся достижения в диагностике в некоторых случаях установить истинную причину эпилепсии не удается.

РАННИЕ СИМПТОМЫ. НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ?

Ранние симптомы эпилепсии у детей могут проявляться различными способами.

1. СУДОРОГИ

- Генерализованные судороги с потерей сознания
- Локальные судороги, затрагивающие отдельные группы мышц
- Кратковременные подергивания конечностей или лица.

2. ИЗМЕНЕНИЯ ПОВЕДЕНИЯ

- Внезапная остановка активности
- Кратковременное «выключение» сознания
- Странные эмоциональные реакции
- Кратковременная дезориентация.

3. СЕНСОРНЫЕ НАРУШЕНИЯ

- Внезапные зрительные искажения
- Необычные ощущения в теле
- Странные запахи или звуковые галлюцинации
- Внезапное онемение части тела.

4. НЕВРОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ

- Кратковременная потеря равновесия
- Внезапное падение
- Периодические приступы головокружения
- Нарушения координации движений

Если вы заметили один или несколько из перечисленных симптомов, особенно если они повторяются, важно как можно скорее показать ребенка врачу. Не все судороги или странные поведенческие проявления являются признаком эпилепсии. Однако только специалист может точно определить причину симптомов и назначить соответствующее лечение.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ У РЕБЕНКА ПРИСТУП?

1. ВО ВРЕМЯ ПРИСТУПА

- Не паникуйте. Большинство приступов проходят сами за 1-3 минуты.

- Убедитесь, что рядом нет острых, твердых или горячих предметов.
- Поверните ребенка на бок, подложите под голову мягкую одежду или подушку, расстегните тесную одежду.

- Не пытайтесь крепко держать его или останавливать судороги — это может привести к травмам.
- Никогда не кладите ложки, пальцы или другие предметы в рот ребенка во время приступа. Это миф, что человек может проглотить язык — на самом деле так можно повредить зубы или вызвать удушье.

- Не давайте воду/лекарства до полного восстановления сознания.

2. ПОСЛЕ ПРИСТУПА

- Оставайтесь с ребенком, успокойте его (многие дети дезориентированы).
- Не кормите и не поите, пока он не придет в себя полностью.
- Если приступ случился впервые, или ребенок получил травму, сильно устал — обратитесь к врачу.

3. СРОЧНО ВЫЗЫВАЙТЕ СКОРУЮ, ЕСЛИ:

- Приступ длится более 5 минут.
- Приступы повторяются без восстановления сознания между ними.
- Ребенок затрудненно дышит, синеет или травмировался.



ЛЕЧЕНИЕ ЭПИЛЕПСИИ

- Ранняя диагностика заболевания улучшает прогноз.
- 70-80% детей получают лекарства.
- Многие дети «перерастают» эпилепсию к 14-16 годам.
- Противосудорожные препараты назначает только врач-невролог! Строго соблюдайте дозировку и график приема.
- Не прекращайте лечение самостоятельно, даже если приступы исчезли — резкая отмена может спровоцировать ухудшение.
- Сообщайте врачу о побочных эффектах (сонливость, сыпь, изменения поведения).

ОБРАЗ ЖИЗНИ И ПРОФИЛАКТИКА

- Режим сна. Недостаток сна — частый триггер приступов. Следите за тем, чтобы ребенок спал не менее 8-10 часов (в зависимости от возраста).
- Питание. Сбалансированный рацион. Если назначена кетогенная диета — строго следуйте рекомендациям врача.
- Физическая активность. Разрешена, но избегайте переутомления и перегрева. Обсудите с врачом подходящие ребенку виды спорта.
- Ограничение времени просмотра телевизора, работы с компьютером и гаджетами. Это может спровоцировать приступ.

- Стресс. Учите ребенка методам релаксации (дыхательные упражнения, рисование).
- Психологическая поддержка. Ребенок может стесняться приступов или бояться их. Говорите с ним, хвалите за смелость.
- Учителя, родственники и друзья должны знать, как действовать при приступе.

Эпилепсия — не приговор. При правильном подходе к лечению и соблюдении всех рекомендаций большинство детей с эпилепсией могут вести полноценную жизнь, учиться и развиваться наравне со сверстниками. Ваша осведомленность, спокойствие и поддержка — ключевые факторы для комфортной жизни ребенка.



СЛУЧАЙ ИЗ ПРАКТИКИ

Атипичная симптоматика эрозивного гастрита у подростка



В феврале в ЦПО КБ №50 обратился пятнадцатилетний подросток с жалобами на интенсивные боли в левой половине грудной клетки, приступообразного характера в покое, при резких движениях, поворотах, наклонах и пальпации, чувство «нехватки воздуха», чувство страха, слабость. Дежурным педиатром Архиповым П.Ф. ребенок был направлен в педиатрическое отделение для исключения заболевания сердечно-сосудистой системы (кардиопатия неуточненная?). При поступлении заведующая педиатрическим отделением

Адоевская А.С. обратила внимание на наличие клинических признаков заболевания желудочно-кишечного тракта. Объективно у ребенка был обложен язык, на коже лица – акне, отмечалась болезненность при пальпации в эпигастриальной области. После комплексного обследования патология сердечной сосудистой системы была исключена. При проведении ЭГДС у подростка был выявлен диффузный гастрит с множественными эрозиями размером до 4 мм. В данном случае боли в области грудной клетки были обусловлены

патологией желудочно-кишечного тракта. Заброс агрессивного желудочного содержимого в пищевод часто сопровождается выраженным болевым синдромом. На фоне эррадикационной терапии самочувствие мальчика значительно улучшилось, ребенок выписан с улучшением. Любые боли в области грудной клетки у детей требуют дифференциальной диагностики и индивидуального подхода в лечении. **Заведующая педиатрическим отделением Адоевская А.С.**

СЛУЧАЙ ИЗ ПРАКТИКИ

Одна операция — две спасенные жизни

В экстренной хирургии существует понятие «тяжелая абдоминальная катастрофа». Это острое заболевание брюшной полости с угрозой для жизни в ближайшее время, если не



будет оказана квалифицированная экстренная хирургическая помощь. Одно из них — острая спаечная кишечная непроходимость. Это состояние, при котором происходит перекут и сдавление просвета кишечника и его сосудов спайками с быстрым нарушением кровоснабжения, некрозом, перфорацией, перитонитом. В данном случае от хирургов требуется быстрая оценка ситуации, принятие решения о необходимости, сроках и виде предстоящей операции. Фактор времени имеет значение. Операция, наркоз — это инвазивный, то есть агрессивный для организма вид лечения. Воспалительные, токсические процессы самого заболевания, операционная травма, медикаментозная нагрузка при проведении наркоза не

проходят бесследно. Но на другой чаше весов — жизнь и здоровье пациента. Задача врачей — выполнить свою работу так, чтобы перевесила вторая чаша. Это большая ответственность — борьба за жизнь пациента. Но бывают случаи, когда приходится бороться сразу за две жизни. В прошлом году в хирургическое отделение поступила молодая женщина с клиникой острой спаечной кишечной непроходимости и беременностью сроком 12 недель. Начато консервативное лечение не дало эффекта. Был проведен консилиум врачей, выставлены показания к экстренной операции. Для сохранения желанной беременности необходимо минимизировать токсическое воздействие на плод, то есть операция должна быть выполнена максимально

быстро. После необходимой подготовки пациентку взяли в операционную. Оперировали заведующий хирургическим отделением Евгений Николаевич Сарпов и заведующая акушерским отделением Екатерина Сергеевна Шевцова. Задача по ликвидации кишечной непроходимости была выполнена. Послеоперационный период прошел штатно, и на восьмые сутки пациентка была выписана под наблюдение врачей Центра здоровья семьи. Летом того же года женщина родила здорового желанного ребенка. Спасенная жизнь пациента — это счастье для врача. Спасенные две жизни — двойное счастье. **Заведующий хирургическим отделением №1 КБ №50 ФМБА России Е.Н.Сарпов**

На страже детских улыбок

Кариес — самое распространенное заболевание в детской стоматологии. Однако его можно предотвратить, если с малых лет формировать правильные привычки. Поэтому врачи-стоматологи Клинической больницы №50 ФМБА России регулярно проводят профилактические занятия с юными саровчанами в детских садах и школах. В игровой и увлекательной форме специалисты рассказывают ребятам: почему важно ухаживать за зубками с самого детства.

- как чистить зубы, чтобы они были крепкими и здоровыми (и даже показывают, как это делать!). - какие продукты помогают улыбке сиять, а с какими лучше быть осторожнее. - что стоматолог — это друг, который помогает зубкам не болеть, и визитов к нему совсем не нужно бояться! Профилактика — ключ к красивой и здоровой улыбке на всю жизнь! Благодарим наших врачей за их инициативу и вклад в здоровье подрастающего поколения, а всех ребят и их педагогов за активное участие и поддержку!



Боулинг — это игра для любого времени года

2025г — это год, когда все мы отмечаем 80-летие победы в Великой Отечественной Войне. Именно поэтому состязания сотрудников подразделений ФГБУЗ КБ №50 ФМБА России и МРУ №50 ФМБА России из числа членов профсоюза в этом году названы соревнованиями «Георгиевская ленточка». По уже сложившейся традиции первым этапом этих состязаний 28.03.2025г. вновь стал чемпионат по боулингу, поскольку боулинг — это игра для любого времени года. Точная дата появления боулинга неизвестна, однако прототипы этой игры существовали во многих древних странах. Ещё

пещерные люди сбивали кегли, сделанные из дерева или камня. По мнению исследователей, родины современного боулинга следует считать земли Германии III века н. э. Кегли в виде деревянных колышек и каменный шар для их выбивания изначально использовались в религиозных ритуалах. Чем больше кегель сбивал человек, тем чище становилась его душа. А потом этот обычай стал народной забавой и распространился по всей средневековой Европе. Профсоюзный комитет КБ № 50 при активном участии молодежной комиссии при профкоме КБ № 50 провели очередной корпоративный турнир по боулингу, направленный на всестороннее развитие сотрудников, укрепление командного духа, развитие «горизонтальных связей» внутри подразделений. Соревнова-

лось 7 команд. В корпоративном турнире приняли участие работники различных подразделений КБ № 50: АХС, Управление, ПНД + Диагностический центр, МСЧ №1, МСЧ №3, МСЧ №4, и команда МРУ №50. Краткий инструктаж, короткая тренировка ... и команды ринулись в корпоративный бой — игра началась. В зачет шли как общие очки, так и индивидуальные. К слову, помимо команды-победителя, были определены и самые результативные игроки (среди мужчин и среди женщин), набравшие максимальное количество очков. Встретиться с коллегами в неформальной обстановке — это хорошая возможность узнать друг друга поближе, кроме того игра в боулинг — это захватывающее соревнование, заряжающее позитивом. По мнению участников соревнований, рабочие контакты не должны ограничиваться только лишь кабинетом или рабочим местом, зачастую рядом находятся интересные личности и где, как не на подобных соревнованиях, можно хорошо узнать друг друга. Церемония награждения победителей состоялась сразу же, непосредственно в боулинг-клубе. Командой победителем

вновь стала команда МСЧ №3, им вручили памятные призы. Лучшим игроком среди мужчин стал Скребцов Игорь Михайлович — врач-анестезиолог-реаниматолог (второй год подряд), лучшей среди женщин — Шляпугина Татьяна Анатольевна — медицинская сестра отделения эндоскопии диагностического центра. Лучшие игроки также получили ценные подарки. Участники весело провели время, заряжаясь позитивной энергией. Даже новички, впервые оказавшиеся на дорожке для боулинга, быстро освоились и показали отличные результаты. Кто-то даже умудрился выбить несколько страйков подряд! Боулинг — это не только положительные эмоции, но и отличная возможность размяться физически, почувствовать азарт игры и отлично провести время. Участники остались довольны мероприятием и настоятельно рекомендуют его всем! Отдельная благодарность за организацию турнира и предоставленные призы профкому профсоюзной организации КБ №50 и конкретно молодежной комиссии под председательством Выломовой Натальи Васильевны. **Профком КБ №50 ФМБА России**



С Юбилеем!

16 марта отметила юбилей главная медицинская сестра психоневрологического диспансера со стационаром **Наталья Юрьевна Сурина**. Сегодня у Вас не просто День Рождения, а Юбилей! Это день, когда годы сложились в красивую дату. И в этой дате все: и достижения, и успехи, и новое ощущение мира и себя в этом мире, и любовь близких, и поддержка друзей, и накопленные знания, и приобретенный опыт, и целая копилка добрых дел и красивых поступков. Пусть каждый из прожитых дней будет Вашим бесценным богатством, пусть воспоминания согревают Вас теплом.



Пусть все, что создано Вами, радуется и придает уверенности, а главное, вдохновляет на новые дела и свершения. Вперед и еще столько интересного! Здоровья Вам, сил и позитива!

Коллектив отделения паллиативной медицинской помощи, психиатрического отделения, психоневрологического отделения и совета медицинских сестер.

С Юбилеем!

Юбилей — важная дата, но не стоит переживать, сколько бы лет ни исполнилось женщине, она всегда красива, обворожительна и притягательна! И в этот чудный праздничный день у нее лишь одна важная забота: принимать самые красивые, самые душевные и самые вдохновляющие поздравления!



23 марта отмечает свой юбилейный день рождения главная медицинская сестра Клинической больницы №50 **Орленко Наталья Александровна**. От всей души поздравляем нашу коллегу! Желаем благополучия и успехов во всем! Пусть в вашей жизни будет как можно меньше тревог и волнений, и больше приятных событий. Пусть все, кто вам дорог, будут рядом. Родные люди приносят только множество положительных эмоций! Пусть дети и внуки вас чаще радуют, дарят теплоту и улыбки. Желаем прекрасного настроения и отличного самочувствия! Будьте здоровы, будьте счастливы, и пусть удача всегда сопутствует во всех делах!

Коллектив главных медицинских сестер Клинической больницы №50

С Юбилеем!

23 марта отмечает юбилей врач-инфекционист **Татьяна Альбертовна Ильасова**. Татьяна Альбертовна работает в КБ №50 с 1981 года, с 1996 года — врачом-инфекционистом кабинета инфекционных заболеваний поликлиники №1. Она профессионально организовала работу специализированного кабинета, с 1997 года ей присвоена высшая квалификационная категория. В поликлинике Татьяна Альбертовна проявила себя высококлассным специалистом. Она всегда принимает продуманные, квалифицированные и профессиональные решения, обладает огромным практическим опытом. В течении многих лет является единственным врачом-инфекционистом, ведущим амбулаторный прием пациентов всего города, в том числе пациентов страдающих ВИЧ-инфекцией. Регулярно проводит тематические занятия по актуальным вопросам инфекционной патологии для врачей КБ №50, всегда охотно

оказывает помощь коллегам по работе, особенно молодым специалистам. Проводит беседы на радио, готовит тематические материалы для СМИ и социальных сетей КБ №50 ФМБА России. Располагает к себе людей и находит с ними общий язык, вежлива и корректна с пациентами.

Уважаемая Татьяна Альбертовна, примите наши самые искренние пожелания здоровья, счастья и семейного благополучия! Пусть каждый день будет согрет теплом и любовью дорогих Вам людей! Мы желаем Вам, чтобы жизнь была наполнена яркими моментами и интересными событиями, а рядом были верные друзья! Пусть все поставленные цели достигаются, а намеченные планы неизменно претворяются в реальность!

Коллектив поликлиники №1



С Юбилеем!

В марте отметили свой юбилей два старейших врача-педиатра детской поликлиники — **Нина Петровна Вовк** и **Валентина Алексеевна Емельянова**. Администрация клинической больницы и коллектив педиатрической службы поздравляет ветеранов и благодарит их за многолетний и добросовестный труд. 4 марта отметила свой 90-летний юбилей Нина Петровна Вовк! Нина Петровна приступила к работе в больнице в 1957 году после окончания Ивановского государственного медицинского института. Более 30 лет она проработала участковым врачом-педиатром в детской поликлинике. За время работы Нина Петровна зарекомендовала себя квалифицированным специалистом. Такие качества как пунктуальность, терпеливость, настойчивость позволяли ей добиться хороших

показателей здоровья на своем участке. Родители и маленькие пациенты любили и ценили своего доктора. Нина Петровна заслуженно пользовалась уважением коллег. За вклад в развитие детского здравоохранения она награждена знаком «Отличник здравоохранения». 21 марта отметила свой 80-летний юбилей Валентина Алексеевна Емельянова! Валентина Алексеевна приступила к работе в больнице после окончания Горьковского государственного института и интернатуры в 1970 году. С 1972 по 1978 годы она работала врачом ЛФК физиотерапевтического отделения, а с 1979 года и до ухода на заслуженный отдых в 2008 году — врачом-педиатром дошкольно-школьного отделения детской поликлиники. Валентина Алексеевна активно занималась лечебно-профилактической работой, особое внимание уделяла пропаганде здорового образа жизни, гигиеническому воспитанию школьников и вакцинопрофилактике. За заслуги в области охраны детского здоровья неоднократно была удостоена администрацией больницы и города. Мы желаем нашим ветеранам крепкого здоровья и бодрости духа, добра и благополучия!

