

ЗДОРОВЬЕ

12+ РЕКЛАМНАЯ

СЕВЕРЯН

ГАЗЕТА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ



№ 15(145) 11 октября 2017

**ТРАНСФУЗИОЛОГ
НЕВРОЛОГ
ГИНЕКОЛОГ
УРОЛОГ**
700 р.
новая цена ~~1100~~

* указана максимальная стоимость услуги по тарифу.



АКЦИИ

АВА КЛИНИК
многопрофильное
медицинское учреждение

ДНИ ЗДОРОВЬЯ В ОКТЯБРЕ

Суфтина, 18
Запись в регистратуре
по тел. 60-03-03, 44-64-64
AVA CLINIC29.RU

20%
СКИДКАна все виды
массажа

ОБЩИЙ МАССАЖ
890р.
новая цена ~~1300~~

ПРИГЛАШАЕМ на ЭКСКУРСИЮ и ЗНАКОМСТВО с Центром ЭКО

В связи с большим количеством желающих узнать об услугах нашего медицинского учреждения, мы проводим День открытых дверей 18 октября!

Специалисты Центра экстракорпорального оплодотворения:

- расскажут о современных reproductive технологиях, о самой процедуре ЭКО и бесплатных обследованиях перед ЭКО;

- ознакомят с современными методами лечения бесплодия, применяемыми в нашем центре;
- ответят на любые интересующие вас вопросы;
- покажут центр «изнутри».

Встречу проводят главный врач центра, эмбриолог Виктор Павлович ПАРФЁНОВ, врач-гинеколог, репродуктолог Марина Мерабовна БЕЖАНИДЗЕ и врач уролог-андролог Татьяна Алексеевна БУРМИСТРОВА.



ЦЕНТР ЭКО

18 ОКТЯБРЯ
В 18:00

Уникальное предложение для пар, которые планируют стать родителями.



День открытых дверей

Архангельск, ул. Суфтина, 18 (АВА КЛИНИК).

Для участия необходима предварительная запись по телефону
60-03-03 или 44-64-64. Количество мест ограничено.
www.arkheko.ru

Центр ЭКО - мы поможем вам стать родителями!

ВЫРЕЖИ И СОХРАНИ!

ШАНС
скорая помощь

ПРИНИМАЕМ ВЫЗОВЫ
КРУГЛОСУТОЧНО
БЕСПЛАТНО*



ШАНС - рядом
в нужный
момент!

ЛО-29-01-001774
от 29.04.2015

shans29.ru

23-03-03 **43-03-03**

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Пожалуй, каждый взрослый человек хотя бы раз в жизни сталкивался с приступами головной боли. Чаще всего она возникает после умственного, физического или эмоционального перенапряжения, или чрезмерного утомления, обильного употребления алкоголя, пребывания в душном помещении.

Если болит голова...

Причинами возникновения головной боли также могут быть:

- гипогликемические состояния;
- гормональные нарушения;
- повышение уровня артериального давления;
- шейный остеохондроз и т. д.

Важно своевременно найти причину головной боли, а для этого необходимо обратить внимание на ряд сигналов. Например, если боли не прекращаются более двух суток подряд, вызывают тошноту, температуру, рвоту, или если голова болит по утрам, то нельзя заниматься самолечением. В этих случаях обязательно обратитесь за помощью к врачу.

Головная боль бывает разной, но в основном различают следующие типы:

1. Боль, связанная с недостаточностью кровообращения мозга

В этом случае появляется ломящая боль пульсирующего характера с чувством сдавливания головы. Сопровождается тошнотой и слабостью, возможно потемнение в глазах, рвота, появление перед глазами чёрных мушек. В некоторых случаях боль может начинаться с затылка, при этом она сопровождается очень плохим физическим состоянием и тяжестью в голове.

2. Боль, связанная с перенапряжением мышц шейно-воротниковой зоны и плечевого пояса

Эти боли наиболее часто встречаются после нескольких часов сидения на стуле в одной и той же позе, когда мышцы головы и шеи перенапрягаются (мониторный синдром, или синдром бухгалтера). Кроме того, эти боли могут быть вызваны травмой головы, заболеваниями глаз, гормональными сдвигами, стрессом, шейным остеохондрозом. Характер боли можно сравнить со стягиванием головы повязкой или обручем, дополнительно возникает ощущение давления изнутри. При этой

Продолжение на стр. 2



ABA КЛИНИК
многопрофильное
медицинское учреждение

**функциональная
диагностика**

ЭЛЕКТРОКАРДИОГРАФИЯ ЭКГ
(мониторирование: суточное, 48 часов, 72 часа)

ЭХОКАРДИОГРАФИЯ ЭхоКГ

ЭЛЕКТРОЭНЦЕФАЛОГРАФИЯ ЭЭГ

ABA КЛИНИК СУФТИНА, 18
Запись по телефону 60-03-03, 44-64-64

Ультразвуковая диагностика в АВА КЛИНИК

УЗИ

- ОРГАНОВ БРЮШНОЙ ПОЛОСТИ
- ОРГАНОВ МАЛОГО ТАЗА
- ВЕН И АРТЕРИЙ
- СЕРДЦА
- МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ
- ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

МЯГКИХ ТКАНЕЙ, МЫШЦ И СВЯЗОК

МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЁЗ

ПЛОДА



www.avaclinic29.ru

г. Архангельск, Суфтина 18,
запись по телефону 60-03-03, 44-64-64

ABA ФАРМ
сеть аптек

ЛО-29-02-000605 от 20.01.2014 г.

Ул. КРАСНЫХ ПАРТИЗАН, 28
Тел. 40-33-66

Ул. ТИММЕ, 1 Тел. 40-33-77

Ул. СУФТИНА, 18
Тел. 40-33-88

Общественная приёмная депутатов Архангельского областного собрания

<p>АВАЛИАНИ МИХАИЛА МЕМЕДОВИЧА</p> <p>Часы приёма граждан: четверг с 16.00 до 18.00 (приём по предварительной записи) Контактный телефон 42-46-01</p>	<p>ПОПОВОЙ ВАЛЕНТИНЫ ПЕТРОВНЫ</p> <p>Часы приёма граждан: понедельник, пятница с 10.00 до 16.00 четверг с 10.00 до 18.00 Контактный телефон 23-59-56</p>
---	--

Архангельск, ул. Химиков, 21

Если болит голова...

 **Продолжение.
Начало на стр. 1**

боли раздражают все громкие звуки и яркий свет, неприятно расчёсывать волосы и носить шапку. Иногда такие боли сопровождаются потерей сознания.

3. Мигрень

Это генетическое заболевание, которое зачастую передаётся по наследству. Часто наблюдается мигрень у молодых женщин, с возрастом эти состояния уменьшаются. Частота проявления мигрени может быть разной – и три раза в неделю, и один раз в год. Состояние зависит от качества жизни женщины. При мигрени боль мучает приступами, при этом ощущается только в одной части головы.

4. Головная боль, вызванная недостатком кислорода – гипоксией

При недостатке кислорода в воздухе, особенно во время сна,

избыток углекислого газа может спровоцировать появление головной боли. Голова в этом случае болит в основном по утрам.

Зачастую головная боль является следствием серьёзного сбоя в организме и бывает предвестником более полусотни разных заболеваний. Например, наиболее часто появляются боли при повышенном и внутричерепном давлении, мигрени, атеросклерозе, гриппе, инсультах и так далее.

При эпизодической и невыраженной головной боли допустим приём обезболивающих препаратов, которые на время отключают ощущение боли, и это полезно только в экстренном случае, однако злоупотреблять ими не стоит. Неконтролируемый приём больших количеств анальгетиков может стать причиной ежедневных головных болей. К тому же, принимая обезболивающие лекарства, мы подавляем

естественные противоболевые механизмы организма.

Для профилактики головных болей рекомендуют постараться расслабиться, отдохнуть или поспать в тёмном тихом помещении, голову держать приподнятоей, можно наложить холодный компресс на голову с целью облегчения боли, принять холодный душ, помассировать мышцы шеи и плеч.

Если боль повторяется снова и снова, сопровождается другими симптомами, такими как повышение уровня артериального давления, головокружение, тошнота, рвота, напряжение мышц шеи и т. д., то рекомендуем обратиться к неврологу АВА КЛИНИК – он проведёт правильную диагностику болезни и при необходимости назначит вам эффективную программу лечения.

Не терпите боль – обратитесь к нашим специалистам!
Тел. 60-03-03, 44-64-64.
www.avaclinic29.ru.

НОВОСТИ

Минздрав: не существует безопасных доз алкоголя

Государственный научно-исследовательский центр профилактической медицины Министерства здравоохранения России (ГНИЦПМ) не подтвердил информацию о том, что есть безопасные дозы потребления алкоголя.

Другими словами, не существует никаких безопасных норм и безопасных уровней потребления алкогольных напитков.

newsrussia.today

В Центр ЭКО требуется медицинская сестра

ОБЯЗАННОСТИ:

- Выполнение лечебно-диагностических процедур;
- ассистирование врачу при проведении лечебно-диагностических манипуляций и малых операций в амбулаторных условиях;
- введение лекарственных препаратов;
- работа с медицинской документацией.

ТРЕБОВАНИЯ:

- Наличие диплома о медицинском образовании, действующего сертификата по специальности «Сестринское дело». Опыт работы в акушерстве и гинекологии приветствуется, но не обязательно.

УСЛОВИЯ:

Заработка платы от 25 000 руб.
Полная занятость, сменный график работы.
Оформление в соответствии с ТК РФ, полный соц. пакет, скидки на медицинские услуги в многопрофильной медицинской клинике сотрудникам компании.

Резюме просьба направлять на эл. адрес avamedicina29@yandex.ru

ПРИОБРЕТАЙТЕ ПОДУШКИ ОРТОПЕДИЧЕСКИЕ В СЕТИ АПТЕК АВА ФАРМ!

Для сна

Разгружает шейный отдел позвоночника.
Цена M от 1779= L от 2150=



Взрослая для сна

Снижает напряжение в области шеи во время сна.
Цена от 729=



Под ноги

Поможет при остеохондрозе, мышечных судорогах, при «ломоте» и болях в ногах.
Цена от 1669=



Под спину

Разгружает поясницу, снижает напряжение.
Цена от 1109=

Количество товара ограничено.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

ЗДОРОВЬЕ – В ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ!



Идёт набор в группы игрового фитнеса для детей с 6 до 10 лет.
Занятия по понедельникам и средам с 15 до 16 часов.
Предварительная запись по тел. 8(8182) 60-03-03, 44-64-64.

ЛФК, ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА

Система специально разработанных упражнений способна улучшить работу органов и устранить нарушения в их функционировании. Физкультура помогает при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, желудочно-кишечного тракта и пр.

Наши посетители, регулярно посещающие занятия по ЛФК, говорят об улучшении общего состояния, подвижности суставов, нормализации давления. Появляется лёгкость, реже бывают головные боли, нормализуется стул.

Специально для посетителей АВА КЛИНИК у нас разработаны программы «Здоровая спина и суставы» и «Антиварикоз».

Ведёт Елена Перегородина.



ДЕТСКИЙ ИГРОВОЙ ФИТНЕС

Спортивные занятия разработаны с учётом особенностей организма ребёнка, включают в себя элементы аэробики, оздоровительной гимнастики, зверобатики.

Занятия способствуют укреплению мышц, профилактике развития сколиоза, выработке хорошей осанки, гибкости и выносливости.

Помогают преодолеть неуверенность, улучшить отношения в семье и с друзьями.

Предварительная запись по телефону 60-03-03, 44-64-64.
АВА КЛИНИК Суфтина 18.

ЙОГА-ТЕРАПИЯ, ЙОГА

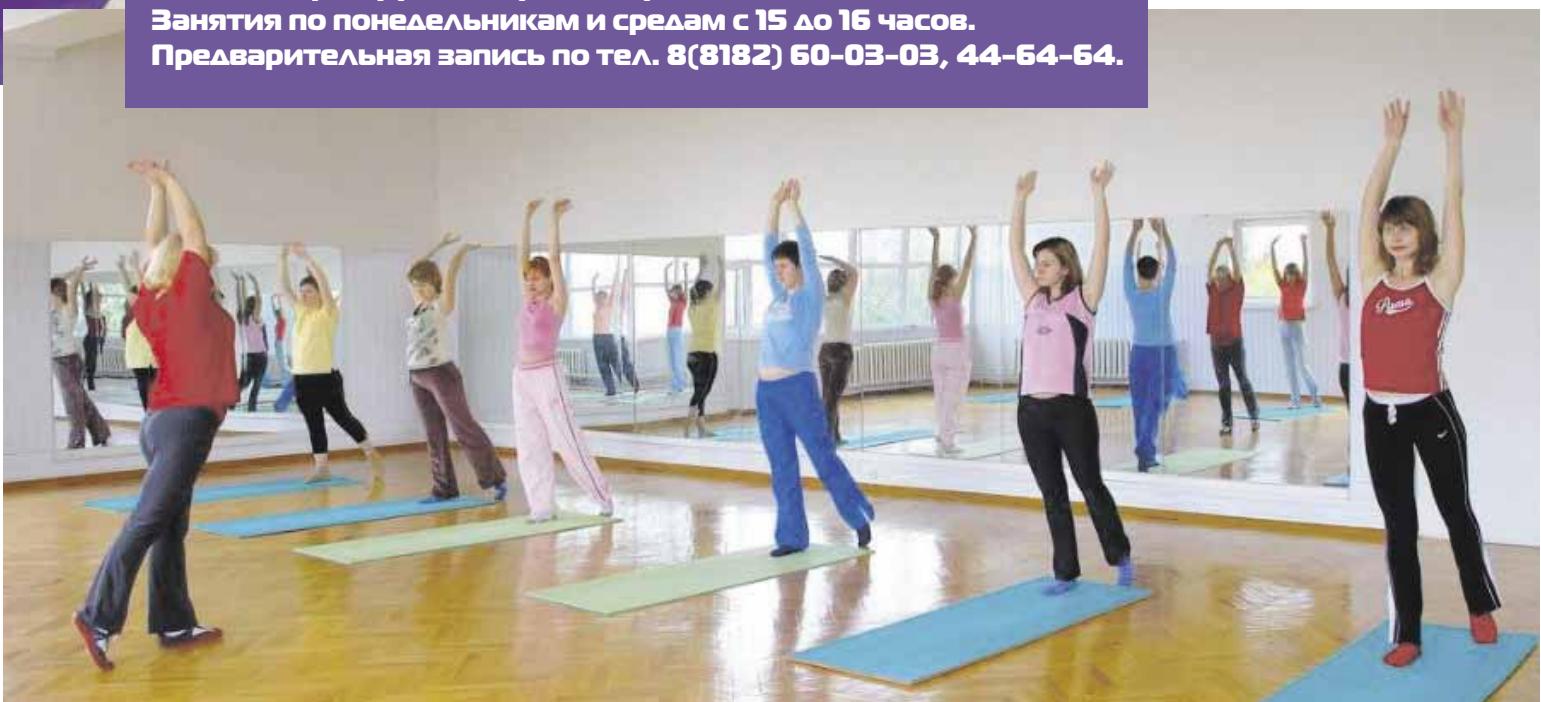
Занятия этой восточной гимнастикой развивают функции дыхания, улучшают равновесие, гибкость и выносливость.

Позволяют бороться с болями в спине, помогают снизить артериальное давление и победить бессонницу.

Увеличивают мышечную силу при статических нагрузках, улучшают координацию, увеличивают диапазон движений.

Вносят приятное разнообразие в тренировку, помогают расслабиться и отлично подходят для периода восстановления.

Ведут Ольга Николаева и Людмила Черкова.



ТЕРАПЕВТ БЕСПЛАТНО

по полису ОМС

АВА КЛИНИК
многопрофильное
медицинское учреждение



*подробности уточняйте в регистратуре, срок действия акции с 1 по 31 октября 2017г. Количество мест на бесплатный прием по полису ОМС ограничено.

адрес: АВА КЛИНИК, Суфтина 18.
Запись по телефону регистратуры 60-03-03, 44-64-64

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ С 1 ОКТЯБРЯ 2017 ГОДА

	УТРО	ВЕЧЕР
Пн	9:15 Лечебная физкультура Программа «Здоровая спина и суставы» Перегородина Елена 10:30 Йога Черкова Людмила	15.00 Игровой фитнес для детей (6-10 лет)* 17:45 Йога Николаева Ольга
Вт	9:30 Йога-терапия Николаева Ольга	17:30 Йога-1 Черкова Людмила
Ср	9:15 Лечебная физкультура Программа «Здоровая спина и суставы» Перегородина Елена 10:30 Йога Черкова Людмила	15.00 Игровой фитнес для детей (6-10 лет)* 17:15 Лечебная физкультура Программа «Антиварикоз» Перегородина Елена
Чт	9:30 Йога-терапия Николаева Ольга	18:15 Йога Николаева Ольга 17:30 Йога-1 Николаева Ольга
Пт		17:30 Йога Черкова Людмила
Сб	10:30 Йога* Черкова Людмила	

*идет набор в группу, предварительная запись по т. 60-03-03, 44-64-64

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

ОСТЕОХОНДРОЗ – МУЧЕНИЕ БЕЗ ПЕРЕДЫШКИ! ПОЧЕМУ ТЯЖЕЛО ИЗБАВИТЬСЯ ОТ БОЛИ В СПИНЕ?

Проблемы с позвоночником – верный путь к депрессии. Как связаны эти два состояния? И что поможет разорвать порочный круг?

ПЕЧАЛЬНЕЕ, ЧЕМ ИНФАРКТ?

Депрессия на фоне заболеваний – не новость для учёных. После инсульта она может развиваться не только у больного, но и у членов его семьи. А люди, перенёсшие инфаркт, страдают депрессией в 20–45% случаев. Чаще всего депрессия возникает на фоне остеохондроза.

ФАКТОРЫ, КОТОРЫЕ ПРИВОДЯТ К ДЕПРЕССИИ

- Хроническое течение боли. Когда что-то болит всегда, сохранить присутствие духа сложно.

- Социальная изоляция. Люди с проблемами в позвоночнике часто оказываются в социальной изоляции, потому что боль не дает им работать.

- Тревога ожидания боли. Пациенты с проблемным позвоночником стараются избегать любых ситуаций, которые могут вызвать боль, даже если чувствуют себя хорошо. Это сильно ограничивает их социальную активность, а изоляция рождает психологический диссонанс.

- Лечение. Риск депрессии повышают обезболивающие, применяемые при остеохондрозе.

ПОРОЧНЫЙ КРУГ

Если у человека с хронической болью в спине развивает-

ся депрессия, то формируется порочный круг. В мозге уменьшается выработка гормона серотонина, который обладает обезболивающим действием. Восприятие боли усиливается. Чтобы не допустить такого состояния, нужно вовремя начать лечение остеохондроза.

СНИМАЕМ ПРИСТУП ГРАМОТНО

Правильным будет при первых же признаках неблагополучия в позвоночнике пройти комплексное лечение. В него, помимо массажа и лечебной физкультуры, должна входить магнитотерапия.

При остеохондрозе, в том числе осложнённом грыжей, многие отдают предпочтение магнитотерапии аппаратом АЛМАГ-01.

У АЛМАГа более 15 лет успешной клинической практики. Им оснащены ведущие клиники, в том числе Поликлиника № 1 Управления делами Президента РФ, НИИ неотложной детской хирургии под руководством Л. М. Рожаля, Главный клинический госпиталь ак. Н. Н. Бурденко. Сегодня АЛМАГ-01 даёт возможность лечиться в домашних условиях.

Конструкция АЛМАГа отточена до мелочей и одобрена специалистами в ходе исследований как оптимальная для лечения спины и суставов.

Сотни тысяч людей применяют проверенный АЛМАГ-01, оценив его лечебные свойства.

АЛМАГ-01 ПРИМЕНЯЮТ, ЧТОБЫ:

- снять боль,
- ликвидировать отёк и воспалительные проявления,

• остановить прогрессирование заболевания,

- восстановить трудоспособность.

Что такое жизнь без остеохондроза? Это свобода движения, хорошее настроение, чувство силы и лёгкости. Проверьте, с АЛМАГом-01 это возможно!



 **ДЕРЖИМ ЦЕНЫ!**

ПОКУПАЙТЕ АЛМАГ-01 ВЫГОДНО! С 9 ПО 22 ОКТЯБРЯ

АПТЕКИ:

«ФАРМАЦИЯ» - телефон справочной 083
«ВИТА-НОРД» тел. 8-800-100-72-72
«ПАНАЦЕЯ» тел. 29-00-17
«АПТЕКА-МК»

«ДОБРАЯ АПТЕКА»

«ДОКТОР НЕБОЛИТ»
«АТРИЦА»
«Аптека29.ру»
«ВАША АПТЕКА»

МАГАЗИН-САЛОН:

«МЕДТЕХНИКА»
- ул. И. Кронштадтского, 16 (ТЦ «Александр»).

Заказывайте у производителя: 391351. р.п. Елатыма.ул. Янина, д. 25. АО «Елатомский приборный завод»
(возможен наложенный платеж). ОГРН 1026200881620. www.elamed.com

Бесплатный телефон завода 8-800-200-01-13 (консультации до и после покупки)



Реклама 16+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ТОВАР ДНЯ

ТРИМЕДАТ*

Новая цена 500=65
Старая цена 589=00
Тримедат 200 мг



Новая цена 256=70
Старая цена 302=00
Рени митеин №24



Новая цена 238=00
Старая цена 280=00
Экспортал 5г, 6 пакетиков

АКЦИЯ!
с 1 по 31
ОКТЯБРЯ
2017 г.



Новая цена 350=20
Старая цена 412=00
Экспортал 10 г, 10 пакетиков

Африн увлажняющий

Новая цена 245=65
Старая цена 289=00
Африн увлажняющий



Новая цена 334=90
Старая цена 394=00
Дофомцин



Новая цена 662=15
Старая цена 779=00
Супрадин №20



Новая цена 441=15
Старая цена 519=00
Экспортал 10 г, 20 пакетиков

АВА ФАРМ сеть аптек
Ул. Красных партизан, 28
Тел. 40-33-66



Ул. Тимме, 1 Тел. 40-33-77
Ул. Суфтина, 18 Тел. 40-33-88

НОВИНКА В БОРЬБЕ С ГРИППОМ

АЭРОН – аэрозоль для дезинфекции воздуха при гриппе.

Просто распылите АЭРОН в помещении – и будьте здоровы.

Эффективно уничтожает микробы (в том числе – из-

вестных вирусов-патогенов).

Безопасен для человека и окружающей среды.

Без цвета и запаха.

Произведён на основе экологически безопасных полимеров.

СПРАШИВАЙТЕ В СЕТИ АПТЕК АВА ФАРМ!

Архангельск, ул. Красных партизан, 28.

Тел. 40-33-66

Архангельск, ул. Тимме, 1.

Тел. 40-33-77



ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКАЯ ЛАЗЕРНАЯ КЛИНИКА



ЛО-29-01-001205 от 27.12.2013 г.

ДЕТСКИЙ ОФТАЛЬМОЛОГ

ЗДОРОВЬЕ ЛЮБИМЫХ ГЛАЗ!



- ДИАГНОСТИКА ЗРЕНИЯ У ДЕТЕЙ С РОЖДЕНИЯ
- ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ЛЕЧЕНИЯ
- ПРОФИЛАКТИКА РАЗВИТИЯ БЛИЗОРУКОСТИ
- ДИНАМИЧЕСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ

www.olk29.ru

Тел. 68-00-00

Адрес: г. Архангельск,
пр. Обводный канал, 9/2

РЕЖИМ РАБОТЫ:
ПН-ПТ с 9:00 до 19:00. СБ с 9:00 до 16:00.
ВСКР - ВЫХОДНОЙ.

С ПЕРВОГО ВЗГЛЯДА И НА ВСЮ ЖИЗНЬ:

КОМУ АРХАНГЕЛОГОРОДЦЫ ДОВЕРЯЮТ СВОЁ ЗРЕНИЕ

Специалисты Офтальмологической лазерной клиники вместе с северянами уже 10 лет.

Человеческий глаз – уникальный, один из самых важных, сложных и уязвимых органов восприятия информации. С помощью глаз человека различает цвета, их полутона и оттенки, может видеть на свету и в темноте. Вот почему важно следить за здоровьем глаз. Особенно это понимают те, у кого есть проблемы со зрением. Не зря в народе говорят: «беречь как зениту ока».

За качеством зрения северян вот уже 10 лет следит Архангельская Офтальмологическая Лазерная Клиника. За это время её специалисты провели множество операций. Многие доверили докторам клиники своё зрение, и теперь приводят сюда своих детей и внуков. С 2007 года в ОЛК (<http://olk29.ru/>) успешно оказываются эффективные и качественные услуги диагностики и лечения заболеваний органов зрения всем членам семьи от мала до велика. Это ли не повод довериться многолетнему опыту работы специалистов-офтальмологов.

Проблемы со зрением и заболевания глаз могут возникнуть у человека в любом возрасте. Предотвратить их развитие или побороть последствия можно с помощью своевременной профилактики и наблюдения у специалистов. Для каждого этапа жизни характерны свои наиболее распространённые дефекты. Что важно учитывать людям разного возраста, рассказывают специалисты нашей клиники. Вместе с тем, они делятся личными историями из собственной практики, рассказывают, почему выбрали именно эту профессию.

ДЕТСКОЕ ЗРЕНИЕ. ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ?

На наиболее часто задаваемые вопросы отвечает детский врач-офтальмолог Вера Смирнова.

Окончила Ивановский государственный медицинский институт по специальности «педиатрия» и по распределению приехала в Архангельск. В первый год работы прошла первичную специализацию по офтальмологии на базе Архангельской Офтальмологической Клиники, в последующем училась и подтверждала свою квалификацию на офтальмологических кафедрах Красноярска, Пензы, Москвы, Санкт-Петербурга. Последние семь лет

работает в Офтальмологической Лазерной Клинике.

- Какие способы определения нарушений или патологий зрения у самых маленьких пациентов существуют в современной медицине?

- В вопросах раннего выявления патологии у маленьких пациентов помогают внимательные родители, которые замечают малейшие отклонения. Например, поводом для настороженности может стать, если: ребёнок прищуривается или прикрывает один глаз, наклоняет низко голову, подходит близко к объекту, чтобы рассмотреть. А уже на приёме мы всеми доступными нам средствами стараемся определить наличие или отсутствие офтальмологической патологии.

- С какого возраста необходимо наблюдать у офтальмолога? Как часто нужно проверять зрение у ребенка?

- Существуют декретированные возрасты осмотра у офтальмолога: в первый месяц, при необходимости в 3-6 месяцев, затем в первый, второй и третий год. Сейчас век гаджетов, и патология меняется, близорукость появляется рано, уже в дошкольном возрасте.

- Многих родителей, особенно в преддверии школы,



беспокоит вопрос, вредно ли влияние гаджетов?

- Недавно я написала небольшую статью под названием «Первый раз в первый класс», где попыталась на бытовом уровне объяснить механизм появления близорукости при длительной работе на близком расстоянии. Когда мы понимаем, почему это происходит, тогда со знанием дела и начинаем бороться. Дозированная нагрузка при работе на близком расстоянии (чтение, письмо, общение с гаджетами) зависит от возраста, и если в первых классах период одномоментной работы составляет 15-20 минут, то в старших классах 30-40 минут. А затем обязательно должен быть отдых с элементами зрительной гимнастики, которая известна всем. Вопрос только в том, придерживаться этих рекомендаций или нет.

- Есть ли случаи, которыми вы гордитесь?

- Неоднократно на приёме мне попадались дети с такой патологией, как амблиопия с нецен-

тральной фиксацией. Суть её в том, что глаз фиксирует объект не центральной зоной, а любой другой, не дающей высокой остроты зрения из-за особенностей строения. Сколько бы мы этих детей не лечили, результат был плохим, зрение оставалось на уровне сотых. Одна из докторов показала мне статью профессора В. И. Поспелова, у которого я проходила специализацию по косоглазию, мнение которого я очень уважаю и ценю. В этой статье описывался метод лечения данной амблиопии. В то время у меня под наблюдением были трое детей с такой патологией.

Я поговорила с родителями, прямо сказала, что не знаю, какие будут результаты. На приём пришла только одна мама с ребёнком, у которого на тот момент зрение было очень низким на одном глазу, он различал картинку только стоя у таблицы. Ему было 3 года. Мы начали лечение, сначала шло очень трудно, зрение не повышалось, но через несколько месяцев мальчик пришёл на приём и назвал 6 строчек. Я не верила своим глазам, перепроверяла несколько раз, а в итоге он пошёл в школу с острой зрения «единица» без очков и в очках. Сейчас пролечено или находятся под наблюдением более 30 детей, и только в единичных случаях результат не получился хорошим из-за позднего обращения. А ведь это и ограничения в выборе профессии, и невозможность получить водительские права...

Запись по телефону: 68-00-00.
Сайт Клиники: olk29.ru.

Тел. 68-00-00

Адрес: г. Архангельск, пр. Обводный канал, 9/2

РЕЖИМ РАБОТЫ: ПН-ПТ с 9:00 до 19:00,
СБ с 9:00 до 16:00, ВСКР - ВЫХОДНОЙ ДЕНЬ.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

ВЕСТИ ОКРУГОВ

ГЕНЕРАТОР В ПОДАРОК

Для филиала культурного центра «Маймакс» на острове Бревенник по ходатайству депутатов областного Собрания Михаила Авалиани и Валентины Поповой на средства резервного фонда Правительства Архангельской области был приобретён новый передвижной генератор.

Это событие совпало с 30-летием учреждения культуры. В день юбилея в филиале состоялся концерт «бабушкины гастроли». В нём участвовали ветераны предприятий Маймаксы: клуб художественной самодеятельности «Сударушка», вокальные группы 29-го лесозавода, 26-го лесозавода и «Радость» Гидролизного завода.

Праздник состоялся накануне Дня пожилых людей. Слова благодарности ветеранам за вклад в развитие экономики нашего города и области, за их жизнелюбие с пожеланиями крепкого здоровья, счастья и долголетия прозвучали от депутатов областного Собрания Михаила Авалиани и Валентины Поповой. Они вручили творческому коллективу учреждения подарок.

В поздравлении участвовали представитель администрации Маймаксанского округа Алексей Корнилов и председатель Совета ветеранов округа Валентина Шклякова.

Иван ВОРОНЦОВ.



ДЕПУТАТЫ ВСТРЕЧАЮТСЯ С ВЕТЕРАНАМИ

В последний день сентября депутаты Архангельского областного собрания Михаил Авалиани и Валентина Попова побывали в Центрах дневного пребывания ветеранов в Северном и Маймаксанском округах. Они поздравили посетителей с Днём пожилого человека.

Филиал Центра дневного пребывания, расположенный по улице Кировской, 8 в Северном округе, на днях вновь открыл свои двери. Почти полгода он не работал из-за аварии на внутренних водопроводных сетях. В день открытия для посетителей прозвучали песни в исполнении замечательного коллектива «Радеюшко».

В Маймаксанском филиале депутаты проверили, как освоены средства, выделенные учреждению из резервного фонда правительства Архангельской области по ходатайству областных депутатов Михаила Авалиани и Валентины Поповой.



ПОЗДРАВИЛИ УЧИТЕЛЕЙ

Депутаты Архангельского областного Собрания Михаил Авалиани и Валентина Попова поздравили коллективы учителей и ветеранов педагогического труда школ Северного округа №№ 51, 37 и 43. Выразили признательность за их бесценный вклад в обучение и воспитание детей и подростков. Пожелали им благодарных учеников, успехами которых они будут гордиться.



В День пожилых людей депутаты Архангельского областного Собрания Михаил Авалиани и Валентина Попова приняли участие в праздничных поздравлениях нашихуважаемых ветеранов. Концерты прошли в КЦ «Северный» и КЦ «Маймакса». За чашкой чая с ветеранским активом Маймаксы депутаты обсудили текущие проблемы округа.

ПАНСИОНАТ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ И ИНВАЛИДОВ «Забота»



Номера:
стандарт,
полулюкс, люкс



пансонат

Забота

**Справки по телефону: 44-14-14
Адрес: г. Архангельск, ул. Тяговая, д. 50**



www.medicina29.ru

**Сдаются
в аренду
площади:**

- от 50 кв. м в ТЦ «ДАЛИ»,
ул. Адм. Кузнецова, 7
- Офисные, складские,
торговые площади
в ТК на Окружном шоссе, 13



**44-48-82,
44-48-02**

ПРИНИМАЕМ ЗАКАЗЫ!

КОМФОРТАБЕЛЬНЫЕ АВТОБУСЫ МЕРСЕДЕС, ИКАРУС, ПАЗ
ОБСЛУЖИВАЕМ СВАДЬБЫ,
ТОРЖЕСТВЕННЫЕ И КОРПОРАТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ,
ЭКСКУРСИОННЫЕ ТУРИСТИЧЕСКИЕ ГРУППЫ,
МЕЖДУГОРОДНЫЕ ПАССАЖИРСКИЕ ПЕРЕВОЗКИ



44-48-11, 44-48-25

**ПО НИЗКИМ
ЦЕНАМ**

ТОРГОВЫЙ КОМПЛЕКС ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:

- КАССИРА СРОЧНО!
- ТЕХНОЛОГА НА ПРОИЗВОДСТВО
- ПЕКАРЯ-КОНДИТЕРА
- МОЙЩИЦУ ПОСУДЫ СРОЧНО
- ПОВАРА-РАЗДАТЧИКА ► ПОВАРА СРОЧНО!
- МОЙЩИЦУ ПОСУДЫ
- УБОРЩИЦ

**ЗВОНИТЕ!
62-62-62,
доб. 327, 106.**

**ДОСТОЙНАЯ ЗАРПЛАТА,
ПОЛНЫЙ СОЦПАКЕТ,
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ!**

День рождения ШАНСа

Скорая медицинская помощь ШАНС отмечает 13 октября день рождения.

Три года назад службу частной скорой создали для повышения доступности и качества оказания скорой медицинской помощи населению. Сегодня ШАНС работает на равных для пациента условиях с государственной службой «03».

Скорая помощь «ШАНС» оказывает бесплатную медицинскую помощь всем обратившимся гражданам, имеющим полис обязательного медицинского страхования. Вызов бригады, включающий осмотр пациента, диагностические мероприятия (ЭКГ, определение сахара в крови, содержание кислорода), проведение необходимого лечения, и по показаниям - госпитализация в ресурсные стационары города, выполняются бесплатно.



Праздничные концерты, посвященные Дню пожилого человека, состоялись в ряде культурных центров Архангельска. Одним из спонсоров этих мероприятий выступила скорая помощь ШАНС. Сотрудники скорой отвечали на вопросы пожилых людей, кающихся здоровья, вручали сладкие подарки. От всей души собравшихся ветеранов поздравил депутат областного Собрания Михаил Авалиани.

ШАНС оказывает также услуги и на платной основе. Скорая помощь - единственная в регионе служба, которая осуществляет транспортировку пациентов в другие города страны. ШАНС также предоставляет услугу по забору анализов на дому. Это очень актуально для «лежачих» пациентов или детей.

Диспетчеры ШАНСа дежурят круглосуточно и принимают вызовы по телефонам 43-03-03 и 23-03-03.

ШАНС – рядом в нужный момент.

Российские врачи получат список рекомендаций по лечению болезней

Министерство здравоохранения намерено ввести систему клинических рекомендаций к 2019 году.

Клинические рекомендации закреплены в Федеральном законе № 323 «Об основах охраны здоровья». В документе врачам предлагаются конкретные действия при лечении основных заболеваний, перечислены медиикаменты для назначения, методы диагностики и лечения.

В министерстве сообщили, что для ускоренной адаптации врачей создали электронный рубрикатор. Рекомендации пока будут носить добровольный характер, но в дальнейшем могут стать обязательными.

Продолжительность человеческой жизни ничем не ограничена

Согласно новому исследованию, не существует предела для продолжительности жизни человека.

Биологи Брайан Г. Хьюз и Зигфрид Хекими из Университета Макгилла в Канаде изучали долгожителей из США, Великобритании, Франции и Японии с 1968 года и пришли к выводу, что у человеческого организма нет максимального возрастного предела. «Мы не знаем, каков может

быть возрастной предел. Фактически мы можем показать, что максимальные и средние показатели продолжительности жизни могут увеличиваться в обозримом будущем», - сказал Хекими.

Он отметил, что за последние несколько десятилетий средняя продолжительность жизни зна-

чительно увеличилась, и такая тенденция будет стабильной.

Например, в 1900 году мужчины могли жить до 46 лет, а женщины обычно проживали до 48 лет. К 1998 году средняя продолжительность жизни мужчины составляла 73,8 года, а женщины - 79,5 года.

newsrussia.today

НОВОСТИ

МЕБЕЛЬНЫЙ САЛОН «ДАЛИ»



НОВИНКА!
МОДНО, СОВРЕМЕННО, ОТЛИЧНОЕ КАЧЕСТВО!

ВНИМАНИЕ!
Открылся еще один магазин
ДАЛИ по адресу:
Окружное шоссе, 13,
корпус 1, 2 этаж.

СОЛОМБАЛА, УЛ. АДМИРАЛА КУЗНЕЦОВА, 7.
РЕЖИМ РАБОТЫ: 10.00-19.00. СБ, ВС – 10.00-18.00
Тел. 22-37-73

Дали
МЕБЕЛЬ

Количество товара ограничено.
Цены действительны при наличии товара.
Условия акции уточняйте у продавцов в салонах ДАЛИ.
Мебель продается без бытовой техники и дополнительных аксессуаров.

БОЛЬШОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ ПОСУДЫ ОТ ИКЕА!




Чайные наборы (чашка+блюдце) на 6 персон, тарелки. Эта практичная посуда подойдет для подачи самых разных блюд.

Эргономичные кастрюли и сковородки. Выбери свою.



ПОДАРОЧНЫЕ СЕРТИФИКАТЫ!

ОКРУЖНОЕ ШОССЕ, 13,
ТК «На Окружной», 2-й этаж.
Ждём вас ежедневно с 10 до 20 ч.
Тел. 62-62-62, доб. 314.

Идеи
на Окружной

Группа в контакте
«Идеи на Окружной»
www.okr29.ru

62-62-62

гипермаркет

на Окружной

WWW.OKR29.RU

Условия и сроки проведения акции уточняйте у продавцов.
Товары сертифицированы.
Количество товара
по «Выгодным ценам» ограничено.
Указана цена 1 шт/1 кг

**Постоянно принимаем заказы на пироги,
слойки с вареной сгущенкой, с творогом,
с яблоками, с сыром**

Тел. 62-62-62,
доб. 139



**Отличная реклама
по продвижению
фирмы!**

Закажите козули с логотипом вашей компании - и вручайте партнёрам на презентациях и к праздникам!
Успех обеспечен!



Упаковка товара в торговом зале может отличаться от рекламируемой в газете.
**Всегда к вашему столу -
люля экстра, котлеты домашние московские,
перец фаршированный мясом и рисом, шницель,
голубцы мясные, бифштексы п/ф, купаты**



ВКУСНО! КАЧЕСТВЕННО! НЕДОРОГО!

В торговом комплексе «На Окружной» открылась столовая европейского типа «Для Вас». Супы и салаты, вторые блюда с разнообразными гарнирами, десерты и ароматная выпечка - всё по-домашнему вкусно!



Быстрое обслуживание и приятный персонал.

Просторный светлый зал, красивая мебель, уютные диванчики, стильный дизайн интерьера – всё это создаёт тёплую атмосферу, располагающую к приятному отдыху и общению.

Для маленьких посетителей рядом расположена детская игровая комната.

Столовая европейского типа «Для Вас» работает **на 2 этаже торгового комплекса «На Окружной» с 9.00 до 20.00.**



ЗДОРОВЬЕ СЕВЕРЯН ПЛЮС

Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ29-00516 от 27 октября 2014 года.
Выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых коммуникаций по Архангельской
области и Ненецкому автономному округу.
Ограничение по возрасту 12+

РЕКЛАМНАЯ

Представленная в газете информация не должна использоваться для самостоятельной диагностики и лечения и не может служить заменой очной консультации лечащего врача. Все товары сертифицированы.

Адрес редакции: 163045, г. Архангельск. Окружное шоссе, 13, оф. 33.
e-mail: medicina29@mail.ru / Тел. 60-03-03, доб. 159.

Учредитель: Н. Ю. Авалиани. Издатель: Н. Ю. Авалиани.
Адрес: 163000, г. Архангельск, пр. Троицкий, д. 16, кв. 5.

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР Е. В. КОЖИН

Компьютерная верстка В. Н. Петраков

Отпечатано в ООО «Типография «Правда Севера», 163002, г. Архангельск,
пр. Новгородский, 32. ИНН 2901120811. Тираж 110400 экз. Заказ № 5829.
Подписано в печать 10.10.2017 г. По графику в 13.00, фактически в 13.00.
Распространяется бесплатно. Выходит 2 раза в месяц.
Редакция не несет ответственности за достоверность информации
в материалах рекламного характера.