МЕДИЦИНА ФИТНЕС КОСМЕТИКА СПОРТ МЕДОСМОТР СОВЕТЫ РЕКОМЕНДАЦИИ

ЗДОРОВЬЕ СЕВЕРЯН

№ 14(144) 27 сентября 2017

12+ РЕКЛАМНАЯ

ГАЗЕТА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

АСТЕНИЧЕСКИЙ СИНДРОМ

Астенический синдром характеризуется состоянием раздражительности, быстрым истощением нервных процессов, неустойчивым настроением, нетерпеливостью, снижением работоспособности к длительным физическим нагрузкам и умственному напряжению, непереносимостью яркого света, громкого звука, резкого запаха, эмоциональной лабильностью, нарушениями сна. Термин происходит от греческого слова «astheneia», что означает «слабость, бессилие».

Астения, или астенический синдром, развивается постепенно и является самим распространённым медицинским синдромом. Астения развивается на фоне большого количества инфекционных, соматических заболеваний, зачастую сопровождает послеродовый, посттравматический и послеоперационный период и другие. Часто проявляется в осенний дождливый период.

Симптомы астении знакомы специалистам из разных областей медицинской науки. Чаще всего её наблюдают у своих пациентов гастроэнтерологи, кардиологи и неврологи. Сталкиваются с ней хирурги, травматологи и психиатры. Причём, этот синдром может сопровождать как начало болезни, так и её развитие в самой сильной фазе, либо когда пациент уже идёт на поправку.

ПРИЧИНЫ АСТЕНИИ

Очень часто это состояние развивается из-за физического, психического или эмоционального перенапряжения. Причиной может стать травма головы, отравления, инфекционные и хронические заболевания, когда всё это сопровождается постоянной, не проходящей болью. Причины астенического синдрома кроются также в многочисленных социально-экономических факторах:

- плохие условия жизни;
- низкая финансовая обеспеченность;
- затруднения с трудоустройством;
- тяжёлые психоэмоциональные, а также физические нагрузки, которые истощают запасы внутренних сил человека, что проявляется в нервных срывах.

Из иных факторов, увеличивающих вероятность формирования недуга, можно указать смену места жительства либо работы, рождение ребёнка, тяжёлые заболевания близких родственников. Человек, продолжительное время пребывающий в состоянии гипернапряжённости, начинает замечать ухудшение собственного самочувствия.

Помимо вышеперечисленного, причинами астенического состояния могут стать и различные повреждения структур мозга, и инфекции, к примеру, бруцеллёз, туберкулёз, а также сбои в эндокринной системе.

КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ АСТЕНИЧЕСКИЙ СИНДРОМ?

Основные признаки астении:

УСТАЛОСТЬ. Это основное проявление патологии. Пациенты жалуются на быструю утомляемость, усталость. При выполнении физической работы возникает слабость, усталость, отсутствие желания работать. После отдыха чувство усталости не проходит.

ПРИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ астения проявляется в снижении внимательности, в трудностях с быстрым мышлением, памятью, сообразительностью. Пациент с трудом подбирает слова для высказывания, ему трудно принять решение.

ПСИХО-ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАРУШЕНИЕ. При снижении качества работы у людей начинают развиваться психо-эмоциональные нарушения. Они связаны с психологическими переживаниями из-за возникших проблем. Эти нарушения проявляются в частых переменах настроения, вспыльчивостью, раздражительностью. Пациенты могут выглядеть подавленными или встревоженными.

ВЕГЕТАТИВНЫЕ РАССТРОЙСТВА. Это проявление синдрома выражается в развитии тахикардии, повышенном сердцебиении, скачках артериального давления. Пациенты жалуются на ощущение озноба или, наоборот, жара. Также наблюдается снижение аппетита, случаются запоры, боль в животе. Нередко возникают головные боли. У мужчин возможно снижение потенции.

НАРУШЕНИЯ СНА. Практически всегда астенический синдром сопровождается нарушением сна, это может быть затруднение засыпания, или частые пробуждения во время ночного сна, утром ощущение разбитости, сонливость днём.

ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ АСТЕНИЧЕСКОМ СИНДРОМЕ?

Терапия данной патологии зависит от причины, которая её вызвала.

Тщательный сбор анамнеза специалистом во время консультирования помогает установить истинную первопричину.

В первую очередь проводят диагностику, выявляют основное заболевание или патологическое состояние, после чего принимают меры к его устранению. Также применяют симптоматическое лечение.

Пациенту назначают специальный режим сна и бодрствования, где отдых и работа строго регламентируются. В некоторых случаях его освобождают от работы, рекомендуют сменить обстановку. Очень полезно заняться спортом, отправиться в путешествие.

Больному рекомендуют принимать общеукрепляющие средства, подходящие витаминные комплексы. Очень полезно физиотерапевтическое лечение, лечебный массаж, иглорефлексотерапия, лечебная гимнастика. Многим рекомендуют санаторно-курортное лечение.

З.М. АВАЛИАНИ

В АВА КЛИНИК работают высококвалифицированные специалисты. Запишитесь на консультацию, и невролог подберёт для вас эффективную программу лечения.

Зейнаб Мемедовна АВАЛИАНИ, главный врач, невролог АВА КЛИНИК.

Записаться на консультацию можно по тел. 60-03-03, 44-64-64. Архангельск, ул. Суфтина, 18. www.avaclinic29.ru.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

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

Общественная приёмная депутатов Архангельского областного собрания

АВАЛИАНИ МИХАИЛА МЕМЕДОВИЧА

Часы приёма граждан:
четверг с 16.00 до 18.00
(приём по предварительной записи)
Контактный телефон 42-46-01

ПОПОВОЙ ВАЛЕНТИНЫ ПЕТРОВНЫ

Часы приёма граждан:
понедельник, пятница с 10.00 до 16.00
четверг с 10.00 до 18.00
Контактный телефон 23-59-56

Архангельск, ул. Химиков, 21

1 октября - День добра и уважения

СЕРДЕЧНО ПОЗДРАВЛЯЮ ВСЕХ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ С ЭТИМ ПРАЗДНИКОМ!!

Работая, или находясь на заслуженном отдыхе, вы даёте нам важнейшие уроки жизни, добра и справедливости, учите нести ответственность за свои дела и поступки. Вы всегда верили в лучшие времена и учили нас этому. Мы гордимся вами и преклоняемся перед вашим мужеством и стойкостью, которые вы сохраняете и в настоящее время.

В этот день добра и уважения желаю вам здоровья и долголетия, сил и терпения, солнечных дней и хорошего настроения! Пусть дети и внуки вас только радуют, дарят улыбки и смех!

Михаил АВАЛИАНИ, депутат Архангельского областного Собрания, заместитель председателя комитета по здравоохранению и социальной политике.

Здоровая кровь – здоровая жизнь

ВЕСЬ ОКТЯБРЬ ПЕРВИЧНЫЙ ПРИЁМ ТРАНСФУЗИОЛОГА 700 р. ~~1000~~

Одно из самых новых направлений работы трансфузиолога - экстракорпоральная гемокоррекция. Основной целью врача является изменение свойств крови, а также удаление патологических субстанций, которые поддерживают или вызывают заболевание.

Врач трансфузиолог специализируется на лечении заболеваний крови. Для этого в АВА КЛИНИК применяются следующие методики:

- внутривенное лазерное облучение крови (ВЛОК);
- плазмаферез;
- внутривенное ультрафиолетовое облучение крови (УФО).

Преимущество этих методик в том, что они избавляют пациента от необходимости принимать антибиотики и другие сильнодействующие препараты.

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

Подробности по тел. 8(8182) 60-03-03, 44-64-64. www.avaclinic29.ru

АВА 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

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, снимает напряжение .
Цена от 1109=

Количество товара ограничено.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

ИГРОВОЙ ФИТНЕС – и ПОЛЕЗНО, и ВЕСЕЛО!

2 октября состоится первое открытое занятие – БЕСПЛАТНО
Запишитесь заранее. Количество место ограничено.

Современные дети ведут малоподвижный образ жизни, часто заменяют подвижные игры на воздухе «прогулками» в виртуальном мире. В результате этого ребёнок получает целый «букет» неприятностей в виде сутулости, раздражения, невнимательности, слабости. Сегодняшние дети также сталкиваются с такими проблемами, как гиперактивность, беспокойство, стрессы, конкуренция в школе, нарушение сна и питания.

Детский игровой фитнес - это спортивные занятия, разработанные особым образом с учётом особенностей организма ребёнка. Они включают в себя элементы аэробики, оздоровительной гимнастики, зверобатики. Основные задачи детского фитнеса – это формирование и закрепление основных двигательных навыков, повышение физической активности и, конечно, укрепление здоровья.

На наших занятиях мы подражаем всему, что видим вокруг, будь то лягушка, лодка или стол. Игра - это то, что так необходимо каждому ребёнку, то, по чему так скучают современные дети! Сколько радости вызывают у детей самые простые и забавные задания! Ведь играя, ребёнок осознает себя частью нашего прекрасного мира, учится уважать других и понимать себя.

Детский игровой фитнес содержит также элементы йоги, что помогает ребёнку не только укрепить и растянуть мышцы всего тела, но и успокоить свой непоседливый ум, воспитать внимательность, развить воображение, осознать свою уникальность, принять себя и своё тело.

Особое место в занятиях занимает дыхательная гимнастика, где дети учатся осознавать своё дыхание и контролировать вдох и выдох.

Ключевым элементом занятия является расслабление. Релаксация призвана научить детей распознавать свои различные состояния, научиться успокаиваться, расслаблять как свое тело, так и свои эмоции и ум.

Занятия детским игровым фитнесом способствуют:

- Укреплению мышечного корсета,
- Предотвращению развития сколиоза и выработке хорошей осанки,
- Повышению гибкости и выносливости,
- Выходу энергии,
- Обретению физического и душевного равновесия,
- Преодолению неуверенности в себе,
- Улучшению отношений в семье и с друзьями,
- Появлению целеустремленности,
- Повышению успеваемости,
- Осознанию своей индивидуальности,
- Достижению гармонии с окружающим миром.

Архангельск, ул. Суфтина, 18.
www.avaclinic29.ru

Идёт набор в группы игрового фитнеса для детей с 6 до 10 лет.
Занятия начинаются 2 октября. Понедельник и среда с 15 до 16 часов.
Предварительная запись по тел. 8(8182) 60-03-03, 44-64-64.

Осень. Дождь. Холодно. И ещё насморк...

Большинство уже понимают: насморк (слизь в носу) – это только симптом. Причины его могут быть разными - инфекции (вирусные и бактериальные), аллергия (на что угодно) или избыток обычной пыли в воздухе.

М. А. ЮШМАНОВА

Наиболее частая причина - острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ). Избыточная слизь - один из способов борьбы организма с вирусом, ведь она содержит особые вещества, нейтрализующие вирусы.

Однако эти вещества успешно действуют, когда слизь не густая. Если она высыхает (например, в комнате тепло и сухо, или у человека очень высокая температура), толку от неё нет. Наоборот, высохшая или густая, она представляет собой среду, в которой очень удобно размножаться бактериям и из-за которых сопли становятся зеленовато-жёлтыми.

Чтобы сохранить оптимальную вязкость слизи, надо много пить, дышать прохладным и не сухим воздухом (мыть полы, проветривать, использовать увлажнители).

Ещё одна причина насморка - аллергия. В этом случае главное - попытаться срочно расстаться с предполагаемым источником аллергии. Если это невозможно, придётся использовать лекарственные препараты.

Конечно, эффективные лекарства от насморка существуют, и устранить его, по крайней мере временно, не составляет особого труда. Есть целый ряд препаратов, получивших название сосудосуживающих. Закапывание или ингаляция в носовые ходы быстро приводят к сужению сосудов слизистой оболочки носа, уменьшению отёка и количеству слизи. Восстанавливается носовое дыхание.

Всем известны нафтизин, санорин, галазолин, ксилометазолин, назол, тизин, отривин, леконил, африн, адринол и т. д. В общем, и механизмы действия и побочные эффекты похожи. Различия - в силе и продолжительности действия.

НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ СЛЕДУЮЩЕЕ.

1. К таким препаратам человек довольно быстро привыкает, в результате увеличивает дозы и использует чаще. Однако почти все эти лекарства обладают не только местным сосудосуживающим действием, но и общим - на сосуды всего организма.

2. Возможны побочные явления. Местные - отёк слизистой оболочки носа, жжение, чихание, покалывание в носу, сухость во рту. Общие - сердцебиение, нарушения сердечного ритма, расстройства сна, головокружение, повышение артериального давления, нарушение зрения, рвота, депрессия... Правда, при соблюдении правил приёма побочные явления встречаются редко.

3. Многие сосудосуживающие препараты детям противопоказаны.

Конечно, очень соблазнительно получить быстрый и конкретный эффект: капнул или «пшикнул» - и нет насморка. Но ведь его причины остаются!

Поэтому обратитесь к специалисту, который поможет найти причину насморка, или поразмышляйте сами. Говорят, в основе каждого недуга лежат духовные или нравственные причины.

Запишитесь на консультацию к терапевту по тел. 8(8182) 60-03-03, 44-64-64.
www.avaclinic29.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

ОСЕНЬ – УГРОЗА ДЛЯ СУСТАВОВ.

КАК НЕ ДОПУСТИТЬ ОСЕННЕГО ОБОСТРЕНИЯ АРТРОЗА И АРТРИТА?

Осенний провокатор

Если спросить страдающих артритом людей, при каких обстоятельствах они впервые столкнулись с недугом, многие скажут: «Промёрз, заболел -ОРВИ, после этого и началось...». А некоторые не болели – хватило одного переохлаждения. При длительном воздействии на организм холода ослабевает иммунная защита, что создаёт условия для развития воспаления, в том числе и в суставах.

При артрозе воспаления в суставах нет (или оно значительно слабее, чем при артрите), но в суставном хряще нарушаются обменные процессы. Вещества, делающие его прочным, разрушаются быстрее, чем образуются. В этом случае холод опасен потому, что вызывает рефлекторный спазм мышц, окружающих сустав. Из-за этого уменьшается приток к нему крови, хрящ не получает питания, необходимого для построения новых клеток, и разрушение ускоряется.

Кажется, что переохлаждение – зимняя проблема. На самом деле к зиме мы уже привыкаем к тому, что на улице мороз, и соответствующе одеваемся. А вот в демисезонье относительно тёплые дни чередуются с холодными, поэтому велик риск не угадать с нарядом.

Если болезнь не остановить...

Боль и тугоподвижность сустава делает человека похожим на Железного Дровосека! Со временем становится сложно заниматься даже обычными, повседневными делами, и, в конце концов, болезнь, если её не остановить, приводит к разрушению сустава.В этом случае, как думают некоторые, остаётся два выхода: конец активной жизни - или операция по замене сустава на искусственный.

Однако и оперативное лечение не всегда гарантирует улучшение. Даже успешная операция — это долгий восстановительный период и возможное развитие осложнений. Кроме того, около половины пациентов с механическими суставами все равно продолжают испытывать боль и ограничение в движениях . А через 5-10 лет приходится снова проводить не менее сложную операцию по замене изношенного эндопротеза. Вот почему стоит стараться всеми силами сохранить «родной» сустав как можно дольше.

Стандарт лечения заболеваний суставов

Не допустить осеннего обострения и сохранить сустав даёт возможность консервативное лечение, основой которого является магнитотерапия. Она входит в стандарт лечения заболеваний суставов .

Масштабное исследование полезности магнитотерапии с использованием аппарата АЛМАГ-01 компании ЕЛАМЕД показало, что применение АЛМАГа способствует значительному уменьшению боли и дискомфорта, а также улучшению подвижности сустава. Это происходит потому, что магнитотерапия даёт возможность усилить действие лекарств, снизить их дозы и ускорить выздоровление. Часто магнитотерапия является единственным средством, когда противопоказаны другие виды лечения.

АЛМАГ уже более 15 лет применяется как в физиокабинетах, так и в домашних условиях, не требуя каких-либо специальных знаний или навыков по обращению. Он признан уникальным медицинским аппаратом, который пользуется абсолютным доверием потребителей.

АЛМАГ ПРИМЕНЯЮТ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ:

- устранить боль,
- снять воспаление и отёк в области сустава,
- уменьшить спазм окружающих сустав мышц,
- снизить утреннюю скованность движений,
- увеличить дальность безболезненной ходьбы,
- улучшить усвоение лекарственных средств, что даёт возможность уменьшить их дозу,
- предотвратить рецидивы заболевания и улучшить качество жизни.

Живите без боли!

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. Елатьма.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)

КОМПАНИЯ ЕЛАМЕД

Реклама 16+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Центр ЭКО приглашает

Проведение Дня открытых дверей в Центре ЭКО стало регулярным. Именно во время этих мероприятий посетители могут узнать много нового о процедуре экстракорпорального оплодотворения, в том числе о современных методах лечения, применяемых в нашем центре, задать интересующие вопросы специалистам.

Желающих побывать на экскурсии в Центре ЭКО становится всё больше. Поэтому на минувшей неделе вместо одной, запланированной на 20 сентября встречи, специалисты провели сразу три подобных мероприятия. С посетителями беседовали главный врач центра, эмбриолог Виктор Павлович ПАРФЁНОВ, врач-гинеколог, репродуктолог Марина Мерабовна БЕЖАНИДЗЕ и врач уролог-андролог Татьяна Алексеевна БУРМИСТРОВА.

ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ ПРОВОДИТСЯ ЕЖЕМЕСЯЧНО. ИДЁТ ЗАПИСЬ НА 18 ОКТЯБРЯ, 18:00
КОЛИЧЕСТВО МЕСТ ОГРАНИЧЕНО.

Специалисты подробно рассказали, как попасть на приём в центр, провести процедуру ЭКО по полисам обязательного медицинского страхования, что такое криоконсервация и процедура ИКСИ. Ответили на многочисленные вопросы..

Центр ЭКО. Архангельск, ул. Суфтина, 18.
www.arkheko.ru
Телефоны регистратуры 8(8182) 60-03-03, 44-64-64.

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 – известных 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

АВА ФАРМ сеть аптек

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Хирургия катаракты

Это одно из ведущих направлений работы Офтальмологической Лазерной Клиники.

О современных методах лечения катаракты рассказывает офтальмохирург клиники Макаровская Оксана Владимировна.

ХРУСТАЛИК в глазу человека, — это всего лишь оптическая линза, только биологическая, живая. А значит, как и всё живое, он может со временем изменяться и стареть. Катаракта – это помутнение естественного хрусталика. Сквозь «туманную» линзу много не разглядишь, поэтому во всём мире катаракта – это самая частая причина глазных операций, при которых необходимо выполнить замену «родного», мутного хрусталика на искусственный.

Начинающуюся катаракту нередко пытаются лечить витаминами и каплями. На самом деле, вернуть таким образом прозрачность хрусталику невозможно. В результате перед пациентом встаёт вопрос об операции...

До сих пор многие врачи, обнаружив у человека начальную катаракту, могут сказать: «А теперь ждите, пока она созреет». То есть того дня, когда на таблице у окулиста человек с трудом различит самые большие буквы Ш и Б.

НЕ ЖДИТЕ, ПОКА СОЗРЕЕТ!!!

Сегодня отношение к этому вопросу радикально изменилось, и главным поводом для операции стало ощущение пациента. Если «зрения не хватает» — пора обратиться к офтальмологу. Благодаря современным технологиям в офтальмохирургии и высокотехнологичному оборудованию, врачи клиники успешно оперируют любую катаракту — и зрелую (когда хрусталик стал абсолютно непрозрачным), и незрелую (где прозрачные слои чередуются с непрозрачными). Более того, если катаракта незрелая, оперировать её технически гораздо проще.

«Золотым» стандартом хирургического лечения катаракты во всём мире является ультразвуковая факоэмульсификация катаракты (фако — хрусталик, эмульсификация — дробление). Главное достоинство этого способа - микроразрез, через который с помощью ультразвука производится разрушение и извлечение «крошек» мутного хрусталика. При этом важно, что удаётся сохранить «родную» капсулу хрусталика (оболочку толщиной всего несколько микрон!), в которую «вставляют» мягкий искусственный хрусталик, и он не мутнеет со временем.

Возрастных противопоказаний к замене хрусталика не существует, общий наркоз не требуется. Операция абсолютно безболезненна. Пациент только ощущает, как к его лицу прикасаются руки врача.

Операции выполняются в амбулаторных условиях, в специализированном операционном блоке, оснащённом современным оборудованием. В ходе операции проводится контроль состояния здоровья пациента бригадой высококвалифицированных специалистов-анестезиологов с постоянным автоматическим мониторингом всех жизненно важных функций организма — это дополнительные гарантии безопасности.

Об искусственном хрусталике хочу рассказать отдельно. Делается он из прозрачного пластика, который, во-первых, по своим свойствам максимально приближается к естественному хрусталику. А во-вторых, не вызывает воспаления и отторжения. Сила искусственного хрусталика рассчитывается индивидуально для каждого пациента и зависит от анатомических и оптических особенностей его глаза. Кроме того, врач учитывает требования его профессии и условия повседневной жизни. Если, например, человек часто водит машину, увлекается охотой или сбором грибов, ему подбирают такую линзу, чтобы он мог обходиться без очков, когда смотрит вдаль. И наоборот, если пациенту приходится много читать и писать, заниматься рукоделием - ему могут подобрать искусственный хрусталик, который позволит делать это без очков. Желающим иметь максимальное зрение на различных расстояниях и быть независимыми от очков, доктора клиники предложат самые лучшие мультифокальные модели искусственных хрусталиков лучших мировых производителей.

Хорошо отработанная микрохирургическая техника, различные модели искусственных хрусталиков, одни из лучших способы обезболивания, диагностическое и хирургическое оборудование последнего поколения — всё это делает операцию хорошо переносимой, обеспечивающей высокий уровень медицинской, профессиональной и социальной реабилитации пациентов.

Мы следим за всеми новинками, которые появляются в зарубежной офтальмологии, и активно используем их в своей практике.

Гордостью клиники являются специалисты, мастерством которых сохранено зрение тысячам пациентов самых различных возрастов.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Интересные НОВОСТИ

Трудитесь – и живите дольше!

В суете современного мира многие мечтают о лёгком необременительном досуге. Однако медицинские исследования показывают, что постоянная занятость помогает людям жить дольше, поддерживает их жизнеспособность, стимулирует работу мозга и даже может удерживать развитие слабоумия.

Так, работа в течение года после пенсионного возраста может продлить жизнь на 10%. Также поздний выход на пенсию задерживает начало деменции.

http://healthvesti.com

Антидепрессанты убивают!

Исследования в Университете Макмастера, в которых участвовали сотни тысяч людей, показали: у принимавших антидепрессанты риск преждевременной смерти на 33% выше.

Также у них была на 14% повышена вероятность инсультов и инфарктов.

http://meddaily.ru

Молодой или старый?

Ученые, представляющие Американскую ассоциацию психологов, обнаружили закономерность: считавшие себя состарившимися люди имели больше шансов попасть в больницу в течение десяти лет. По словам специалистов, субъективное восприятие своего старения коррелирует с нарушениями физического и психического свойства.

Исследователи изучили случаи госпитализации 10 тысяч пациентов возрастом от 24 до 102 лет, попадавших в больницы в период с 1995 по 2013 год. Они выяснили: люди, которые, ощущали себя более взрослыми или старыми, имели на 25% более высокую вероятность «загреметь» в больницу.

По словам исследователей, ощущающие себя более старыми пациенты действительно демонстрируют склонность к «возрастным» нарушениям в организме.

Татуировка может убить

Большую опасность несут применяемые при татуировке красители. Это стало понятно после обследования тканей умерших доноров. В лимфатической ткани и кожных пробах были обнаружены частицы ядовитых металлов: никель, хром, марганец и кобальт, а также оксид титана. Эти вещества были найдены с помощью рентгеновских лучей. К сожалению, потребителям не сообщают о настоящем составе красящих материалов, но он должен быть главным критерием. Токсические вещества, попадающие в лимфатическую систему, затрудняют работу иммунитета.

http://medikforum.ru/news

ОСОБЕННОСТИ ЗДОРОВЬЯ ПОЖИЛОГО ЧЕЛОВЕКА

На состояние здоровья людей зрелого и пожилого возраста влияют многие факторы. Это и наследственная предрасположенность к различным заболеваниям (или к долгожительству), и образ жизни, и другие условия. Большинство учёных уверены, что человек живет меньше времени, отпущенного ему природой. Правильное отношение к старению, комфортное психологическое состояние и грамотный уход за престарелыми способны значительно улучшить качество жизни пожилых людей.

Физическое здоровье у пожилых и престарелых связано с затуханиями процессов обменных и регенерационных процессов, в связи с чем:

- развиваются заболевания ЖКТ, опорно-двигательного аппарата, сердечнососудистой системы, органов зрения, слуха и т. д.;
- снижается иммунная защита;
- слабеют навыки памяти, мышления, «портится» характер.

Любой недуг требует значительно большего времени на восстановление. Даже лёгкая простуда может перерасти в пневмонию, а если случится перелом шейки бедра, реабилитация понадобится действительно качественная.

Условия сохранения здоровья надолго – это:

- борьба со старческой депрессией и неврозами, бессонницей;
- лечение и профилактика заболеваний, поддержание тонуса организма;
- укрепление иммунитета, умеренная физическая активность, нормальное питание;
- социализация и общение, сохранение коммуникативных навыков.

РЕКОМЕНДАЦИИ СЕМЬЯМ, ГДЕ ЕСТЬ ПРЕСТАРЕЛЫЕ РОДСТВЕННИКИ

Встречаются случаи, когда человек проявляет скупость, боится находиться один, у него портится характер. Всё это необходимо учитывать при общении с ним.

У престарелых продолжается сохранение всех видов деятельности, но физические возможности снижаются. Преждевременные признаки старения проявляют себя следующим образом:

— возникает затруднения при подвижности шейного отдела позвоночника,

— изменения в походке (она становится раскачивающейся или шаркающей),

— затруднение дыхания после продолжительной ходьбы,

— возникновение на коже пигментных пятен,

— забывчивость текущих событий, но детальное припоминание того, что происходило значительно раньше.

При наступлении пожилого возраста организм перестает накапливать новые клетки, а работает за счет «старых запасов». Кроме того, с наступлением пожилого возраста в организме происходит вымывание ионов кальция, что ведёт к болям в суставах и выпадению зубов. Также проблемой, с которой сталкиваются практически все люди пожилого возраста, является образование атеросклеротических бляшек. Возрастные особенности пожилого возраста можно скорректировать правильным образом жизни и грамотным уходом со стороны родственников, или проживающих совместно с пожилым человеком.

ДОВЕРЬТЕСЬ ПРОФЕССИОНАЛАМ

Современный пансионат для пожилых людей и инвалидов «Забота» оснащён всем необходимым для того, чтобы сделать старость достойным и приятным временем жизни. Грамотный персонал, чуткий и профессиональный уход, общение и возможность вести активную жизнь помогут надолго сохранить запас душевных и физических сил.

Подробности по тел.
8(8182) 44-14-14.
www.medicina29.ru

ПАНСИОНАТ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ И ИНВАЛИДОВ
«Забота»

Номера: стандарт, полулюкс, люкс

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

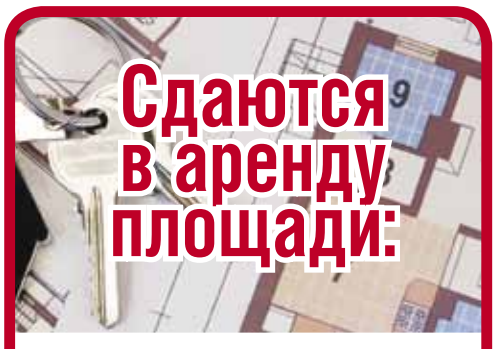
Наш футбол

В Северном округе прошёл футбольный турнир среди сборных команд АМИ имени Воронина «Орёл», ФК «Маймаксанский» и малышей Северного округа. Места распределились следующим образом:

1 место – ФК
2 место – АМИ
3 место – Малыши

Каждый участник получил благодарность и приз.

Спортивный праздник состоялся при поддержке депутатов областного собрания Михаила АВАЛИАНИ и Валентины ПОПОВОЙ.



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
торговый комплекс На Окружной
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:

- КАССИРА СРОЧНО!
- ПОВАРА-РАЗДАТЧИКА
- ПОВАРА СРОЧНО!
- МОЙЩИЦУ ПОСУДЫ
- УБОРЩИЦ

ЗВОНИТЕ!
62-62-62,
доб. 327, 106.

ДОСТОЙНАЯ ЗАРПЛАТА,
ПОЛНЫЙ СОЦПАКЕТ,
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ

Как сделать лучше

Депутат Архангельского областного Собрания, заместитель председателя комитета по здравоохранению и социальной политике Михаил АВАЛИАНИ проинспектировал Новодвинский детский дом-интернат для детей с серьёзными нарушениями в интеллектуальном развитии. Он познакомился с медицинскими и социальными работниками, с педагогическим коллективом. Пообщался с воспитанниками. На совещании с руководством дома-интерната высказал предложения по возможному улучшению условий проживания детей, по дальнейшему расширению функциональности ДДИ.

Лечиться стало приятнее

15 сентября состоялась презентация новых помещений двух подразделений АГКБ № 6: женской консультации и стоматологии. Они переведены туда из старого здания по ул. Мусинского, 29, требующего ремонта. Ранее оттуда в стационар была переведена и детская консультация.

Перевод всех подразделений из старого здания в стационар вызвал много слухов и кривотолков у жителей округов. Для разъяснения ситуации и с целью обоснованности планов были организованы встречи населения с руководством больницы и представителями министерства здравоохранения Архангельской области. Вопрос неоднократно обсуждался на заседании комитета по здравоохранению и социальной защите облсобрания и общественного совета по здравоохранению.

По ходатайству депутатов областного Собрания Михаила Авалиани и Валентины Поповой на ремонт помещений стоматологии из резервного фонда Правительства области было выделено 1 млн рублей.

Сегодня просторные и светлые кабинеты и коридоры радуют глаз пациентов и медицинских работников. В гинекологии оборудован кабинет психолога, где с женщинами проводятся беседы.

В 2018 году в приоритете будет детская поликлиника Маймаксанского округа, которая является подразделением поликлиники № 3, входящей в состав горбольницы № 6, и перевод её из жилого дома в посёлке Гидролизного завода на 3-й этаж основного здания поликлиники. Для этого необходимо 6 млн рублей. Министерство здравоохранения Архангельской области заверило руководство горбольницы № 6, что необходимые средства будут предусмотрены бюджетом. В свою очередь, депутаты областного Собрания Михаил Авалиани и Валентина Попова будут ходатайствовать о выделении средств из резервного фонда Правительства области на приобретение нового оборудования для детской поликлиники в Маймаксе и созданию благоприятных условий для посещения лечебного заведения юными маймаксанцами.

Старое здание на Мусинского, 29 передано в ведение судебно-медицинской экспертизы.

Иван ВОРОНЦОВ.

МЕБЕЛЬНЫЙ САЛОН «ДАЛИ»
ГОСТИНАЯ АЗАЛИЯ!
СОВРЕМЕННАЯ МЕБЕЛЬ! ВЫГОДНЫЕ ЦЕНЫ!
СТОЛЫ И СТУЛЬЯ ПРОИЗВОДСТВО МАЛАЙЗИИ!
ВНИМАНИЕ! Открылся ещё 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 продаётся без бытовой техники и дополнительных аксессуаров.
КРЕДИТ НА СВОИХ УСЛОВИЯХ ПРЕДОСТАВЛЯЕТ:
Банк-партнёр
ООО «Хоум Кредит энд Финанс Банк»
Генеральная лицензия № 316 Банка России от 15 марта 2012 г.

ЗАКРЫВАЕМ ДАЧНЫЙ СЕЗОН!
БОЛЬШАЯ РАСПРОДАЖА!
ПАВИЛЬОНЫ, ЗОНТЫ, ШЕЗЛОНГИ, РАСКЛАДУШКИ!
СТОЛЫ, СТУЛЬЯ! ПОСУДА! ОДЕЯЛА, ПОДУШКИ!
ТОЛЬКО ДО 15 ОКТЯБРЯ!
ПОДАРОЧНЫЕ СЕРТИФИКАТЫ!
идеи На Окружном
ОКРУЖНОЕ ШОССЕ, 13,
ТК «На Окружной», 2-й этаж.
Ждём вас ежедневно с 10 до 20 ч.
Тел. 62-62-62, доб. 314.
Группа в контакте «Идеи на Окружной»
www.okr29.ru

62-62-62

гипермаркет На Окружной

WWW.OKR29.RU

Срок действия акции с 1 по 15 октября 2017 г.

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

Упаковка товара в торговом зале может отличаться от рекламируемой в газете.

Принимаем заказы на пироги!!!

Тел. 62-62-62, доб. 139

Кофе Арабика натуральный раств. 95 г ст/б МКП

~~359=00~~ **239=90**

Чай Азерчай Букет черный в/с 200 г м/у

~~199=90~~ **159=90**

Молоко сгущ. Молочная страна Гост 380 г

~~79=90~~ **64=90**

Торт Медовик Классический 420 г Русская Нива

~~132=90~~ **109=90**

Конфеты Африка с мягкой карамельной начинкой 250 г

~~66=90~~ **49=90**

Масло Горница подсолнечное рафинированное 0,9 л

~~69=90~~ **57=90**

Говядина тушёная в/с ГОСТ 325 г Лужский КЗ

~~97=90~~ **77=90**

Салат Франческа 100 г

~~31=90~~ **24=90**

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.

Для маленьких посетителей рядом расположена детская игровая комната.

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

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

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 вёрстка В.Н. Патракеев

Отпечатано в ООО «Типография «Правда Севера», 163002, г. Архангельск, пр. Новгородский, 32. ИНН 2901120811. Тираж 110400 экз. Заказ № 5789. Подписано в печать 26.09.2017 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.

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