



## Будущее медицины в руках молодых

Дом ученых вновь стал площадкой для обмена идеями и опытом. В год 80-летия Великой Победы и 80-летия атомной промышленности здесь прошла традиционная научно-практическая конференция молодых специалистов КБ №50 ФМБА России. Мероприятие объединило сотрудников больницы, представителей Межрегионального управления №50 и студентов Саровского медицинского колледжа. «Перед нами — будущее российской медицины. Талантливые, амбициозные, целеустремленные врачи, чья энергия, свежий взгляд и стремление к переменам — именно то, что нужно нашему здравоохранению», — подчеркнул главный врач КБ №50 ФМБА России Игорь Лашманов.

В ходе конференции семь молодых врачей представили доклады по наиболее актуальным направлениям: внедрение передовых методов диагностики и лечения, разбор сложных клинических случаев, оценка эффективнос-

сти современных препаратов, мониторинг инфекционных заболеваний, повышение качества и доступности медицинской помощи для жителей города. Выступления отличались глубиной проработки и убедительной аргументацией, вызвали живые дискуссии и конструктивный обмен мнениями. Опытные наставники высоко оценили уровень подготовки докладчиков, дали ценные рекомендации и наметили векторы для их дальнейшего развития.

Мероприятие объединило сотрудников больницы, представителей Межрегионального управления №50 и студентов Саровского медицинского колледжа.

«Конференция получилась насыщенной, и каждый в зале узнал для себя что-то новое. Мне было очень приятно выступать вместе с опытными докторами. Молодым специалистам критически важно участвовать в таких мероприятиях, делиться результатами исследований и интересными клиническими наблюдениями. Надеюсь, такие конференции продолжатся в нашей клинической больнице», — поделилась впечатлениями врач-кардиолог Ксения Казакова. Конференция в очередной раз подтвердила ключевую роль преемственности поколений в медицине и важность создания площадок для профессионального диалога. Благодарим участников, наставников, организаторов и всех, кто сделал это мероприятие возможным.



## Легкий старт.

### В поликлинике №1 прошел обучающий семинар для сотрудников

Медицинские работники ежедневно сталкиваются с высоким уровнем эмоциональной нагрузки. В целях профилактики профессионального выгорания и поддержки психологического благополучия сотрудников, в поликлинике №1 состоялся обучающий тренинг на тему «Адаптация после отпуска». Мероприятие провела медицинский психолог Анастасия Морозова. Цель лекции — помочь медикам, вернувшимся из отпусков, плавно и без стресса войти в рабочий процесс. В ходе семинара были рассмотрены ключевые аспекты постотпускной адаптации: от физиологических изменений в организме до психологических барьеров, таких как прокрастинация и снижение концентрации.

«Возвращение из отпуска — всегда стресс для организма. Моя задача — дать понятные инструменты, которые помогут минимизировать этот дискомфорт, сохранить высокую работоспособность и позитивный настрой. Это важно

не только для врачей, но и для представителей других профессий, особенно в системе «человек-человек», — отметила Анастасия Андреевна. Психолог поделилась практическими рекомендациями по управлению стрессом, техниками планирования нагрузки в первые дни после выхода из отпуска, а также методами восстановления энергии и мотивации. Особое внимание специалист уделила необходимости соблюдения баланса «работа-жизнь» для предотвращения эмоционального истощения. «Соблюдение рекомендаций позволит избежать трудностей с возвращением к рабочему ритму, повышенной усталости и стресса, конфликтов и недопонимания, снизит риски эмоционального выгорания, что является профилактикой развития психосоматических заболеваний. Забота о себе и своем благополучии — важный аспект жизни любого человека, который напрямую влияет на способность справляться с профессиональными обязанностями», — подчеркнула Анастасия Андреевна.

Проведенный тренинг стал частью системной работы по укреплению внутренней корпоративной культуры и повышению устойчивости персонала к рабочим нагрузкам. Планируется, что подобные мероприятия по управлению стрессом и профилактике выгорания будут проводиться на регулярной основе.

Фото: Яна Савина



## ФМБА России и Росатом запустили коммуникационно-образовательный трек для 200 медиков 25 атомных городов

Около 200 представителей медицинских учреждений Федерального медико-биологического агентства из 25 атомных городов приняли участие в первом семинаре отраслевого проекта «МедиаСтанция». 25 одновременно проходящих семинаров, объединенных онлайн-связью, стали площадкой для профессионального взаимодействия, обмена опытом и формирования новых подходов к развитию медицинской сферы в условиях современных технологий и коммуникаций. В рамках годового обучения медики совместно с коммуникационными командами городов разработают оригинальные мероприятия и проекты, которые укрепят взаимопонимание между врачами и пациентами, а также повысят привлекательность городов Росатома для молодежи. «МедиаСтанция» — это отраслевой коммуникационно-образовательный проект, который реализуется Федеральным медико-биологическим агентством,

департаментом коммуникаций Госкорпорации «Росатом», «Академией Маяк» Росатома в партнерстве с Мастерской управления «Сенеж», во взаимодействии с Министерством науки и высшего образования РФ и технологической корпорацией VK. В «МедиаСтанции» принимают участие коммуникационные команды городов присутствия предприятий Росатома от калининградских Советска и Немана до чукотских Певека и Билибино. За два года реализовано более 150 обучающих и практических мероприятий, а также разработан ряд уникальных медиа-проектов. В 2024 году «МедиаСтанция» стала лауреатом национальной премии «Серебряный Лучник» (номинация «Лучший образовательный проект») и была представлена в Общественной палате Российской Федерации и Совете Федерации ФС РФ как пример долгосрочной образовательной модели.

## Главные и старшие медицинские сестры ФМБА России обменялись опытом в Санкт-Петербурге

В октябре на базе Санкт-Петербургского центра последипломного образования работников здравоохранения ФМБА России прошла Школа главной медсестры «Управление рисками. Коммуникационная безопасность». Образовательный проект, инициативный в 2024 году, представляет уникальную возможность познакомиться и обменяться управленческим опытом с ведущими экспертами Федерального медико-биологического агентства, а также обсудить насущные вопросы практической деятельности и развития сестринских служб.

Мероприятие привлекло специалистов из разных регионов России. Клиническую больницу №50 на нем представила главная медицинская сестра МСЧ №1 Анна Халтурина. Она выступила с докладом «Опыт обеспечения эффективных коммуникаций с пациентами на этапах оказания медицинской помощи в современной медицинской организации». «Очное участие в мероприятиях данного формата дает возможность глубокого понимания представленных вопросов. А практическая командная проработка по заданной тематике коммуникативных приемов позволит применять полученные знания при организации работы с персоналом, который, в свою очередь, обязательно будет внедрять эти

навыки при общении с пациентами», — отметила Анна Борисовна. Программа Школы была максимально насыщенной и ориентированной на практику. Слушатели изучали психологические аспекты управления, инструменты безопасных профессиональных коммуникаций, принципы «цифровой гигиены» и методики настав-

Клиническую больницу №50 на нем представила главная медицинская сестра МСЧ №1 Анна Халтурина.

ничества. Кроме того, специалисты приняли активное участие в тренингах по командообразованию, а также посетили Городскую больницу Святого Великомученика Георгия.



## Здоровье в приоритете

Современная молодежь все чаще выбирает здоровый образ жизни, но в напряженном ритме будней не всегда удается найти время для планового медицинского осмотра. Для студентов, чей график расписан по мину-

там, этот вопрос стоит особенно остро. Чтобы сделать заботу о здоровье доступнее, поликлиника №1 организовала выездную диспансеризацию в Саровском политехническом техникуме.

«К нашей поликлинике прикреплены 250 студентов, и чтобы охватить всех, мы запланировали пять выездов. Помимо общей диспансеризации, сегодня мы проводим и репродуктивную: юношей осматривает уролог, а девушек пригла-

шаем на консультацию к акушеру-гинекологу. Кроме того, все желающие могут сделать прививку от гриппа», — рассказала заведующая отделением медицинской профилактики Светлана Четырева. Благодаря слаженной работе сотрудников поликлиники 50 юношей и девушек прошли обследование, а при необходимости сразу же получили направление к узким специалистам и лечение в условиях стационара. И все это, не выходя из стен учебного заведения — удобно и быстро! «Польза от таких акций велика, ведь абсолютно здоровых студентов, к сожалению, мало. Мы привыкли обращаться к врачу, когда что-то уже болит, но проблему гораздо проще решить на ранней стадии. Диспансеризация в стенах техникума удобна и тем, что студенты фактически не отрываются от учебного процесса, а также, поскольку они совершеннолетние, им не нужно сопровождение», — отметила заместитель директора по учебной работе Ольга Тарасова. Поликлиника №1 уже готовится к следующему выезду в колледж. Главная задача — не только провести диспансеризацию, но и привить молодежи культуру осознанного и ответственного отношения к своему здоровью.



# 1 декабря в мире проводится День борьбы со СПИДом.

Лишь объединившись, мир может остановить эпидемию!

Лозунг «Преодолевая трудности, трансформируя ответные меры на СПИД», выбранный в 2025 году для проведения кампаний к Всемирному дню борьбы со СПИДом, как нельзя лучше отражает текущие вызовы и возможности в борьбе с ВИЧ/СПИД и напоминает, что прежние методы уже не всегда работают в новых условиях и требуют переосмысления. Глобальной целью борьбы со СПИД является полное искоренение ВИЧ-инфекции и прекращение пандемии СПИДа, а также улучшение качества жизни всех затронутых болезнью людей путем предотвращения новых случаев заражения, предоставления качественного лечения и поддержки, устранения дискриминации и стигматизации, а также развития устойчивых профилактических мер и исследований. В России для этого делается очень много: от проведения ин-

формационных кампаний, разъясняющих, где и как сдать бесплатный тест на ВИЧ-инфекцию, и что делать, если результат оказался положительным, до бесплатного лечения ВИЧ-инфекции.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

По состоянию на 25.11.2025 года в Нижегородской области состоят под наблюдением 18 697 больных ВИЧ-инфекцией, из них лечением охвачено 17 772 человек, в том числе 234 ребенка до 18 лет. Преобладает половой путь передачи ВИЧ (82,5 % случаев). Напоминаем, основные пути передачи ВИЧ: половой, употребление ПАВ и от матери к ребенку. Закон РФ гарантирует ВИЧ-инфицированным медицинскую помощь. Любая помощь по медицинским показаниям ВИЧ-инфицированным оказывается на общих основаниях. Люди, живущие с ВИЧ,

По состоянию на 25.11.2025 года в Нижегородской области состоят под наблюдением 18 697 больных ВИЧ-инфекцией, из них лечением охвачено 17 772 человек.

пользуются всеми правами, предусмотренными законодательством РФ в области охраны здоровья граждан. Дополнительно закон предусматривает лечение ВИЧ-инфекции: специализированную антиретровирусную терапию (АРВТ) государство предоставляет бесплатно. Все граждане РФ имеют право БЕСПЛАТНО пройти тест на

ВИЧ в любом государственном учреждении здравоохранения по месту жительства или Центрах профилактики и борьбы со СПИДом. В Нижегородской области с вопросами по ВИЧ можно обращаться к специалистам Центра борьбы со СПИД по адресу г.

**Нижний Новгород, ул. Минина, 20/3Е или по телефону доверия 8 (831) 214-0-214 доб. 847.**

По юридическим вопросам тоже можно получить дополнительную информацию, обратившись к юристу по тел. **8 (831) 214-0-214** доб. доп. 807. Берегите себя и будьте здоровы!



## К Дню пожилого человека

С возрастом организм неизбежно меняется: кости и суставы теряют гибкость, сосуды становятся менее эластичными, снижается выработка гормонов, ослабевает иммунитет. Но регулярные медицинские осмотры, двигательная активность, сбалансированное питание и качественный сон не просто замедляют эти процессы — они позволяют сохранить энергию, ясность ума и радость жизни в 70, 80 и за 90! Именно этим важным истинам учат ветеранов нашего города в Центре промышленной медицины КБ №50 ФМБА России. В рамках проекта «Здоровое общество»

здесь организуют Дни пожилого человека для всех, кто стремится к активному долголетию. Саровчане проходят диагностические обследования, консультируются с узкими специалистами, участвуют в лекциях и мастер-классах. «Наша главная задача — не только выявить возможные проблемы со здоровьем на ранних стадиях,

но и научить людей правильно заботиться о себе. Мы уделяем большое внимание профилактике сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, болезням опорно-двигательного аппарата. Важно, чтобы наши ветераны вели полноценную жизнь — двигались, общались, реализовывали свои интересы и чувствовали себя нужными обществом», — отметила заведующая поликлиникой №2 Ирина Макарова. Особенность мероприятий — их доброжелатель-

ная, почти семейная атмосфера. В перерывах между консультациями участников всегда ждут теплые чаепития и живое общение — возможность не только перевести дух, но и поделиться новостями, посмеяться от души. А затем — познавательные «Школы здоровья» по самым актуальным темам. В этот раз о причинах головокружений рассказала невролог Мария Бокова. Врач дала ценные рекомендации и ответила на вопросы саровчан. «Я хочу сказать, что во второй поликлинике работают замечательные специалисты. Медсестры улыбочивые и добрейшие, доктора — прекрасные. Отношение очень хорошее и я не преувеличиваю. Это действительно так», — подчеркнула участница Дня открытых дверей Вера. Специальными гостями мероприятия стали заведующая отделением дневного пребывания Центра социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов Сарова Гульнара Ибрагимова и инструктор по лечебной физкультуре Людмила Гудкова. Людмила Васильевна провела когнитивную гимнастику для участников Дня открытых дверей. Гульнара Ибрагимова рассказала ветеранам о работе учреждения, а также вручила Благодарственное письмо Ирине Макаровой. Как депутат Законодательного собрания Нижегородской области Ирина Анатольевна оказала спонсорскую помощь Центру в рамках проведения Декады пожилого человека.



## БЛАГОДАРНОСТЬ

### Отзыв о работе заведующей психиатрическим отделением КБ №50 ФМБА России Ольги Алексеевны Каминской

Выражаю огромную благодарность заведующей психиатрическим отделением Каминской Ольге Алексеевне за доброту, сострадание и помощь в трудный час! Ольга Алексеевна — это тактичный, умный и сердечный человек! Спасибо за бесценные слова поддержки, за доброе сердце, за терпение, тепло и веру! Ольга Алексеевна работает именно там, где она больше всего нужна! Спасибо, что Вы есть! Здоровья, благополучия, душевного спокойствия, радостных дней!

Татьяна



### Отзыв о работе акушерского отделения КБ №50 ФМБА России

Наша семья от всей души хочет выразить искреннюю благодарность врачам акушерского отделения г. Саров: зав. акушерского отделения Шевцовой Е.С., акушеру-гинекологу Романовой А.Н., неонатологу Новоселовой Л.В., анестезиологам Сороке А.И., Мельникову П.В. Благодаря вашему высокому профессионализму на свет появилась наша долгожданная и любимая внучка.

Хочется сказать большое спасибо всему медицинскому персоналу за ваш важный, нелегкий труд. Также хочется отдельно отметить прекрасные условия пребывания в роддоме, послеродовой уход и помощь. Желаем Вам крепкого здоровья, профессиональных успехов! **С глубочайшей признательностью, семьи Ключиных, Кузнецовых**

## 16 ноября – Международный день борьбы с анорексией

Нервная анорексия — расстройство пищевого поведения, для которого характерно резкое снижение веса, постоянное стремление к похудению и искаженное восприятие собственного тела. От заболевания страдают в основном девушки и женщины в возрасте от 12 до 30 лет, но встречается оно и у мужчин. В большинстве случаев больные анорексией не хотят при-

знавать у себя наличие патологии.

### ПРИЧИНАМИ АНОРЕКСИИ МОГУТ СТАТЬ:

- неблагоприятная обстановка в семье (завышенные требования, отсутствие доверительных отношений и т.д.);
- трудности в социальной адаптации, насмешки и негативные высказывания со стороны ровесников, не-

- удачный опыт отношений, низкая самооценка;
- стресс, психологическая травма;
- мода на худобу, которая приводит к тому, что женщины и девушки прибегают к жестким диетам;
- биологические нарушения в организме, вызванные гормональным сбоем;
- генетическая предрасположенность.

### СИМПТОМЫ АНОРЕКСИИ:

- озабоченность весом и внешним видом, выискивание недостатков фигуры перед зеркалом (даже при сильном истощении человек видит себя толстым), постоянное взвешивание;
- отказ от еды из-за страха набрать лишний вес, а также чувство вины, возникающее после каждого приема пищи. Больные анорексией постоянно считают калории, могут разделять порцию на маленькие кусочки, принимать слабительные и мочегонные препараты, вызывать рвоту даже при минимальном количестве съеденного;
- возрастающая потеря массы тела;

- вялость и слабость, частые головокружения, обмороки, нарушение сердечного ритма, низкая температура тела, бессонница;
- бледность кожных покровов, выпадение волос, ломкость ногтей, нарушение менструального цикла;
- резкие перепады настроения, апатия, депрессивное состояние, суицидальные наклонности.

### АНОРЕКСИЯ МОЖЕТ СТАТЬ ПРИЧИНОЙ СЛЕДУЮЩИХ ОСЛОЖНЕНИЙ:

- снижение защитных функций организма;
- нарушение функционирования центральной нервной системы, что обусловлено недостаточным питанием головного мозга;
- сердечно-сосудистые заболевания (в том числе, острая сердечная недостаточность);
- почечная недостаточность;
- гипогликемия;
- проблемы с опорно-двигательным аппаратом (остеопороз);
- заболевания крови (анемия);

- заболевания органов системы пищеварения;
- дистрофия.

Если лечение будет начато своевременно, то развития серьезных осложнений можно избежать. На поздних стадиях у больного поражены практически все основные системы организма. Анорексия требует длительного и комплексного лечения под обязательным наблюдением специалистов. Главным образом терапия направлена на восстановление веса, формирование здоровых пищевых привычек и адекватного отношения к своему телу. При сильном истощении больному требуется срочная госпитализация.

### К ПРОФИЛАКТИЧЕСКИМ РЕКОМЕНДАЦИЯМ СЛЕДУЕТ ОТНЕСТИ:

- сбалансированное питание;
- исключение негативного психологического воздействия;
- в случае появления тяжелых эмоциональных состояний — незамедлительное обращение к специалисту.

**Детский врач-психиатр О.Э. Жекураева**

## Только Вместе мы – сила



В преддверии Дня народного единства в Службе крови КБ №50 ФМБА России прошла особенная донорская акция. Сразу 10 неравнодушных саровчан откликнулись на призыв сотрудников учреждения, чтобы сдать кровь для тяжелообольного пациента. «Как символично, что мы собрались здесь накануне праздника, который вновь и вновь напоминает: наша подлинная сила — в единстве и сплоченности. И нет более яркого доказательства этой истины, чем донорство. Независимо от национальности и вероисповедания, люди объединяются ради самой священной цели — спасения человеческой жизни», — отметила заведующая отделением переливания крови Вера Николаева. Сотрудник РФЯЦ-ВНИИЭФ и Почетный донор России Сергей Ключков впервые пришел в Службу крови 1 ноября 2012 года по совету врача-терапевта. Уже 13 лет его первая группа помогает пациентам стационара клинической больницы обрести здоровье. «Почетным донором я стал полтора года назад и вот вышел на второй круг — достиг 50 донаций. Кровь нужна постоянно, вне зависимости от обстоятельств, а в нынешнее непростое время ее актуальность возрастает многократно. Неважно, для кого она предназначена — главное, чтобы кровь была в достаточном количестве, и это задача доноров. В моем коллективе порядка 120 человек, и радует, что многие регулярно приходят

в Службу крови, чтобы безвозмездно помочь и спасти жизни», — подчеркнул Сергей Валерьевич. Отложив все дела, на просьбу сотрудников Службы крови откликнулась и саровчанка Елена. Первый раз она сдала кровь четыре года назад, а всего за ее плечами 13 донаций. «Я стала донором по зову сердца — хотела быть полезной и помогать людям. Особенно ценно, когда ты знаешь, что помогаешь конкретному человеку — от этого на душе становится очень тепло. Мой муж тоже сдает кровь и скоро станет Почетным донором. Мы ведем здоровый образ жизни, правильно питаемся и занимаемся спортом. Решение сдавать кровь — личное, но тем, кто сомневается и боится, что будет больно или навредит самочувствию, хочу сказать: это не так. Процедура комфортная и безболезненная, к тому же стимулирует обновление крови, что полезно для здоровья», — рассказала Елена. Мы благодарим каждого, кто всегда готов поделиться частичкой себя во имя других. #ТолькоВместе мы — сила!





## «Я – детский доктор!»

### История заведующей педиатрическим отделением, врача-педиатра Александры Сергеевны Адоевской



Я врач-педиатр педиатрического отделения КБ №50 с 2007 года. Здоровье маленьких детей – моя любимая работа и призвание. Радость, которую приносят в жизнь дети, не сравнить ни с одной профессией. Моя мама многие годы проработала воспитателем и мечтала, чтобы я стала врачом. Мама всегда учила меня быть ответственной и трудиться, отдавая все силы без остатка. Уже в 8 классе я была уверена, что свяжу жизнь с профессией детского врача, так как очень любила детей, их открытость и искренность. Дети наполнены любовью, они заряжают нас положительной энергией, и это дает силы работать дальше, несмотря на усталость и проблемы. Педиатр должен быть всегда готов помочь ребенку как можно быстрее выздороветь, должен уметь услышать внутренний голос маленького пациента (дети не всегда могут высказать что-то прямо), уметь почувствовать то, что его волнует, что ему необходимо в данный момент.

К тому же, у других врачей на приеме один пациент, у педиатра, как минимум, двое – ребенок и мама, а еще может быть папа, бабушка. И со всеми надо уметь поговорить, успокоить, заинтересовать, чтобы доверились доктору, а это и есть половина успешного лечения. Самое трудное – постоянная тревога за здоровье пациента, ведь мы, педиатры, ответственны за жизнь ребенка. Особенно, если на лечении находится тяжелый больной. В таких случаях все время думаешь о процессе лечения, а утром быстрее бежишь на работу, чтобы узнать, как он себя чувствует. Я не знаю людей более уязвимых, чем мамы маленьких детей. Вот честно. И я даже не могла представить себе масштабов этой уязвимости пока сама не стала мамой. Поскольку в моем графике есть дежурства, для меня не существует как таковых понятий «выходной» или «праздник». Но каждый раз, когда очередной ребенок идет на поправку, это создает атмосферу радости. Педиатр – не только профессия, а образ жизни и состояние души. Выздоровление каждого ребенка – моя главная награда, стимул жить и работать. Уважаемые коллеги! С профессиональным праздником! Желаю вам крепкого здоровья, неиссякаемой энергии, успехов в благородном труде и радости от каждой улыбки ваших маленьких пациентов! Любите людей, повышайте свои профессиональные качества, будьте добрее и пусть у вас все всегда получается!

### История главного внештатного специалиста-педиатра Приволжского федерального округа, начальника МСЧ №4, врача-педиатра Валентины Григорьевны Догадиной



Хороший детский врач должен просто любить детей... Остальное все приобретаемо. Можно сказать, что не я выбрала педиатрию, а педиатрия выбрала меня. Честно скажу, в детских мечтах я видела себя кем угодно, но не врачом-педиатром. После окончания школы остро возник вопрос «Куда пойти учиться?». Как золотой медалистке, при удачном раскладе, мне предстояло сдавать один экзамен. Решив, что биологию всяко сдавать легче, чем физику или химию, я выбрала педиатрический факультет, где это предмет был профильным. Видимо, так и должно было быть... Я никогда не жалела о своем выборе. Педиатрия – это не профессия, а образ жизни и состояние души. Два поколения детей города выросло за период моей работы в больнице. За это время многое изменилось в медицине благодаря развитию технологий, которые усовершенствовали диагностику, лечение и профилактику заболеваний. Например, МРТ. Внедрение этого метода, в том числе в педиатрии, позволяет проводить детальную диагностику органов и систем организма, выявляя широкий спектр патологий, таких как опухоли, воспаления, травмы и аномалии развития. Значительным достижением в педиатрии за последнее время стала возможность своевременной диагностики некоторых орфанных заболеваний при проведении неонатального скрининга новорожденных и, соответственно, своевременной тера-

пии этих состояний. Использование генно-инженерной и таргетной терапии у детей позволяет стабилизировать течение ранее неизлечимых болезней. Сейчас нам доступно то, о чем в девяностые мы не могли даже мечтать. Основное отличие работы с маленькими и взрослыми пациентами – подход к диагностике. У детей сложнее получить описание симптомов в силу их возрастных особенностей. Педиатр – это не только врач, он и немного психолог, и немного педагог, и немного артист... Маленького пациента нужно уметь к себе расположить, чтобы он доверился тебе, рассказал (если умеет говорить!!!), показал, что у него не так и позволил себя посмотреть. И да, дети часто фантазируют, надо уметь отличать «зерна от плевел». И, конечно, нельзя забывать о родителях. Педиатр работает не только с ребенком, но и с его окружением. Да, есть еще анатомо-физиологические особенности детей в различные возрастные периоды, но это такая мелочь... Запоминающихся моментов в практике так много, что и не сосчитать... Самые первые пациенты были еще в период обучения в институте. Как правило, простые и понятные – «студенческие». Запомнился один из случаев в начале моей работы в детской поликлинике. На вызове – подросток, температура субфебрильная, жалобы на утомляемость, по его словам, в последнее время стал часто болеть, похудел. Обратила внимание на бледность и синяки на ногах. Выдала направление на анализ крови, уже предполагая нехорошее... И да, анализ крови подтвердил мои подозрения. За мою многолетнюю практику было достаточно и редких, и тяжелых случаев, так как я работала в стационаре. Как правило, все они остаются в памяти навсегда, каков бы ни был исход... К сожалению, современная медицина, не смотря на все ее успехи и достижения, не всеислечива... В День ребенка и наш профессиональный праздник я бы хотела пожелать своим коллегам и маленьким пациентам ЗАДОРОВЬЯ!!!

### История врача-педиатра Ольги Владимировны Зиминой



В детстве я несколько раз лежала в стационаре. Тогда даже маленьких деток госпитализировали одних и медицинский персонал на какое-то время был для меня как член семьи – от них зависело мое здоровье, благополучие, вообще все. Я с теплом вспоминаю этих людей с большим сердцем. А еще у нас была замечательный участковый педиатр Элла Ивановна. Она для меня и сейчас остается образцом профессионала и хорошего человека. Прежде всего детский врач должен быть профессионалом, обладать знаниями в различных областях медицины. Педиатр – это и психолог, и педагог, и немного ребенок.

Я работаю с детьми 33 года и это – работа на перспективу. Дети – это рост и развитие, поэтому задача врача не только выявить и полечить патологию, но и работать с возможными проблемами в будущем. Педиатр взаимодействует не только с пациентом, но и со всей семьей. Нужно уметь найти подход к взрослому в интересах ребенка. В отличие от взрослых, дети, особенно маленькие, не расскажут о своих проблемах, поэтому педиатр задействует для диагностики все органы чувств, плюс интуицию. Для меня каждый пациент уникален и по-своему сложен. И каждый помогает мне становиться лучше, компетентней, побуждает узнавать новое. Деткам я хочу пожелать здоровья и улыбок. А коллегам – чтобы каждый день приносил спокойствие, удовлетворение от работы и уверенность, что вы приносите огромную пользу. Пусть рядом будут отзывчивые коллеги, в душе живет вдохновение, а здоровье, энергия и хорошее настроение не покидают вас ни на минуту.

### История врача-педиатра Галины Николаевны Воробьевой



Почему я выбрала педиатрию? Просто я очень люблю детей любого возраста. Самое привлекательное в этой профессии видеть как растет ребенок от новорожденного малыша до подростка. Взрослеть вместе с ним, быть в курсе его проблем и помочь ему быть здоровым. Моя профессия значит для меня практически все. Большую часть жизни мы проживаем на работе (переживаем за пациентов – не только за здоровье, но и за социальные проблемы. И по возможности стараемся помочь). Педиатром я работаю 37 лет. Педиатр должен обязательно любить детей, иметь чувство юмора и желание постоянно учиться, развиваться и помогать нашим па-

циентам... Отличие работы врача с детьми и взрослыми пациентами – это, конечно же, позитив. От наших детей море положительных эмоций – это ни с чем не сравнимо! Запомнился случай, когда малыш ждал любимого доктора и с утра держал в ладошке витаминку, которую сам очень любил (он немного полизал витаминку, затем уронил в миску кота) и когда я пришла, ребенок от всей души протянул ладошку и сказал: это тебе. Очень трогательно. Когда я была молодым врачом и дежурила в стационаре, произошел еще один случай, который я запомнила на всю жизнь. Ребенок выдал остановку дыхания и сердечбиения – клиническая смерть. Пришлось срочно оказывать реанимационные мероприятия. До прихода реанимации мальчик пришел в себя. Ребенок был спасен. Это был мощный стресс для меня и медсестер. Что можно пожелать моим коллегам? Здоровья, терпения, удачи и достойной зарплаты. Когда-то старенький профессор в институте сказал: если после ухода врача пациенту не стало легче, это плохой врач. Будьте счастливы, коллеги. А нашим пациентам – здоровья, и пусть ваше детство будет счастливым и ярким. Мирного неба всем нам.

### История врача-педиатра Светланы Григорьевны Зворыгиной



Нет ничего важнее здоровья ребенка, а значит, работа педиатра – не просто профессия, а призвание. И вот уже более 20 лет у меня есть возможность помогать малышам расти здоровыми и сильными. Педиатр должен быть не только отличным врачом, но и психологом, педагогом, уметь находить подход к каждому ребенку, его маме и папе. Понимание, доверие между родителями и врачом помогает справиться с любой болезнью. Важно не только вылечить болезнь, но и научить ребен-

ка и его родителей заботиться о здоровье, формировать правильные привычки с раннего возраста. В работе педиатра меня восхищает возможность наблюдать, как растут и развиваются дети под твоим присмотром. Когда видишь, как малыш, которого ты лечил от серьезного заболевания, вырастает здоровым и активным ребенком – это бесценно. Каждый благодарный взгляд родителей, каждое радостное «здравствуй» от маленького пациента наполняет меня гордостью за свой выбор. Быть педиатром – значит постоянно учиться и развиваться. Детская медицина не стоит на месте – появляются новые методы диагностики и лечения, и важно всегда быть в курсе последних достижений. Эта профессия требует от человека не только знаний, но и особого душевного склада – терпения, чуткости, умения находить подход к самым разным людям. Помогать детям, дарить им здоровье и радость жизни – это то, чем я хочу заниматься всю свою профессиональную карьеру. Каждый день я стараюсь стать лучше в своем деле, чтобы как можно больше детей могли расти здоровыми и счастливыми.

### История врача-педиатра Светланы Ивановны Гуниной



Благодаря маме, которая работает учителем, я рано поняла, что хочу посвятить себя детям. Но глядя на ее трудовые будни – бесконечные уроки, проверку тетрадей, родительские собрания – решила, что пойду другим путем. А после поступления на педиатрический факультет даже мысли не возникало, что могла бы заниматься чем-то другим. Этот выбор оказался судьбоносным и абсолютно верным. Все мы хотим одного – чтобы заболевший ребенок выздоровел, жил долго и счастливо. И в этом процессе очень важную роль играют родители. Поэтому установление доверия между членами семьи и врачом – бесценно. Да, сейчас много информации в интернете – что за заболевание, как его лечить. Часто родители приходят с уже готовым «диагнозом», найденным в поисковике, и иногда даже списком лекарств. И хотя это свидетельствует об их заботе и желании помочь ребенку, это может быть опасно. Каждый наш пациент – индивидуален. Его состояние зависит от множества факторов: генетики, веса при рождении, хронических заболеваний, условий жизни, даже психологического климата в семье. И порой то, что подходит одному, совершенно не подходит другому. Лекарство, эффективное для одного ребенка, может вызвать негативную реакцию у другого. Схема лечения, идеальная в теории, на практике требует корректировки. Только врач, который

историю болезни ребенка, наблюдает за динамикой, видит картину целиком и в деталях, может принять верное решение. Конечно, если ты с мамой (или папой, бабушкой, дедушкой) на одной волне, то и лечение, и восстановление идут намного быстрее. Когда родители доверяют мне и выполняют все рекомендации – это половина успеха. Я очень люблю детей. Они прекрасны в любом возрасте – сладко сопящие груднички, непоседливые годовасики, задающие миллион вопросов трехлетки, любопытные младшеклассники, колючие подростки. Каждый этап развития уникален. С младенцем мы общаемся взглядом и прикосновением, с дошкольником – играми и простыми объяснениями, с подростком – уважением к его границам и серьезным разговором. Я учусь у каждого из них. Учусь видеть волшебство в мелочах, учусь открытости этому миру и непосредственности. Учусь терпению, когда малыши отказываются принимать лекарство. Учусь находить подход, когда старшеклассник замкнулся и не хочет говорить о своем самочувствии. Они учат меня каждый день быть лучше. В нашем отделении проводится вакцинация недоношенных детей против РС-инфекции, и вот встречаюсь с маленькими торопыжками, не перестаю удивляться и восхищаться их тягой к жизни, упорству не отставать от сверстников. Эти крошечные бойцы показывают такую силу духа, которой могут позавидовать многие взрослые. Наблюдать за их развитием, видеть, как они набирают вес, растут, осваивают новые навыки – настоящее счастье для врача. В День Педиатра я желаю своим коллегам не допустить профессионального выгорания. Пусть у вас всегда будут силы дарить тепло и заботу, пусть каждый рабочий день напоминает, почему вы выбрали эту профессию. Маленьким пациентам хочется пожелать, конечно же, ЗДОРОВЬЯ, а мы всегда будем нацелены. Родителям – мудрости, терпения и веры в своих детей и в нас, врачей. Ведь только вместе мы можем сделать детство по-настоящему счастливым и здоровым!

### История врача-педиатра Татьяны Леонидовны Веденеевой



И я, и наша Вороневская пятиэтажка всегда знали, что я буду только доктором и никем другим. В детстве я приносила домой и выжила птиц и котят (собак нигде было содержать). А потом поняла, что больше всех на свете люблю детей. Я ничего не выбирала: после сочинения мне предлагали досдать русский и поступить на журфак ВГУ, а после экзамена по физике – досдать математику и поступить на перспективный ПГС строительного ин-

ститута. Но мне нужна была только педиатрия, а городских отличниц в мединститут просто так не принимали. Поступила на второй год, ответив на все вопросы вне программы. Дети – это чудо жизни, нежность, красота, беззащитность, свет. Это жизнь и только жизнь! Потому и педиатр! У педиатров нет первых пациентов: мы начинаем врачевать еще в институте (первые были не очень сложные и запоминающиеся – нас курировали серьезные доктора). А когда приступила к самостоятельной практике, тогда пришло осознание «кто, если не ты?». Была девочка, о которой мне говорили: «Отпусти ее, она каждый день «уходит», у нее вместо мозга «вода». Но приезжала скорая помощь, я вновь и вновь «оставляла ее на земле». А сейчас этот человечек живет, имеет высшее образование. Ради этого стоит жить и работать. В профессии я 43 года. Не знаю, что советовать молодым педиатрам, наверное, не предавать, не опускаться руки, если тяжело и осознавать, что «никто, кроме вас!».

## «Я – детский доктор!»

### История заведующей детской поликлиникой, врача-педиатра Марины Александровны Алексиной



Хороший детский врач должен просто любить детей...

Остальное все приобретаемо.

Можно сказать, что не я выбрала педиатрию, а педиатрия выбрала меня. Честно скажу, в детских мечтах я видела себя кем угодно, но не врачом-педиатром.

После окончания школы остро возник вопрос «Куда пойти учиться?».

Как золотой медалистке, при удачном раскладе, мне предстояло сдавать один экзамен. Решив, что биологию всяко сдавать легче, чем физику или химию, я выбрала педиатрический факультет, где это предмет был профильным. Видимо, так и должно было быть... Я никогда не жалела о своем выборе. Педиатрия – это не профессия, а образ жизни и состояние души.

Два поколения детей города выросло за период моей работы в больнице. За это время многое изменилось в медицине благодаря развитию технологий, которые усовершенствовали диагностику, лечение и профилактику заболеваний. Например, МРТ. Внедрение этого метода, в том числе в педиатрии, позволяет проводить детальную диагностику органов и систем организма, выявляя широкий спектр патологий, таких как опухоли, воспаления, травмы и аномалии развития. Значительным достижением в педиатрии за последнее время стала возможность своевременной диагностики некоторых орфанных заболеваний при проведении неонатального скрининга новорожденных и, соответственно, своевременной тера-

пии этих состояний. Использование генно-инженерной и таргетной терапии у детей позволяет стабилизировать течение ранее неизлечимых болезней. Сейчас нам доступно то, о чем в девяностые мы не могли даже мечтать. Основное отличие работы с маленькими и взрослыми пациентами – подход к диагностике. У детей сложнее получить описание симптомов в силу их возрастных особенностей. Педиатр – это не только врач, он и немного психолог, и немного педагог, и немного артист... Маленького пациента нужно уметь к себе расположить, чтобы он доверился тебе, рассказал (если умеет говорить!!!), показал, что у него не так и позволил себя посмотреть. И да, дети часто фантазируют, надо уметь отличать «зерна от плевел». И, конечно, нельзя забывать о родителях. Педиатр работает не только с ребенком, но и с его окружением. Да, есть еще анатомо-физиологические особенности детей в различные возрастные периоды, но это такая мелочь...

Запоминающихся моментов в практике так много, что и не сосчитать... Самые первые пациенты были еще в период обучения в институте. Как правило, простые и понятные – «студенческие». Запомнился один из случаев в начале моей работы в детской поликлинике. На вызове – подросток, температура субфебрильная, жалобы на утомляемость, по его словам, в последнее время стал часто болеть, похудел. Обратила внимание на бледность и синяки на ногах. Выдала направление на анализ крови, уже предполагая нехорошее... И да, анализ крови подтвердил мои подозрения.

За мою многолетнюю практику было достаточно и редких, и тяжелых случаев, так как я работала в стационаре. Как правило, все они остаются в памяти навсегда, каков бы ни был исход... К сожалению, современная медицина, не смотря на все ее успехи и достижения, не всеисильна...

В День ребенка и наш профессиональный праздник я бы хотела пожелать своим коллегам и маленьким пациентам ЗДОРОВЬЯ!!!

## По зову сердца

В преддверии церемонии награждения победителей профессионального конкурса медицинских работников «Серафимовский врач — 2025» Служба крови Клинической больницы №50 ФМБА России провела серию просветительских мероприятий, направленных на привлечение молодежи в ряды донорского движения, популяризацию донорства костного мозга и гемопоэтических стволовых клеток.

«Без доноров невозможно представить полноценную работу современных больниц, проведение сложнейших операций, трансплантаций и эффективное лечение тяжелых заболеваний. Донорство формирует ту самую невидимую, но жизненно важную опору системы здравоохранения. Неслучайно акция «По зову сердца» приурочена к конкурсу «Серафимовский врач». Для нашего города, где совершал свои духовные подвиги преподобный Серафим Саровский, этот конкурс всегда имел особое значение, символизируя милосердие, самоотверженность и служение людям — качества, которые неразрывно связаны с донорством и врачебным долгом», — отметил главный врач Клинической больницы №50 ФМБА России Игорь Лашманов.

Участниками мероприятий стали студенты филиала МГУ имени М.В. Ломоносова в Сарове, Саровского политехнического техникума имени дважды Героя Социалистического Труда Б.Г. Музрукова, Саровского медицинского колледжа ФМБА России. Для 150 юношей и девушек были организованы тематические лекции и открытые диалоги со специалистами Службы крови. На встречах обсуждались мифы и факты о донорстве, этапы включения в регистр, критерии отбора и подготовка к донации. «Привлекать молодежь к донорству костного мозга — стратегически важная задача. Их энергия, открытость и готовность помочь могут спасти тысячи жизней. Мы видим, что молодые люди откликаются, задают много вопросов, интересуются медицинской и этической стороной донорства. За время нашей акции в Федеральный регистр вступили 23

студента — очень хороший результат для первого этапа работы, и мы планируем продолжать эту просветительскую деятельность», — подчеркнула заведующая отделением переливания крови КБ № 50 ФМБА России Вера Николаева.

Сегодня в Федеральном регистре костного мозга и гемопоэтических стволовых клеток состоит 1217 саровчан, 73 из них — студенты. Для города с населением чуть более 90 тысяч человек — это выдающийся показатель, который говорит о высоком уровне гражданской сознательности, социальной ответственности и готовности жителей Сарова прийти на помощь тем, кто в ней остро нуждается. «Вступление в Регистр доноров костного мозга казалось мне моим долгом. Осознание того, что кому-то могут понадобиться именно мои стволовые клетки, не позволяет мне оставаться в стороне. Хочу жить в мире, где для каждого пациента может найтись подходящий донор!», — рассказал студент филиала МГУ имени М.В. Ломоносова Роберт Салимов.

«Я слышал о донорстве, но не знал о существовании регистра. Раньше мне казалось, что для пересадки тебе что-то режут, вскрывают. Теперь я знаю, что сдавать костный мозг не страшно — стволовые клетки чаще берут из крови. Если мне когда-то позвонят и скажут, что я совпал с пациентом — не откажусь. Буду рад оказаться нужным для спасения чьей-то жизни!», — поделился студент третьего курса Саровского политехнического техникума Михаил. «Я очень давно хотела помочь людям, которые в этом нуждаются. Отдать частичку того, чего другому не хватает. В колледже заместитель директора по воспитательной работе Ксения Евгеньевна Козлова рассказала нам про акцию «По зову сердца» и я решила не откладывать со вступлением. Я бы очень хотела, чтобы однажды мне позвонили и сказали, что есть совпадение, что я нужна», — рассказала студентка Саровского медицинского колледжа ФМБА России Евгения Брагина.



## Коробка храбрости для маленьких пациентов

20 ноября мы отмечаем сразу два теплых и душевных праздника – День педиатра и День ребенка. По доброй традиции в эту важную дату депутат Законодательного собрания Нижегородской области и заведующая поликлиникой №2

Ирина Макарова подарила педиатрическому отделению КБ №50 настоящую «Коробку храбрости». В ней – все, чтобы скрасить больничные будни маленьких пациентов за развивающими играми для всех возрастов.

«Лечение – это не только лекарства и медицинские процедуры, но и поддержка, внимание и позитивные эмоции, которые часто становятся важнейшим компонентом быстрого восстановления. Пусть содержимое этой «Коробки храбрости» станет для ребят маленьким, но верным стимулом не бояться манипуляций, смело проходить все назначения врачей и скорее идти на поправку», – отметила Ирина Анатольевна.

Подарки юным пациентам передала очаровательная Диана в костюме сердечка. Девочка – волонтер Добро.Центра, который активно поддержал благотворительную акцию «Коробка храбрости». Не остались без внимания и сотрудники педиатрического отделения. Им вручили благодарность от Законодательного собрания за самоотверженный труд и бесценный вклад в будущее нашей страны.



## Финал игр «Георгиевская ленточка» Клинической больницы №50



Угадать мелодию с трех нот? Слишком просто для наших талантливых команд! Сотрудники Клинической больницы №50 и Межрегионального управления №50 блестяще справились с настоящим интеллектуальным вызовом — распознавали любимые песни по смайликам и загадочным картинкам, созданным нейросетью. В очередной раз они доказали: им по плечу любые, даже самые неожиданные творческие задачи!

Яркие нотки в руках участников взлетали с молниеносной скоростью! Определить, кто же первым угадал мелодию, было настоящим испытанием даже для опытных членов жюри, которые внимательно следили за каждым движением команд. Эмоции переполняли зал. Искренняя радость к победе, спортивный азарт, жаркие, но дружеские споры перемешались с заразительным смехом, остроумными шутками и теплой атмосферой единения. Именно таким запоминающимся стал финал игр «Георгиевская ленточка», посвященных 80-летию Великой Победы.

### ТРИУМФАТОРЫ ВЕЧЕРА

В музыкальном состязании «Угадай мелодию» заслуженную победу одержала команда Управления, продемонстрировав феноменальную эрудицию! Абсолютным чемпионом всех этапов игр «Георгиевская ленточка» в очередной раз стала непобедимая команда МСЧ №3! Bravo!

Выражаем искреннюю признательность всем, кто сделал этот праздник незабываемым: Профкому Клинической больницы №50 и лично Ольге Власовой — за безупречную организацию мероприятия и внимание к каждой детали.

Нашему бесценному ведущему Андрею Афонину — за харизму и профессионализм, а также его невероятно талантливой дочери Василине — за яркий и незабываемый музыкальный подарок.

Председателю молодежной комиссии профкома Наталье Выломовой, автору всех ставших уже легендарными конкурсов — за терпение, выдержку и готовность в любую минуту прийти на помощь командам игр!

Членам жюри Игорю Лашманову, Ольге Власовой, Лилии Усмановой и Анне Халтуриной — за честность, объективность и ювелирную точность в подсчете баллов.

Администрации КБ №50 — за неоценимую поддержку и щедрый приз для победителя игр.

И, конечно, всем участникам и болельщикам — за энтузиазм, позитив и создание неповторимой атмосферы праздника! До новых встреч уже в следующем году!



## МЕДИНФО-Саров

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ «КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА № 50 ФЕДЕРАЛЬНОГО МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОГО АГЕНТСТВА»

Учредитель: СТК ФГБУЗ КБ № 50 ФМБА РОССИИ

Адрес редакции / издателя:  
607190 Россия, Нижегородская область, г.Саров, ул.Зернова, 72,  
факс: (83130) 5-32-55

Наш сайт: www.sk50.ru

И.о. главного редактора – Л.Л.Литигова

Выпускающий редактор: Г.Э.Урусова

Дизайнер-верстальщик: Ю.А.Зинина

При перепечатке ссылки  
на «МЕДИНФО – Саров» обязательна.

Редакция оставляет за собой право редактировать  
материалы. Рукописи не возвращаются.  
Мнение редакции может не совпадать  
с мнением авторов публикаций



отпечатано

ООО «Выксунская типография»  
607061, Нижегородская обл.,  
г. Выкса, ул. Вавилина, 10  
8 83177 6-10-24, vyksaprint.ru

Тираж 999

Заказ № 62469