

# Здоровье СЕВЕРЯН

12+ РЕКЛАМНАЯ

ГАЗЕТА  
ЗДОРОВОГО  
ОБРАЗА  
ЖИЗНИ



## Единственные в Архангельской области!

### Лазерная коррекция зрения по технологии FEMTO-LASIK в Офтальмологической Лазерной Клинике

В Офтальмологической Лазерной Клинике, уже известной большинству людей, 22 октября 2021 года сделали первую операцию по коррекции зрения по уникальной для региона технологии

#### ЧЕМ УСОВЕРШЕНСТВОВАННЫЙ СПОСОБ ЛЕЧЕНИЯ ГЛАЗ ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ ПРЕДЫДУЩИХ?

Теперь лазерную коррекцию зрения можно сделать по новейшей технологии «Фемто-ласик» на немецком оборудовании последнего поколения фирмы CARL ZEISS под названием «VisuMax».

ной минуты и затрагивает минимальную площадь глазных тканей. Благодаря этому, пациент быстрее и легче переносит реабилитацию. Хорошо видеть он начинает сразу после окончания операции, через некоторое время может вести привычный образ жизни, а спустя несколько дней уже готов выходить на работу.

При соблюдении всех рекомендаций врача риск осложнений минимален.

Кроме этого, операция позволяет справиться даже с теми случаями, ко-



ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКАЯ ЛАЗЕРНАЯ КЛИНИКА

Обводный Канал, д. 9, к. 2  
(вход с торца)  
режим работы:  
пн.-пт. — с 08:00 до 19:00,  
сб. — с 09:00 до 16:00,  
вс. — выходной.

Запись по телефону:  
68-00-00,  
+7 911 594-68-68;  
сайт клиники: [olk29.ru](http://olk29.ru);  
[www.vk.com/olk29](http://www.vk.com/olk29);  
[instagram.com/olk\\_29](https://www.instagram.com/olk_29).



Команду во главе с оперирующим доктором Романом Михайловичем Панкратовым, вышедшую из операционной, коллектив встречал бурными аплодисментами и поздравлениями.

Ранее в клинике проводили операции с помощью двух технологий: «фоторефракционной кератэктомии» (ФРК) и «Ласик». Теперь к этому списку добавились ещё и «Фемто-ласик».

Особенность нового способа в том, что хирургическое вмешательство происходит без использования механических инструментов. Все манипуляции делают с помощью двух лазеров: фемтосекундного и эксимерного.

Новая технология позволяет исключить человеческий фактор на первом шаге операции, уменьшает воздействие вакуума на глазное яблоко, а также снижает риск развития возможных различных осложнений. В результате повышается безопасность, а пациент по итогу получает лучшее зрение.

Непосредственно само хирургическое вмешательство длится менее од-

торые не поддаются коррекции с помощью операции «Ласик».

Показаниями для операции «Фемто-ласик» может стать близорукость до -16,0, астигматизм до  $\pm 6,0$ , а также дальнозоркость до +6,0.

Конечно, окончательное решение о выборе той или иной технологии выполнения лазерной коррекции зрения принимается на консультации с врачом-офтальмологом после тщательной диагностики. Её стоимость – 1800 рублей.

Лазерная коррекция зрения по технологии «Фемто-Ласик» в Офтальмологической Лазерной Клинике стоит 90 тысяч рублей на оба глаза, однако до конца 2021 года для северян будет действовать акция. Сделать операцию можно будет со скидкой 25%, итоговая цена составит 67,5 тысячи рублей на оба глаза.

Записаться на консультацию и задать все интересующие вопросы можно с помощью контактов в адресном блоке.

#### Методы лазерной коррекции зрения

	ФРК	ЛАСИК	ФЕМТО-ЛАСИК
СТЕПЕНЬ НАРУШЕНИЯ ЗРЕНИЯ	БЛИЗОРУКОСТЬ ДО -4,0 АСТИГМАТИЗМ ДО -2,0	БЛИЗОРУКОСТЬ ДО -12,0 АСТИГМАТИЗМ ДО +4,0 ДАЛЬНОЗОРУКОСТЬ ДО +4,0	БЛИЗОРУКОСТЬ ДО -16,0 АСТИГМАТИЗМ ДО +6,0 ДАЛЬНОЗОРУКОСТЬ ДО +6,0
ФОРМИРОВАНИЕ КЛАПАНА	НЕ ПРОИСХОДИТ	ЛЕЗВИЕМ	ЛАЗЕРОМ
СЕРЬЕЗНЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ С РЕЗКОЙ ПОТЕРЕЙ ЗРЕНИЯ ОТСУТСТВУЮТ			
НЕПРИЯТНЫЕ ОЩУЩЕНИЯ ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ	ОТ 1 ДО 4 ДНЕЙ	5-6 ЧАСОВ	4-5 ЧАСОВ
РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД	ДО 12 МЕСЯЦЕВ	2-4 НЕДЕЛИ	2-4 НЕДЕЛИ
СТОИМОСТЬ ОПЕРАЦИИ НА 1 ГЛАЗ	17 500 Р	17 500 Р	33 750 Р -45 000 Р до 31.12.2021

ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКАЯ ЛАЗЕРНАЯ КЛИНИКА  
9 АРХАНГЕЛЬСК, ПР. СВОБОДНЫЙ КАНАЛ Д. 9, К. 2

8 (911) 594-68-68

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.



2  
страница

**НОВОСТИ**

**Лепка из пластилина и рисование замедляют прогрессирование болезни Паркинсона**

Болезнь Паркинсона – вторая по распространенности после болезни Альцгеймера нейродегенеративная патология, которой страдают свыше 7 миллионов человек в мире. Характеризуется эмоциональными и когнитивными нарушениями, сильным тремором, изменением походки, повышенным мышечным тонусом. Чаще всего развивается в пожилом возрасте, но есть случаи и раннего Паркинсона. У мужчин заболевание диагностируется в 1,5 раза чаще, чем у женщин.

В ходе исследования в течение года 30 добровольцев получали только медикаментозную терапию, а ещё 20 помимо стандартного лечения проходили курс арт-терапии. Под руководством профессиональных художников пациенты занимались рисованием и лепкой из пластилина.

Спустя 6 месяцев у добровольцев улучшились когнитивные способности, уменьшился тремор и дневная сонливость.

Кроме того, арт-терапия значительно улучшила настроение участников, у всех уменьшились симптомы депрессии и тревожности.

<https://medportal.ru/mednovosti>

**Повернуть вспять болезнь Альцгеймера?**

Примерно 50 миллионов человек во всем мире живут с болезнью Альцгеймера, самой частой причиной деменции среди пожилых людей. И в настоящее время нет способа её предотвратить или вылечить.

Тем не менее, у человечества появился шанс справиться с ней.

Исследователи предлагают использовать гипербарическую кислородную терапию. Пациенты дышат стопроцентным кислородом в специальной камере с высоким атмосферным давлением, и в это время у них восстанавливается повреждённая ткань мозга и возобновляется рост кровеносных сосудов и нервных клеток в головном мозге.

Учёные провели исследование на пациентах старше 65 лет на стадиях ухудшения психических и когнитивных функций. Терапия включала серию из 60 процедур в барокамерах в течение 90 дней.

Гипербарическое лечение привело к:

- Улучшению памяти в среднем у 16,5% пациентов
- Увеличению кровотока в 20% случаев
- Повышению внимания и концентрации у 6% пациентов
- Улучшению скорости обработки информации в 10%

Исследователи считают, что можно обратить вспять процессы старения и сопутствующие заболевания.

[www.kp.ru/daily/28331/4475587/](http://www.kp.ru/daily/28331/4475587/)

# Как ветром сдуло...

Удаление нежелательных волос — одна из наиболее частых задач, с которыми обращаются к косметологу.

Сегодня одним из самых безопасных, быстрых и эффективных методов удаления лишних волос на теле является диодная лазерная эпиляция.

**УДАЛЕНИЕ ВОЛОС ЛАЗЕРОМ**

Лазерная эпиляция — это удаление лишних волос на теле посредством воздействия лазерного луча. Луч направляется на обрабатываемый участок тела, под воздействием импульсов волосяной фолликул мгновенно нагревается и затем полностью разрушается.

С помощью диодной лазерной эпиляции удалить можно только те волосы, которые находятся в фазе роста. А таковых может быть от 15 до 25%. Лазер разрушает не растущие волосы, а их фолликулы, поэтому рост волос становится невозможным. Спустя 3-5 недель «просыпаются» спящие луковицы, и в рост идёт другая партия волос, которая будет удалена на следующей процедуре. Соответственно, для получения результата потребуются провести несколько сеансов.

**В АВА КЛИНИК — СОВЕРШЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Результат во многом зависит от качества оборудования, с помощью которого проводят данную процедуру.

MeDioStar Next PRO является диодным лазером с улучшенной технологией эпиляции и высокой мощностью. Аппарат представляет собой инновационную разработку немецкой компании «Asclepion Lasers Technologies GmbH», которая уже больше тридцати лет занимает лидирующие позиции в мире в производстве лазерных аппаратов для эстетической, косметологической, хирургической медицины. За это время аппараты фирмы «Asclepion» зарекомендовали себя с положительной стороны. Собственные технологии компании отмечены многочисленными наградами. Техника данного бренда имеет международные сертификаты ISO, отвечает всем требованиям Европейского медицинского комитета.

Лазерная система MeDioStar Next сочетает в себе две разных длины волны в одном диодном стеке. Подобный инновационный подход даёт возможность проводить безопасную эпиляцию, независимо от густоты и цвета волос, у пациентов как со светлым, так и с тёмным типом кожи.

Встроенные в аппликатор специальные элементы охлаждают кожу перед воздействием лазера, снимают тепловую нагрузку, обеспечивают комфорт и безопасность при эпиляции.

**ВАМ ПОДОЙДЁТ ЭТОТ МЕТОД ЭПИЛЯЦИИ, ЕСЛИ:**

- Существует потребность в удалении нежелательных волос на лице и теле на длительный период.
- После использования бритвы и других средств на коже появляется сильное раздражение.
- Ощущается болезненность при механическом удалении волос.



**СКОЛЬКО ПРОЦЕДУР?**

Количество сеансов зависит от индивидуальных особенностей человека. Среди них тип и оттенок кожи, цвет волос и интенсивность их роста в зоне проведения обработки. Принимаются в расчёт и особенности гормонального фона.

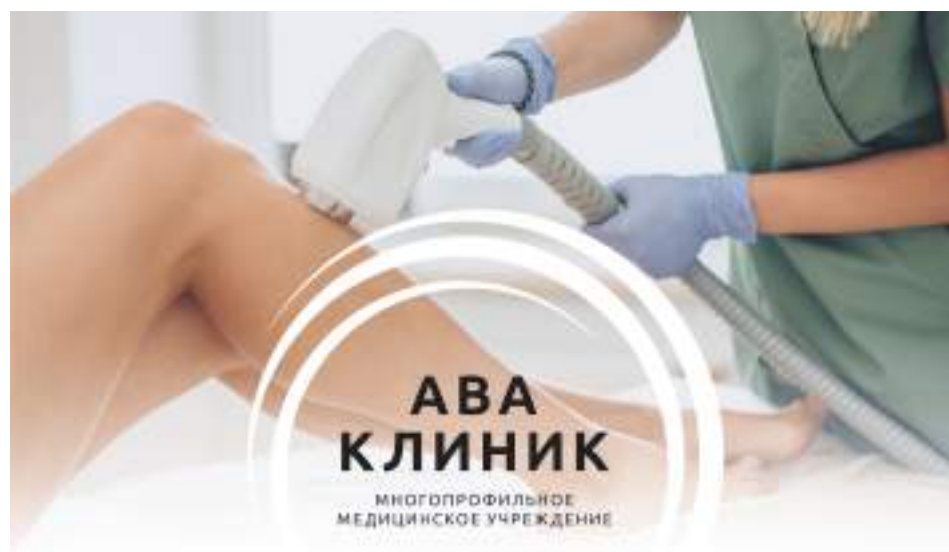
В среднем, для полного удаления волос необходимо провести от 6 до 10 процедур. Сеансы повторяются с периодичностью в 3-4 недели.

Во время процедуры человек удобно располагается на косметологической кушетке. Специалист наносит специальный гель и обрабатывает выбранную область лазером. Длительность процедуры зависит от размера зоны воздействия. В среднем, этот период занимает от 15 минут. После завершения сеанса на кожу наносится специальный защитный крем.

**ПОСЛЕ ПРОЦЕДУРЫ НЕОБХОДИМО:**

- в течение нескольких дней после лазерной эпиляции на обработанную зону необходимо наносить увлажняющий крем. В период активного солнца нужно использовать солнцезащитный крем с SPF-фактор не ниже 50;
- не рекомендуется загорать в течение двух недель после проведения процедуры;
- в течение трёх дней не посещать сауны, бани и бассейны.

**АВА КЛИНИК.**  
8(8182) 60-03-03, 44-64-64.  
Архангельск, ул. Суфтина, 18.  
[www.avaclinic29.ru](http://www.avaclinic29.ru)



**3=2**

**Три процедуры лазерной эпиляции одной зоны по цене двух**

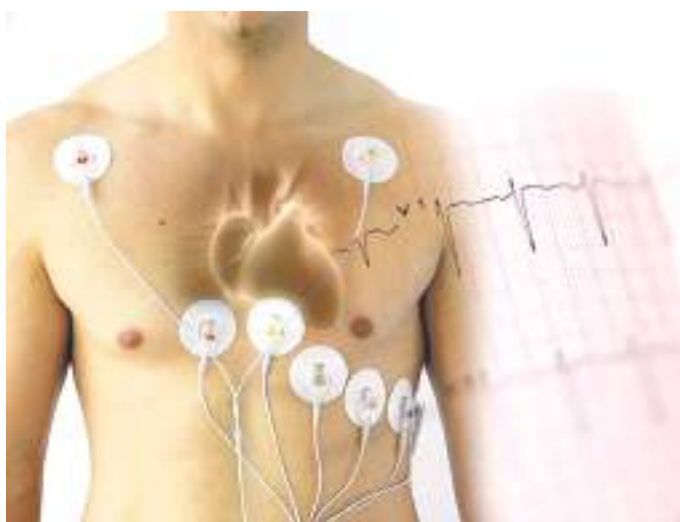


**01.11 — 30.11.2021**

8 (8182) 60-03-03, 44-64-64  
г. Архангельск, ул. Суфтина, д. 18

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.





# Защитите своё сердце!

**Холтер-Мониторинг** позволяет на протяжении длительного времени непрерывно отслеживать деятельность сердца, наблюдать за изменениями функций миокарда, отклонениями показателей артериального давления при обычном поведении пациента.

- Холтер даёт возможность обнаружить связь артериального давления (АД) с приступами стенокардии и нарушением сердечного ритма, найти причины скачков давления и многих патологических состояний сердечно-сосудистой системы.

С помощью обычной электрокардиограммы (ЭКГ) зафиксировать преходящие, возникающие как бы беспричинно, нарушения ритма бывает весьма проблематично (ритм восстановился – на ЭКГ норма).

А следить в течение длительного времени и зарегистрировать изменения во время сна, под действием нагрузок, лекарственных препаратов или других факторов, вызывающих аритмию, и во все не представляется возможным.

- Холтер позволяет не только зарегистрировать ЭКГ и повышение артериального давления в определённые периоды, но и уловить сбой ритма, возникающий периодически (в виде приступов), а также зафиксировать временные страдания миокарда, обусловленные недостаточностью кровообращения и нарушением питания сердечной мышцы.

## 1 СУТОЧНЫЙ МОНИТОРИНГ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ (СМАД)

представляет собой непрерывное аппаратное исследование артериального давления (АД) в течение 24 часов.

Нацелен на выявление причин, вызывающих нарушения в работе сердечно-сосудистой системы, появление скачков артериального давления (АД).

Позволяет уловить отклонения в течение дня и ночи, показать клинические признаки нарушений.

### Суточный мониторинг позволяет установить:

- Нормальное давление пациента. Норма устанавливается индивидуально, зависит от возраста, веса, образа жизни пациента.

- Скачки артериального давления во время физической активности, стрессовых ситуаций.

- Давление ночью, во время сна.

- Пульс.

Своевременное обнаружение отклонений от нормы способно снизить риск возникновения инфаркта, инсульта, позволяет определить стадию гипертонического заболевания.

### Подготовка к СМАД

- Пациент должен быть отдохнувшим, состояние спокойное.

- Одежда должна быть свободной, не сковывающей движения. Под неё должен уместиться аппарат для мониторинга.

Процедура не накладывает каких-либо серьёзных ограничений на жизнь пациента. Он должен вести себя как обычно.

## 2 СУТОЧНОЕ МОНИТОРИРОВАНИЕ ЭКГ (Холтер-Мониторинг)

позволяет на протяжении длительного времени непрерывно отслеживать деятельность сердца, наблюдать за изменениями функций миокарда при обычном поведении пациента.

К показаниям для исследования работы сердца по методу Холтера можно отнести:

- Различного рода аритмии;
- Подозрение на слабость синусового узла;
- Обморочные состояния;
- Безболевую форму ИБС;
- Артериальную гипертензию;
- Стенокардию напряжения, в случае, если имеются объективные причины, препятствующие проведению проб с нагрузкой (тромбофлебит, болезни суставов);
- Стенокардию Принцметала.
- Сердечные пороки;
- Состояние после инфаркта миокарда;
- Применение антиаритмических и гипотензивных препаратов, контроль их эффективности;
- Сахарный диабет (для оценки состояния сосудов);

### Как проводится процедура

Пациенту наклеивают датчики на грудную клетку и выдают прибор в специальной сумочке для крепления к поясу или ношения на плече. В дневнике нужно будет записывать данные о времени и качестве сна, употреблении лекарств, о возможных болях, ощущениях о работе сердца, головокружении и т. д. В назначенное время прибор и дневник сдаются врачу.

Мониторинг ЭКГ можно проводить с пяти лет.

## 3 КАРДИОРЕСПИРАТОРНЫЙ МОНИТОРИНГ

Метод диагностики нарушений дыхания во сне: обструктивного и центрального апноэ, синдрома повышенной резистентности дыхательных путей, храпа. Это достаточно простой, удобный и эффективный способ. Специальная подготовка к нему не требуется. Важное преимущество метода в том, что благодаря компактности и портативности системы проводить диагностику можно на дому, в комфортных условиях.

Система кардиореспираторного мониторинга обычно состоит из корпуса прибора (помещается на ладони, работает от батареек), одного или двух ремней усилия, назальной или ротовой канюли. При необходимости дополнительно подключаются микрофон храпа, электроды для электрокардиографии или электромиографии. Все датчики пациент может подключить и наложить самостоятельно.

Информация с датчиков записывается во внутреннюю память устройства. Утром пациент отсоединяет датчики и возвращает в клинику.

Считав данные с устройства и обработав их в специальной программе, врач может получить подробную информацию о процессе сна пациента:

- Дыхательный поток;
- Храп;
- Дыхательные движения грудной клетки и живота;
- Работа сердца (наличие нарушений ритма сердца и проводимости, ишемии).

Кардиореспираторное мониторирование обычно позволяет выявить синдром обструктивного апноэ сна и других нарушений дыхания во сне и определиться с дальнейшей тактикой обследования и лечения.

**АВА КЛИНИК**  
ул. Суфтина, 18  
тел. 8 (8182) 60-03-03, 44-64-64  
www.avaclinic29.ru

## НОВОСТИ

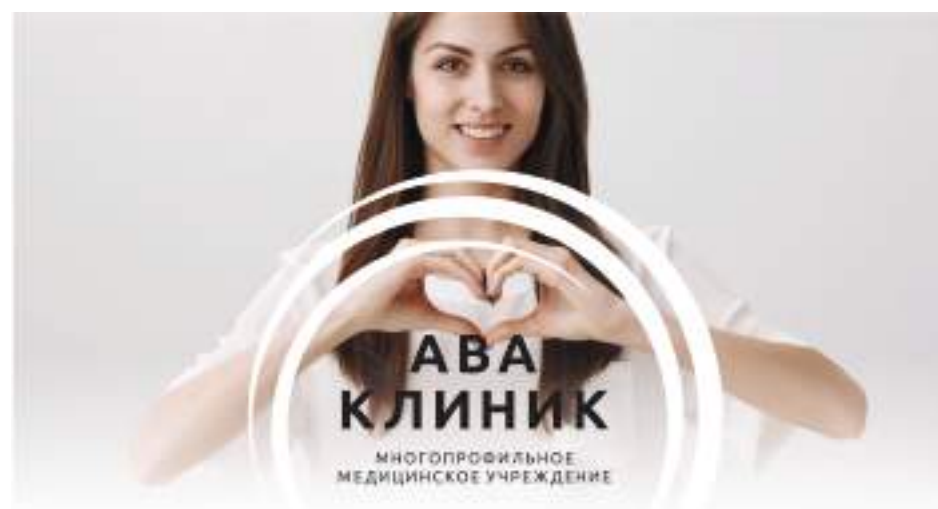
# Стероиды и здоровье



Анаболические андрогенные стероиды (ААС), синтетическая версия мужского полового гормона тестостерона, многими используются для повышения спортивных результатов или наращивания мышечной массы. Доказано, что использование ААС не только увеличивает мышечную массу и силу, но и имеет много побочных эффектов, начиная от прыщей и заканчивая проблемами с сердцем и повышенной агрессией.

Также у людей с зависимостью от ААС или с более длительным временем использования наблюдалось ускоренное старение мозга. Но и это ещё не всё. Известные побочные эффекты от этих препаратов у мужчин включают рост груди, выпадение волос, сморщенные яички и снижение уровня природного тестостерона, что может вызвать снижение полового влечения, плохую эрекцию и низкое количество сперматозоидов.

МедПортал



## В ЗДОРОВОМ РИТМЕ

- Суточное мониторирование АД (24 часа) — 1 200 Р
- Суточное мониторирование ЭКГ (24 часа) — 1 500 Р
- Суточное мониторирование АД и ЭКГ (24 часа) — 2 000 Р
- Кардиореспираторный мониторинг (диагностика синдрома обструктивного апноэ сна) — 1 800 Р



8 (8182) 60-03-03, 44-64-64  
г. Архангельск, ул. Суфтина, д. 18

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.



# Лечение без лекарств

Рефлексотерапия – это наука и искусство лечения и укрепления здоровья методом воздействия на биологически активные точки организма с помощью специальных медицинских акупунктурных игл.

При лечении происходит мобилизация собственных ресурсов организма и вовлечение одновременно всех систем и органов в процесс выздоровления, что даёт быстрый и эффективный ответ организма. По сути, рефлексотерапия представляет собой так называемое иглоукалывание.

Очень часто сочетание рефлексотерапии с лечением медикаментозными средствами приводит к хорошим результатам при заболеваниях периферической и центральной нервной систем (головные боли и головокружения, вегето-сосудистая дистония, невроз, дорсопатии – остеохондроз, протрузии, грыжи межпозвоночных дисков, сколиоз позвоночника и т. п.).

Например, неврозы относятся к наиболее распространённым расстройствам психики. С помощью рефлексотерапии проводится эффективное лечение различных видов неврозов, включая неврастению, истерические неврозы и неврозы навязчивых состояний:

- устраняются страхи, тревожность, беспокойство и другая симптоматика,
- нормализуется продолжительность и улучшается качество сна,
- повышается эмоциональная устойчивость и стрессоустойчивость,
- устраняются последствия стрессов, психологических травм,
- улучшается работа пищеварительной системы и других систем организма, внутренних органов,
- повышается работоспособность,

- предупреждаются неврологические и другие заболевания, связанные с расстройством нервной системы.

Применяется рефлексотерапия и для коррекции избыточного веса (воздействие на особые рефлексогенные зоны способствует подавлению аппетита), активации обменных процессов, для усиления работы выделительных систем и для нормализации деятельности гормональной системы.

Эффективна она также при лечении следующих заболеваний:

- опорно-двигательного аппарата (артриты, артрозы, периартриты, миозиты, бурситы, тендовагиниты, пяточные шпоры);
- сердечно-сосудистой системы (гипертоническая болезнь 1 и 2 степени, атеросклероз, стенокардия, нарушения сердечного ритма и т. п.);
- органов дыхания (хронический бронхит, хроническая пневмония 1-2 степени (вне обострения), бронхиальная астма);
- органов пищеварения (хронический гастрит, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, дискинезия желчевыводящих путей, хронический некалькулезный холецистит, хронические колиты и запоры);
- мочеполовой системы (хронический цистит, цисталгия, простатит с выраженным болевым синдромом, нефрит и т. п.);
- гинекологических (климактерический синдром, хронические воспалительные процессы, первичное (гормональное) бесплодие, расстройства менструального цикла);
- аллергических (вазомоторный ринит, крапивница, нейродермит и др.).

Помимо этого, рефлексотерапия отлично себя проявляет при борьбе с вредными привычками (табачная и



Сеанс проводит врач-рефлексотерапевт АВА КЛИНИК Людмила ТОЧИЛОВА

алкогольная зависимости), а также с бессонницей, синдромом хронической усталости.

Если вы предпочитаете меньше употреблять фармацевтические препараты, а организм просит помощи - запишитесь на консультацию к нашему специалисту. Обсудите с врачом-рефлексотерапевтом возникшие проблемы со здоровьем. Возможно, именно метод

рефлексотерапии поможет вам наиболее эффективно в улучшении здоровья.

Важно отметить, что результат и противопоказания применения рефлексотерапии во многом зависят от профессионализма и опыта врача.

**АВА КЛИНИК**  
Архангельск, ул. Суфтина, 18  
Тел. 60-03-03, 44-64-64  
www.avaclinic29.ru

# Обследование мочевого пузыря

Цистоскопия – осмотр внутренней стенки мочевого пузыря

Показания к цистоскопии:

- подозрение на опухоль мочевого пузыря,
- наличие крови в моче,
- часто рецидивирующие циститы,
- недержание мочи,
- бессимптомная лейкоцитурия,
- исключение прорастания злокачественной опухоли соседних органов в мочевой пузырь.

## КАК ПРОВОДИТСЯ ПРОЦЕДУРА?

Выполняется цистоскопия с помощью специального прибора цистоскопа. АВА КЛИНИК имеет современный эндоскопический цистоскоп известной немецкой фирмы Карл Шторц. Он представляет собой трубочку, внутри которой находится система линз и встроенный оптоволоконный световод. Цистоскоп вводится в мочевой пузырь через мочеиспускательный канал. Цистоскопия проводится под местной анестезией с использованием современных анестетиков. По желанию пациента, она может быть проведена под региональной анестезией или внутривенным наркозом.

Продолжительность диагностики 15-20 минут. Исследование можно записать на съёмный носитель.

## ЧТО ДАЁТ ИССЛЕДОВАНИЕ?

Цистоскопия помогает распознать хронический цистит, туберкулёз, камни, опухоли мочевого пузыря и другие урологические заболевания, а также воспалительные и опухолевые заболевания соседних с мочевым пузырём органов (матка и влагалища у женщин, предстательная железа и прямая кишка у мужчин).

Использование цистоскопов специальной конструкции позволяет проводить катетеризацию мочеточников и почечных лоханок (с диагностической или лечебной целью), биопсию и некоторые оперативные вмешательства на мочевыводящих путях и предстательной железе.

Цистоскоп позволяет увидеть внутреннее строение мочеиспускательного канала и мочевого пузыря, определить состояние слизистой оболочки мочевого пузыря, устьев мочеточников, наличие инородных тел, конкрементов, вид выделяющейся мочи из устьев мочеточников.

С помощью цистоскопии можно получить большой объём информации, которая недоступна при рентгенологическом и ультразвуковом исследовании.

Выполняют цистоскопию также при раке матки и яичников, раке сигмовидной и прямой кишки. Показанием для экстренной цистоскопии является безболезненное появление крови в моче.

Цистоскопия является неотъемлемой частью других диагностических процедур, например катетеризации мочеточников, а также хирургических, диагностических и лечебных вмешательств, в частности, взятия кусочка ткани для гистологического исследования, электрокоагуляции доброкачественных опухолей.

Противопоказаниями к цистоскопии являются острые воспалительные процессы в мочевом пузыре, мочеиспускательном канале, предстательной железе, яичке и его придатке; ёмкость мочевого пузыря менее 80 мл, непроходимость мочеиспускательного канала.

**Александр Владимирович АРХИПОВ**, заслуженный врач России, врач-уролог, онколог высшей квалификационной категории, кандидат медицинских наук.



А.В. АРХИПОВ

Записаться на консультацию вы можете по телефону 8(8182) 60-03-03, 44-64-64  
**АВА КЛИНИК**  
Архангельск, ул. Суфтина, 18  
www.avaclinic29.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.



# Важное для женщин!

Репродуктивная функция женщины поддерживается благодаря скоординированному взаимодействию гормонов яичников, гипофиза и гипоталамуса. Для оценки женского гормонального статуса проводят комплексное исследование гормонов.



Важными гормонами женской половой системы являются:

## ЭСТРАДИОЛ

Наиболее активный эстрогенный (женский) половой стероидный гормон. Вырабатывается в яичниках, в плаценте и в сетчатой зоне коры надпочечников под влиянием фолликулостимулирующего гормона (ФСГ), лютеинизирующего гормона (ЛГ) и пролактина.

Эстрадиол обеспечивает формирование половой системы по женскому типу, развитие женских вторичных половых признаков в пубертатном периоде, становление и регуляцию менструальной функции, развитие яйцеклетки, рост и развитие матки при беременности; отвечает за психофизиологические особенности полового поведения. Обеспечивает формирование подкожной жировой клетчатки по женскому типу.

Определение уровня эстрадиола применяют для оценки функции яичников при нарушениях менструального цикла, при бесплодии, для выявления нарушений метаболизма стероидов, контроля гормональной терапии.

## ПРОГЕСТЕРОН

Стероидный гормон жёлтого тела яичников, необходимый для осуществления всех этапов беременности.

Прогестерон образуется в яичниках и в небольшом количестве - в коре надпочечников под влиянием лютеинизирующего гормона (ЛГ).

Он подготавливает эндометрий матки к имплантации оплодотворённой яйцеклетки, а после её имплантации способствует сохранению беременности: подавляет активность гладкой мускулатуры матки, поддерживает в центральной нервной системе доминанту беременности; стимулирует развитие концевых секреторных отделов молочных желёз и рост матки, синтез стероидных гормонов; оказывает иммунодепрессивное действие, подавляя реакцию отторжения плодного яйца. Стимулирует секрецию кожного сала.

Определение уровня прогестерона применяют для подтверждения эффективности овуляции, оценки плацентар-

ной функции при беременности, а также для дифференциальной диагностики различных видов аменореи, установления причин бесплодия, в мониторинге прогестерон-замещающей терапии.

## ФОЛЛИКУЛОСТИМУЛИРУЮЩИЙ ГОРМОН (ФСГ)

Стимулирует образование фолликулов. Достижение критического уровня ФСГ приводит к овуляции.

Анализ уровня ФСГ в сыворотке крови – один из базовых тестов в диагностике патологий репродуктивной системы у женщин.

Определение уровня ФСГ в крови применяют при: снижении либидо, бесплодии, ановуляции, дисфункциональных маточных кровотечениях, невынашивании беременности, преждевременном половом развитии и задержке.

## ЛЮТЕИНИЗИРУЮЩИЙ ГОРМОН (ЛГ)

Уровень ЛГ в сыворотке крови определяют при гонадальной причине бесплодия, когда отмечают увеличение концентраций ЛГ и ФСГ, сочетающееся с низкой концентрацией половых стероидов.

Подготовка к анализу

Строго натощак после ночного периода голодания от 8 до 14 часов.

За 3 дня до взятия крови исключить физические нагрузки (спортивные тренировки), накануне исследования исключить повышенные психоэмоциональные нагрузки, приём алкоголя, за час до исследования – курение.

## ПРОЛАКТИН

Гипофизарный гормон, участвующий в регуляции функции молочных желёз и лактации. Тест используется в диагностике гипоталамо-гипофизарных расстройств и нарушений репродуктивной функции.

Определение уровня пролактина проводят при: циклических болях в молочной железе, мастопатии, бесплодии, комплексной оценке функционального состояния фетоплацентарного комплекса, нарушении лактации в послеродовом периоде, ожирении.

## ТЕСТОСТЕРОН

В организме женщин присутствует, но в значительно меньшей концентрации, чем у мужчин. Вырабатывается в коре надпочечников и в яичниках.

Участвует в механизме регрессии фолликула в яичниках и в регуляции уровня гонадотропных гормонов гипофиза.

Подготовка к процедуре

Как и любое плановое исследование, сдачу анализа крови на тестостерон надо проводить вне острых вирусных и бактериальных заболеваний, не ранее, чем через две недели после выздоровления.

Необходимо обсудить с лечащим врачом перечень используемых препаратов, возможно, отменить какие-то из них по согласованию с врачом.

Взятие крови необходимо проводить утром натощак, после 8-14 часов ночного голодания. Воду пить разрешается. Накануне исследования исключить значительные физические и эмоциональные нагрузки и прием алкоголя. Не рекомендуется курить, по крайней мере, за один час до исследования.

## ДЕГИДРОЭПИАНДРОСТЕРОН-СУЛЬФАТ

Андрогенный гормон надпочечников. Тест применяют при подозрении на избыток образования андрогенов, а также при симптомах аменореи, бесплодия или маскулинизации у женщин.

Проводят при адреногенитальном синдроме, опухоли коры надпочечников, привычном невынашивании, гипотрофии плода.

## КОРТИЗОЛ

Стероидный гормон коры надпочечников. Регулятор углеводного, белкового и жирового обмена. Играет ключевую роль в защитных реакциях организма на стресс. Повышает концентрацию глюкозы в крови за счёт увеличения её синте-

за и снижения утилизации на периферии (антагонист инсулина). Уменьшает образование и увеличивает расщепление жиров.

Анализ крови на Кортизол проводят при остеопорозе, мышечной слабости, гирсутизме, аномальной пигментации кожи, преждевременном половом развитии, артериальной гипертензии, диагностике болезней Аддисона и Иценко-Кушинга.

## ТТГ (ТИРЕОТРОПНЫЙ ГОРМОН)

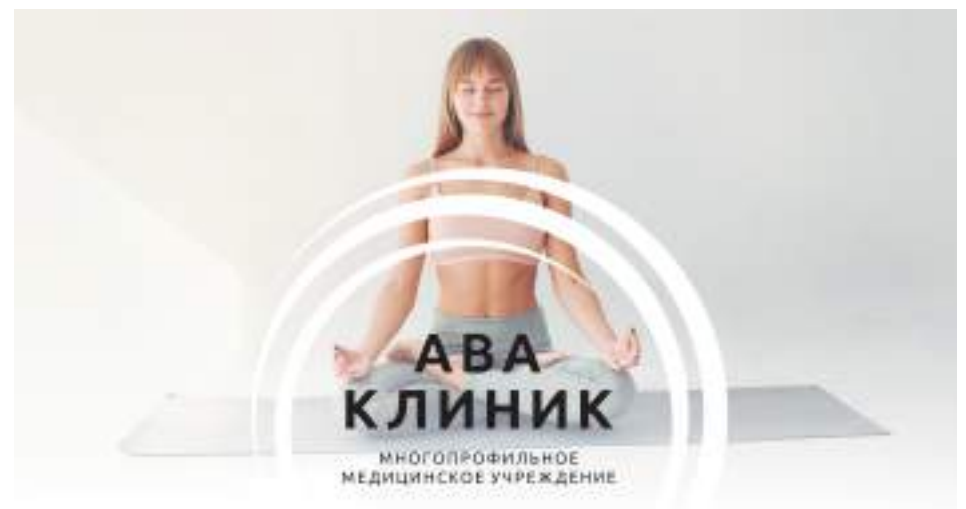
Синтезируется в передней доле гипофиза (железа в головном мозге) и стимулирует функцию щитовидной железы. При нехватке гормонов щитовидной железы (тиреоидных гормонов) в крови продукция тиреотропного гормона увеличивается, и наоборот, при повышении уровня гормонов щитовидной железы в крови синтез ТТГ снижается.

Определение уровня тиреотропного гормона используют как базовый тест для оценки функции щитовидной железы как при гипотиреозе, так и при гипертиреозе.

Гипотиреоз (уменьшение выработки гормонов щитовидной железы), характеризуется замедлением основных функций организма: пациент, как правило, жалуется на слабость, депрессию, усталость, низкое артериальное давление, выпадение волос и др. Тяжёлая форма гипотиреоза называется микседемой и может приводить к сердечной недостаточности, судорожному синдрому и коме.

Гипертиреоз (избыточная выработка гормонов щитовидной железы) характеризуется ускорением функций организма: пациенты жалуются на учащённое сердцебиение, беспокойство, тревожность, бессонницу, потерю веса. Наиболее тяжёлая форма гипертиреоза – тиреотоксический криз - жизнеугрожающее состояние.

**АВА КЛИНИК**  
Архангельск, ул. Суфтина, 18  
Тел. 8(8182) 60-03-03, 44-64-64  
[www.avaclinic29.ru](http://www.avaclinic29.ru)



## ЖЕНСКИЙ ГОРМОНАЛЬНЫЙ ПРОФИЛЬ

**2 990 Р\***  
~~3 930 Р~~

Кортизол, ТТГ, ФСГ, лютеинизирующий гормон, пролактин, эстрадиол, тестостерон, дегидроэпандростерон-сульфат, ГСПГ, 17-ОН прогестерон

\* забор крови включен в стоимость



**01.11 — 30.11.2021**

8 (8182) 60-03-03, 44-64-64  
г. Архангельск, ул. Суфтина, д. 18

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.



## Указом Президента России Владимира Путина с 30 октября по 7 ноября установлены нерабочие дни

**Как будут работать учреждения социальной сферы в Архангельской области?**

- С 1 по 3 ноября все медицинские учреждения будут работать по обычному графику. С 4 по 6 ноября в поликлиниках будут принимать пациентов кабинеты неотложной помощи, будут осуществляться вызовы на дом. В стационарах продолжают работать бригады по планам дежурств. Все экстренные неотложные виды помощи будут доступны.

- Дни с 30 октября по 7 ноября станут нерабочими для школ.

- Занятия в техникумах, колледжах и вузах на указанный период будут приостановлены. Дистанционного обучения не предусмотрено.

- Учреждения дополнительного образования проводят занятия в дистанционном режиме.

- Детские сады будут работать в привычном режиме до ноябрьских праздников (4-7 ноября) для воспитанников, чьи родители будут работать. Например, медики, представители силовых структур.

- Учреждения культуры работают с соблюдением всех действующих в регионе ограничений. Попасть на мероприятия можно при предъявлении QR-кода о вакцинации, перенесённом в течение последних шести месяцев заболевания или справки о медотводе.

- Спортивные мероприятия проводятся без зрителей и болельщиков.

## Газопровод для горожан

В общественную приёмную депутата областного Собрания Михаила Авалиани обратились жители дома № 1 по улице Красных Маршалов с просьбой о помощи.

Со слов жителей, с 15 октября в доме отключено газоснабжение. Причина – повреждение транзитного газопровода при разборке соседнего дома по ул. Тельмана.

От имени депутата направлен запрос в департамент городского хозяйства.

По информации департамента, восстановить старый трубопровод невозможно. Принято решение о прокладке новой трассы от бывшего снесённого дома по ул. Красных Маршалов, 3.

В настоящее время ведутся организационные и подготовительные работы. До запуска нового участка трассы газопровода газовики планируют подключить дом к газоснабжению по временной схеме через специальную установку.



## Ремонт в детском саду на Бревеннике завершится в декабре

Работы стартовали 1 сентября: на капитальный ремонт одноэтажного здания детского сада «Одуванчик» из регионального бюджета было выделено более 11 млн рублей, софинансирование города составило 1 млн руб. За темпами и качеством производства работ следит не только заказчик – организован родительский контроль.

На сегодня замена полов выполнена на 50%, специалисты утепляют современными материалами кровлю, завезены материалы для замены окон и дверей.

По контракту с подрядчиком работы должны быть сданы к 6 декабря этого года.

Фото: <https://smartik.ru/arhangelsk/post/148524091>

# Кровь тоже надо чистить!

Плазмаферез позволяет эффективно очистить организм от накапливающихся в органах и тканях токсинов на клеточном уровне. Это один из безопасных методов, который можно использовать как в лечебных, так и в профилактических целях для оздоровления организма

### ЛЕЧЕБНОЕ ДЕЙСТВИЕ ПЛАЗМАФЕРЕЗА

Человеческая кровь – уникальная субстанция, которая состоит из форменных элементов крови (тромбоциты, эритроциты, лейкоциты) и плазмы. Именно в плазме и растворены токсины и метаболиты, которые мешают организму полноценно функционировать и от которых организм должен избавляться.

Механизм лечебного действия плазмафереза – прямое выведение вместе с плазмой токсических продуктов, бактериальных тел и их токсинов из кровеносного русла пациента.

### ПРИМЕНЯЕТСЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

- Дерматологического характера (псориаз, дерматит, экзема, крапивница, фурункулез)
- Различных аллергиях
- Ревматизме, болезнях суставов

- Атеросклерозе
- Гинекологии и урологии
- Иммунных заболеваниях

В клинической практике при токсических состояниях с помощью плазмафереза достигается быстрая детоксикация: снижается повышенная температура, уменьшается или исчезает слабость, потливость, тошнота, рвота, астенизация, понос, восстанавливается аппетит.

Пациенты, страдающие бронхиальной астмой, после сеансов плазмафереза отмечают улучшение самочувствия, исчезновение или урежение приступов удушья, увеличивается бронхиальная проходимость, чувствительность к бронхолитикам, в период ремиссии, появляется возможность снизить дозы препаратов, в том числе гормональных средств.

При хроническом бронхите с дыхательной недостаточностью больные от-



мечают уменьшение одышки, признаков воспаления, при трудно отделяемой мокроте улучшается её отход, уменьшение частоты и выраженности кашля, повышение физической активности, улучшение общего самочувствия.

### КАК ПРОВОДИТСЯ

Процедура плазмафереза в АВА КЛИНИК проводится с использованием центрифуги. Это наиболее щадящая методика по отношению к клеткам крови. В ходе процедуры обрабатывается и очищается до 500 мл крови. Объём изъятый из организма плазмы возмещается специальными растворами. Количество процедур назначается врачом, в зависимости от степени тяжести интоксикации и наличия сопутствующих заболеваний.

Конечно, ждать чуда после первой же процедуры не стоит. Очищение организма происходит постепенно: сначала сосуды, потом ткани, а затем клетки. Полноценный результат можно ощутить через 3-5 сеансов.

### ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

Противопоказаний к проведению процедур плазмафереза немного:

- острый инфаркт миокарда, нестабильная стенокардия;
- острое нарушение мозгового кровообращения;
- кровотечения из органов желудочно-кишечного тракта и состояния после таких кровотечений, когда риск повторного кровотечения ещё сохраняется;
- выявленное при лабораторном исследовании низкое содержание белка в плазме крови.

Запишитесь на консультацию к врачу-трансфузиологу АВА КЛИНИК. Он поможет разобраться с вашей проблемой, определит показания и противопоказания к экстракорпоральным методам лечения, назначит план дальнейшего обследования и терапии.

**Архангельск, ул. Суфтина, 18**  
Тел. 60-03-03, 44-64-64.  
[www.avaclinic29.ru](http://www.avaclinic29.ru)

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.



# Инъекции эликсира молодости и красоты

Плазмолифтинг – современная безопасная инъекционная процедура, которая подходит практически всем. Это передовая методика эстетической медицины, в основе которой лежит естественное омоложение кожи. Результаты можно оценить уже через 2-3 недели после первого визита к врачу, но для достижения наилучшего эффекта лечение проводят курсом – от 3 до 6 процедур раз в 7-10 дней для кожи лица и шеи, и 5 процедур раз в 3 недели на волосистую часть головы.

Плазмолифтинг не вызывает аллергии, подходит обладателям всех типов кожи, мужчинам и женщинам, может проводиться в любое время года. Интересно, что процедура не только возвращает время вспять, но и помогает быстрее восстановиться, вернуться «в строй» после возможных проведённых инвазивных процедур (пилинг, шлифовка, лазерное омоложение).

## ПОМОЖЕТ ИЗБАВИТЬСЯ

Плазмолитерапия помогает безопасно решить следующие эстетические проблемы:

- угревая сыпь и акне;
- повышенная жирность кожи;
- морщины, снижение кожного тонуса в зоне лица, шеи и декольте;
- купероз;
- фотостарение;
- очаговое и телогеновое выпадение волос;
- для улучшения внешнего вида растяжек (стрий), рубцов, шрамов.

## КАК ПРОВОДИТСЯ ПРОЦЕДУРА

В ходе этой косметологической процедуры пациенту подкожно вводят его собственную, то есть аутологичную

плазму крови, обогащённую тромбоцитами. Тромбоциты отвечают за клеточное восстановление и обновление, естественным образом омолаживая организм на клеточном уровне. Другими словами, это инъекции эликсира молодости и красоты, имеющие мощную доказательную базу и научное обоснование. Плазмолифтинг помогает клеткам активно вырабатывать собственный коллаген, эластин, гиалуроновую кислоту, возвращая коже тонус и сияние.

## КАКИЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Болезни крови, системные, онкологические и аутоиммунные заболевания, обострение хронических заболеваний, беременность, период грудного вскармливания.

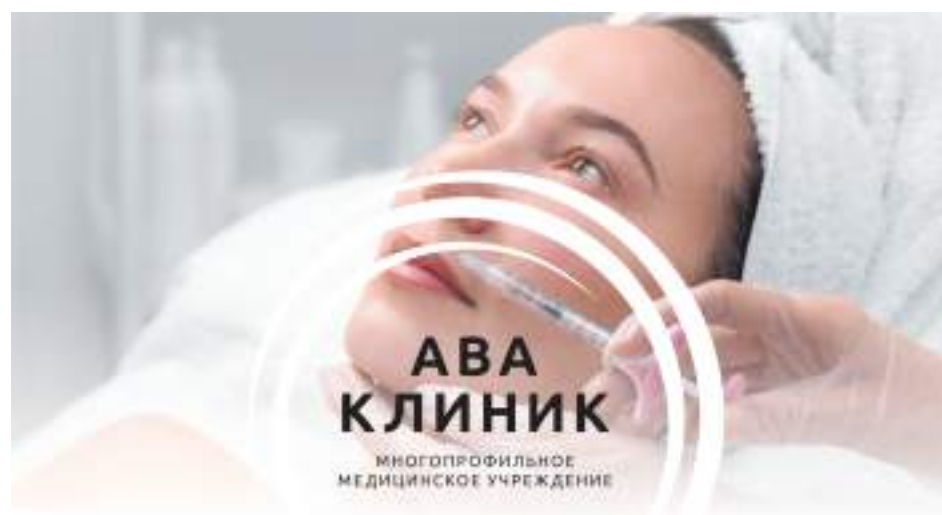
## КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ПРОЦЕДУРЕ

За пару суток до плазмолитерапии нужно отказаться от жареной, жирной пищи и алкоголя.

Необходимо пить больше жидкости, уменьшить интенсивность физических нагрузок.

## РЕАБИЛИТАЦИЯ И РЕКОМЕНДАЦИИ ПОСЛЕ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОЦЕДУР

У некоторых пациентов в течение 1-2 суток могут появляться небольшие покраснения, отёки в местах инъекций. Тут все индивидуально. После процедуры будьте готовы неукоснительно соблюдать рекомендации врача. В первые 12 часов не рекомендуется наносить на лицо декоративную косметику, тональный крем, пудру или корректор. В течение нескольких дней



**ЕСТЕСТВЕННАЯ МОЛОДОСТЬ**

Плазмолифтинг



01.11 — 30.11.2021

8 (8182) 60-03-03, 44-64-64

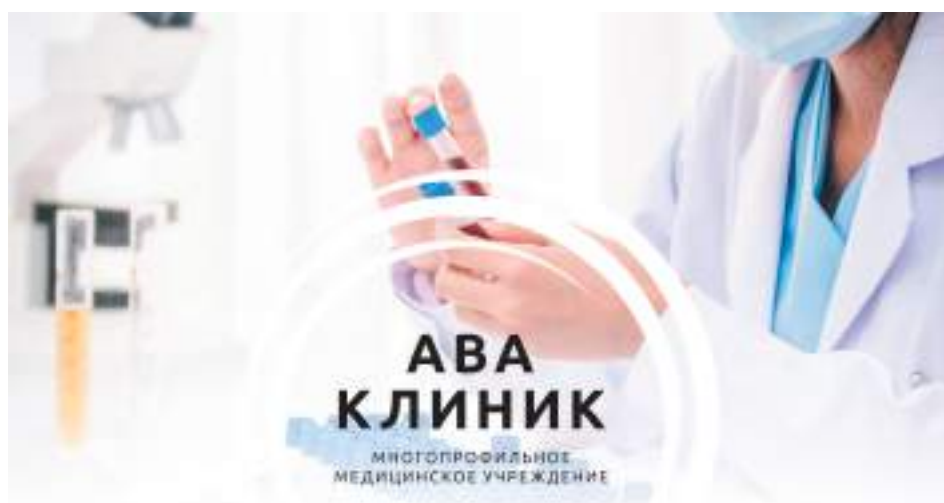
г. Архангельск, ул. Суфтина, д. 18

после плазмолитерапии следует избегать прямых солнечных лучей, посещения сауны, бассейна.

**Александра Евгеньевна РЯБОВА**  
врач косметолог АВА КЛИНИК

Запишитесь на консультацию по телефону

8(8182) 60-03-03, 44-64-64  
Архангельск, ул. Суфтина, 18  
www.avaclinic29.ru



## ВАЖНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ЗДОРОВЬЯ

ПЦР-тест на COVID-19

IgG к S белку на COVID-19

Количественный анализ

Витамин D

Забор материала оплачивается отдельно

01.11 — 30.11.2021

8 (8182) 60-03-03, 44-64-64

г. Архангельск, ул. Суфтина, д. 18



Офисные решения, гардеробные, столовые группы, кухни, системы хранения, товары для детей, посуда, текстиль, предметы декора и многое другое для дома и офиса - высокого качества в наличии и на заказ!

**идеи**  
На Окружной



с 1 ноября работаем по другому режиму:  
пн-вс - с 10:00 до 18:45,  
без перерывов и выходных.

ОКРУЖНОЕ ШОССЕ, 13, ТК «На Окружной», 2-й этаж.

Тел. 441-441, 62-62-62, доб. 314.

ЖДЁМ ВАС ЕЖЕДНЕВНО с 10 до 20 ч.

vk.com/ideinaokrugnoi

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.



# Общение «онлайн»

Общение – это самая большая ценность для любого человека. А для пожилых людей и инвалидов – это необходимость! Они хотят чувствовать себя нужными и востребованными.

В пансионате «Забота» круг общения замкнут и однообразен, и конечно, хочется новых знакомств, встреч с новыми людьми. В условиях сложной эпидемиологической ситуации в области и стране, из-за введённых ограничений на передвижение и личное взаимодействие, многие проживающие поддерживали связь с семьей и друзьями во время изоляции, используя только телефон, видео-звонки и другие формы виртуального контакта, что естественно отражается на настроении людей.

Антуан де Сент-Экзюпери как-то сказал: «Единственная известная мне роскошь – это роскошь человеческого общения».

Благодаря координаторам Благотворительного Фонда «Старость в радость» у получателей социальных услуг появилась возможность расширить границы общения с помощью современных компьютерных технологий. Фонд «Старость в радость» связал различные учреждения, волонтеров, неравнодушных граждан в одну большую дружную компанию.

Еженедельно волонтеры фонда для проживающих пансионата проводят мероприятия «онлайн» в различных тематических формах. Для тех, кто любит мастерить руками, проходят мастер-классы по нейробике, аппликациям, танцам, рисованию; для любителей музыки – музыкальные концерты в ис-

полнении артистов из разных уголков нашей страны; для любителей истории и литературы – «онлайн-экскурсии» по достопримечательностям Москвы и Санкт-Петербурга, рассказы из жизни знаменитых писателей.

Очень нравится нашим постояльцам мероприятие под названием «Междусобойчик», когда они могут в режиме реального времени, находясь по разные стороны экрана, познакомиться и пообщаться с постояльцами других домов-интернатов, узнать об их жизни, занятиях, хобби, талантах и способностях.

С недавнего времени проживающие нашего пансионата активно участвуют в

дружеских онлайн-встречах по шашкам и шахматам: не раз сразились с шашкистами Каргопольского дома-интернат для престарелых и инвалидов и Приволжского молодёжного пансионата для инвалидов. Игры в онлайн-формате – это очень удобно, интересно и необычно для наших проживающих: игроки переживали, волновались, но показали себя весьма достойно!

Виртуальное общение между людьми является неотъемлемой частью по-



вседневной жизни. Организация таких онлайн-встреч в условиях пандемии помогает восполнить недостаток общения и внимания для людей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.

Для удобства общения в пансионате «Забота» оборудована Wi-Fi сеть, благодаря чему все проживающие могут бесплатно пользоваться интернетом – социальными сетями, смотреть фильмы и прочее.

Пансионат для пожилых людей и инвалидов «Забота» является учреждением социального обслуживания населения в стационарной форме общего профиля. Располагается в деревне Исакогорка Приморского района Архангельской области, вдали от городского шума, в великолепной парковой зоне.

Рассчитан на круглосуточное проживание людей с различной двигательной активностью.

Подробности узнавайте по телефону 44-14-14 с 9:00 до 17:00 в будни.

Адрес электронной почты: [pansonatzabota29@mail.ru](mailto:pansonatzabota29@mail.ru)

# ШАНС для всех

Несколько вопросов главному врачу скорой помощи «ШАНС» Онеге Климовне Пак.

## Сколько бригад работают на смене?

— Сейчас у нас работают ежедневно 3 дневных и 2 ночных бригады. В связи с текущей обстановкой коллеги практически всегда в разъездах по вызовам разной дальности.

## Основные принципы работы «ШАНСа»?

— Надёжность, профессионализм, доступность. На этих трёх китах основывается наша работа — оказание экстренной медицинской помощи. Мы работаем много лет и успели заслужить доверие северян.

В нашей практике бывают случаи, требующие незамедлительной помощи, где счёт идёт на секунды. Благодаря слаженной работе специалистов мы можем давать надежду каждому пациенту, прилагаем к этому все наши усилия. Берегите свое здоровье. Это самое важное!

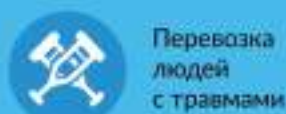
**«Частный — значит платно», — такое заблуждение до сих пор есть в нашей жизни.**



— На своей территории обслуживания «ШАНС» работает по полису ОМС так же, как и городские подстанции скорой помощи. Экипажи выезжают, оказывают медицинскую помощь на месте, направляют пациентов в больницу при необходимости.

Работа на средства фонда ОМС находится под строгим контролем. Есть чёткие статьи расходов, на которые закон позволяет использовать эти средства. Любое учреждение ежеквартально отчитывается о затратах, и никакой разницы, государственное оно или частное, нет.

## КОГДА НУЖНА ТРАНСПОРТИРОВКА



Перевозка людей с травмами



Перевозка пациентов на ж/д вокзал или аэропорт



Перевозка лежащих больных



Междугородняя перевозка при необходимости медицинского сопровождения



Перевозка людей с ограниченными возможностями передвижения



Перевозка пациента в медицинское учреждение/ из него

23-03-03

43-03-03

SHANS29.RU

АРХАНГЕЛЬСК, СУФИНА, 18



ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

## 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

Адрес редакции: 163045, г. Архангельск. Окружное шоссе, 13, оф. 33. e-mail: [medicina29@mail.ru](mailto:medicina29@mail.ru). Тел. 8-911-592-1600.

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

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР Е. В. КОЖИН

Отпечатано в ООО «Типография «Правда Севера», 163002, г. Архангельск, пр. Новгородский, 32. ИНН 2901120811. Тираж 82000 экз. Заказ № 2947. Подписано в печать 29.09.2021 г. По графику в 13.00, фактически в 13.00. Распространяется бесплатно. Выходит 1 раз в месяц. Редакция не несет ответственности за достоверность информации в материалах рекламного характера.

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