



ГОЛОВНАЯ БОЛЬ (ЦЕФАЛГИЯ)

Это один из наиболее распространённых неспецифических симптомов разнообразных заболеваний и патологических состояний, представляющий собой боль в области головы или шеи.

ГДЕ МОЖЕТ ВОЗНИКНУТЬ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ

Болевые ощущения свидетельствуют о различных проблемах в организме.

Головная боль в висках может быть вызвана целым рядом причин — от резких перепадов артериального давления до интоксикации или инфекции. Для некоторых заболеваний височная боль является симптомом, позволяющим поставить диагноз на ранней стадии.

Причинами головной боли в затылке чаще всего являются такие болезни, как шейный остеохондроз, шейный спондилёз, уплотнение (повышение тонуса) мышц шейного отдела, гипертония.

Возникновение головной боли в области лба может свидетельствовать о воспалительных заболеваниях, таких как фронтит, о повышенном внутричерепном давлении, защемлении затылочного нерва. Такими болями ощущениями могут сопровождаться и тяжёлые болезни: менингит, пневмония, малярия, тиф.

Боли в области глаз могут быть симптомом вегетативной дисфункции, мигрени, а также глаукомы и ряда глазных заболеваний. Несвоевременное обращение к врачу может привести к серьёзным проблемам со зрением.

ПРИЧИНЫ ГОЛОВНЫХ БОЛЕЙ

Причиной частых головных болей может быть целый ряд факторов: стрессы, перенапряжение, различные инфекционные болезни и воспалительные процессы, пищевая непереносимость и многие другие.

Регулярное повторение болевых ощущений свидетельствует о том, что проблемы в организме носят хронический характер и требуют обязательного обращения к специалисту для диагностики и лечения. Сильные головные боли часто вызваны такими причинами, как мигрень, перепады давления, гайморит, черепно-мозговые травмы и инфекционные заболевания. Если болезненные ощущения нарастают — это верный признак отклонений в работе организма. Длительные головные боли особенно опасны, так как являются симптомами таких серьёзных заболеваний, как менингит, поражения нервной системы (арахноидит, энцефалит), туберкулёз, сифилитическое поражение нервной системы, паразитарные заболевания. Продолжительные боли могут

свидетельствовать и об опухоли мозга. **Причиной пульсирующей головной боли** чаще всего оказывается мигрень. Но это не исключает и других возможных заболеваний: отит, заболевания глаз (например, глаукома), синуситы, проблемы с сосудами головного мозга (сосудистые



поражения головного мозга, нарушение оттока ликвора, нарушение венозного оттока), различные инфекции. Степень опасности этого вида болевых ощущений зависит от их локализации, силы и продолжительности.

Резкая головная боль зачастую вызвана спазмами сосудов головного мозга при шейном остеохондрозе, гипертоническим кризом. Самые опасные — сосудистые катастрофы, это разрыв аневризмы, внутричерепные кровоизлияния. Помимо этого, причиной болевых ощущений может стать стресс, нервное перенапряжение, приём некоторых препаратов и употребление вредных продуктов питания.

Мигрень обычно характеризуется сильной пульсирующей головной болью, сопровождающейся тошнотой, непереносимостью яркого света и сильных запахов, общей слабостью. Боль, как правило, имеет односторонний характер. Продолжительность приступа может быть от нескольких часов до нескольких суток. Наиболее подвержены мигрени женщины в возрасте от 25 до 35 лет.

Головная боль напряжения (боль тензионного типа, самая обычная и распространённая головная боль) чаще всего не сильная, но может регулярно повторяться и продолжаться до недели. Характер боли давящий или сжимающий, может распространяться как на всю голову, так и на её часть — затылок, лоб, темя. Возникает этот вид

болевых ощущений у тех, кто по роду деятельности часто испытывает длительное мышечное напряжение (вынужденная поза во время работы за компьютером, вождение автомобиля, неудобное положение во время сна), постоянно подвергается психоэмоциональным нагрузкам.

Кластерная головная боль (хортоновская) — один из самых тяжёлых видов боли. Человек испытывает продолжительные приступы очень сильных болевых ощущений пульсирующего характера. Обычно боль односторонняя, в области лба или глаза, иногда сопровождается покраснением, отёком, слезотечением на стороне боли. Приступы, как

правило, продолжаются от 20 минут до полутора часов, в тяжёлых случаях могут повторяться несколько раз в сутки в течение нескольких недель. Чаще всего этому виду боли подвержены мужчины среднего возраста.

Головная боль, вызванная инфекциями, обычно сопровождается температурой, ознобом. При ОРВИ и гриппе болевые ощущения не слишком сильные, как правило, в височной, лобной частях или в области глаз. У больных проявляются типичные симптомы простудных заболеваний: кашель, насморк, слабость. По мере выздоровления или после принятия жаропонижающих препаратов болезненные ощущения снижаются или исчезают.

При менингите головная боль острая, пульсирующая, с повышением температурой от 37,5 градусов и выше, дополнительным симптомом является рвота. В этом случае больному требуется срочная госпитализация. Реже встречаются другие инфекционные и бактериальные заболевания, при которых характер головной боли может быть разным, но почти всегда она сопровождается другими неврологическими симптомами. **Посттравматическая головная боль** возникает при ушибе или сотрясении головного мозга, повреждении черепа или шейного отдела позвоночника. Характер и локализация боли напрямую зависят от типа травмы. Болевые ощущения могут проявиться сразу или по прошествии времени.

Синусная головная боль возникает из-за воспаления в области носовых пазух, обычно сопровождается отёками слизистой, выстилающей пазухи и носовую полость, заложенностью носа и насморком. Для этого типа характерны болезненные ощущения в лобной и околоносовой части лица, которые могут продолжаться до полного излечения основного заболевания.

Связанные с повышенным внутричерепным давлением, головные боли очень сильные, могут сопровождаться тошнотой, непереносимостью яркого света. Как правило, болит вся поверхность головы, иногда и область вокруг глаз. Болезненные ощущения «давящие» или «распирающие». Наиболее часто этот вид боли наблюдается у пациентов, когда-либо перенёсших черепно-мозговые травмы, а также после родовых травм.

Головные боли, **связанные с поражением тройничного нерва**, обычно длятся всего несколько секунд, но очень мучительны. Боль возникает в любой области лица во время употребления пищи или разговора. По мнению большинства врачей, наиболее распространённой причиной поражения тройничного нерва и сопутствующих головных болей являются кариес, стоматит, неправильный прикус, а также гаймориты. В группу риска, таким образом, входят все, кто имеет проблемы с состоянием зубной системы.

ДИАГНОСТИКА:

При обращении в клинику с жалобами на головную боль пациент проходит через несколько этапов обследования. Для начала врач в ходе опроса уточняет характер и продолжительность болевых ощущений, их локали-



З.М. АВАЛИАНИ

зацию, сопутствующие и провоцирующие факторы. Для первичной диагностики некоторых заболеваний достаточно пройти осмотр у специалистов: невролога, отоларинголога, стоматолога, офтальмолога. Но в ряде случаев не обойтись без современных медицинских исследований. Электроэнцефалография (ЭЭГ) — позволяет судить о состоянии и работе головного мозга в целом, заметить отклонения от нормального функционирования, выявить сосудистые поражения мозга, косвенные признаки опухоли, гематомы. Магнито-резонансная томография (МРТ) используется для диагностики очаговых изменений в веществе головного мозга — опухолей, хронических и острых нарушений мозгового кровообращения, последствий инсульта, синуситов и многих других заболеваний. Компьютерная томография (КТ) — по-

Продолжение на стр. 4



КОМПЛЕКСНОЕ НЕВРОЛОГИЧЕСКОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ
с 01.07 по 31.07.2019

- консультация невролога
- лабораторная диагностика
- функциональная диагностика

4800₽

Подробности на avaclinic29.ru **6000₽**

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

На приёме у врача-кардиолога

Врач - кардиолог проводит диагностику, лечение заболеваний сердца, даёт индивидуальные для пациента рекомендации по их профилактике.

Спектр заболеваний, которые относятся к компетенции врача-кардиолога, весьма широк и включает патологические нарушения в работе сердца и всей сосудистой системы. К заболеваниям относятся:

- Сердечная аритмия
- Атеросклероз
- Артериальная гипотензия и гипертонический криз
- Пороки сердца (приобретённые или врождённые)
- Коронарная (ишемическая) болезнь сердца
- Кардиосклероз
- Стенокардия
- Миокардиодистрофия

- Нарушение кровообращения
- Нейроциркулярная дистония
- Перикардит
- Сердечная и сосудистая недостаточность
- Эндокардит

Обязательное обследование у врача должны регулярно проходить пациенты с пороками сердца, сосудистой недостаточностью и гипертонией.

Следует незамедлительно обратиться к кардиологу, если появились следующие симптомы:

- Ощущение покалывания в области сердца на протяжении длительного времени
- Резкие, спазматические боли в груди
- Постоянная ноющая или колющая боль, которая особо остро ощущается в левой половине грудной клетки
- Ощущение тяжести в груди
- Ощущение дискомфорта в области левой руки, лопатки или онемение конечности, чувство «мурашек»
- Учащённое или замедленное сердцебиение
- Одышка (даже при минимальных физических нагрузках)

- Редкий пульс (менее пятидесяти ударов в минуту)
- Отёчность

КАКИЕ АНАЛИЗЫ НУЖНО СДАВАТЬ ПЕРЕД ПРИЁМОМ У КАРДИОЛОГА?

Диагноз кардиолог может поставить только после должного обследования и получения результатов анализов крови.

В частности, в июле в АВА КЛИНИК проходит акция на анализы:

- гликированный гемоглобин,
- липидный скрининг по 4-м показателям: триглицериды, холестерин общий, холестерин ЛПВП и холестерин ЛПНП,
- С-реактивный белок



Гликированный гемоглобин

Оценку содержания гликированного гемоглобина в цельной крови используют для долгосрочного контроля уровня глюкозы в крови, при диагностике сахарного диабета, выявлении риска развития диабета.

Липидный скрининг

В крови человека постоянно присутствуют жироподобные вещества, необходимые организму для нормального функционирования клеток, переваривания пищи, создания многих гормонов. Основные жиры в крови: холестерин, триглицериды и липопротеиды высокой и низкой плотности.

Существует убеждение, что высокий холестерин бывает только у тех, кто ест много жирной пищи. Это не так. 80% холестерина вырабатывается в организме, и лишь 20% поступает с пищей.

Все слышали о «хорошем» и «плохом» холестерине

На медицинском языке «плохой» холестерин называется ли-

попротеидами низкой плотности (ЛПНП). У пациента повышается риск развития ишемической болезни сердца, нарушений мозгового кровообращения и т. д.

«Хороший» холестерин - липопротеиды высокой плотности (ЛПВП). Они препятствуют отложению липидов в сосудах. Повышение их концентрации в крови является важным фактором защиты от болезней сердца и сосудов.

Триглицериды. В отличие от холестерина, практически не вырабатываются в организме, а в основном поступают с пищей. Высокие триглицериды — это фактор риска для поджелудочной железы.

С-реактивный белок – компонент крови, который обеспечивает первичную реакцию организма на повреждение и воспаление тканей. Это белок быстрой фазы, он только стимулирует иммунный ответ на патологический процесс. Поэтому СРБ обычно не выявляется в крови здорового человека. Анализ крови на СРБ позволяет установить наличие заболевания и определить стадию и тяжесть его течения.

КАКИЕ МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ ИСПОЛЬЗУЕТ КАРДИОЛОГ?

Прежде всего, направленные на выявление сбоев в работе сердечной мышцы. Основные среди них

- электрокардиограмма;
- эхокардиография.

Электрокардиография (ЭКГ) - позволяет получить представление о частоте и регулярности сердечного ритма, наличии аритмий, а также о достаточности или дефиците кровоснабжения сердечной мышцы (миокарда).

Эхокардиография (ЭХОКГ или УЗИ сердца) - позволяет диагностировать ишемическую болезнь сердца, инфаркт миокарда, болезни мышечной и наружной оболочек сердца,

выявить расстройства деятельности сердца на самых ранних стадиях. Показания к ЭХОКГ могут быть разнообразными: боли в области сердца, изменение электрокардиограммы, шумы в сердце, нарушение ритма сердца, артериальная гипертония, врождённые пороки сердца, наличие признаков сердечной недостаточности и др.

По результатам диагностирования кардиолог определяет, каким будет последующее лечение.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ИССЛЕДОВАНИЮ?

- Исключить алкоголь за трое суток до анализа.
- Не принимать пищу в течение 8 часов до анализа, особенно жирную, острую, копчёную, солёную. Можно пить чистую негазированную воду.

Исключить физическое и эмоциональное перенапряжение в течение суток до анализа.

- Не курить в течение 3-х часов до анализа.
- О лечении медикаментозными препаратами необходимо сообщить лечащему врачу заранее.

Запишитесь на приём к кардиологу по телефону **60-03-03, 44-64-64** или через он-лайн запись на нашем сайте www.avaclinic29.ru

АВА КЛИНИК
Архангельск, ул. Суфтина, 18



ТОТАЛЬНЫЙ ЧЕК UP
ПРАВИЛА ЗДОРОВОГО СЕРДЦА
с 01.07 по 31.07.2019

Гликированный гемоглобин, триглицериды, холестерин общий, холестерин ЛПВП, холестерин ЛПНП, С-реактивный белок, забор крови

Архангельск, ул. Суфтина, 18
avaclinic29.ru

1190₽
~~1715₽~~

Дружеская встреча профессионалов



В чешском городе Брно состоялась встреча специалистов-репродуктологов

На это мероприятие был приглашён Алексей Владимирович ЯКУШИН, ведущий репродуктолог Центра ЭКО.

- Я обозначил бы это как дружеский визит, - рассказывает он. - В ведущей клинике Чехии REPRODAMEDA в течение трёх дней обменивались опытом работы, делились своими наработками и открытиями в области экстракорпорального оплодотворения. Мы отметили достаточно высокий уровень технической оснащённости чешской клиники и генетических лабораторий, применение современных препаратов.

Врачам из REPRODAMEDA было интересно узнать, как развивается направление ЭКО сегодня в России. Услышав от Якушина подробности об Архангельском центре, они оценили по достоинству успешную работу российских коллег.

Обмен опытом — это самое важное в подобных мероприятиях. Скорее всего, взаимовыгодное сотрудничество будет развиваться.

Наш корр.



ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

АВА КЛИНИК предлагает лечение гипергидроза

Природа происхождения этого заболевания достаточно не изучена. Причины гипергидроза большинство врачей списывают на наследственную предрасположенность, частые стрессы, сбои в работе нервной системы. Нет чёткого списка факторов, которые вызывают гипергидроз, но с какого-то момента симпатическая нервная система начинает работать неправильно, что влечёт повышенную активность потовых желёз.



ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЛЕЧЕНИЯ

К сожалению, накопительного эффекта при такой терапии не наблюдается. Делать инъекции необходимо снова, как только прекращается действие Диспорта. Как действуют на организм регулярные инъекции для конкретного человека, определить может только врач.

Первого сеанса терапии обычно хватает на 6-9 месяцев. Регенерация нервных окончаний клеток за этот период завершается, после чего нужно повторить инъекцию. Срок действия Диспорта может сокращаться или увеличиваться в зависимости от индивидуальных особенностей организма.

В первое время период действия препарата прямо пропорционален дозе. Чем больше единиц Диспорта инъецировано в место локализации гипергидроза, тем дольше не понадобится следующий сеанс.

ХОД ПРОЦЕДУРЫ

Право проводить процедуры Диспорта при гипергидрозе принадлежит только квалифицированному врачу в клинике. Ни в коем случае нельзя проводить инъекции на дому. Дело не только в специфичности препарата, но и в необходимости сопутствующих процедур, без которых невозможно качественное лечение гипергидроза.

Проводится проба Минора, без которой не выявить точную площадь локализации гипергидроза. Для этого участок с повы-



ЛЕЧЕНИЕ ГИПЕРГИДРОЗА

с 01.07 по 31.07.2019

ДОСТАТОЧНО ОДНОЙ ПРОЦЕДУРЫ

19800₽

Архангельск, ул. Суфтина, 18
avaclinic29.ru

22000₽

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

• Не нужно путать гипергидроз с повышенным потоотделением. Второе имеет эпизодический характер и проявляется во время физической активности, жаркой погоды, стрессовой ситуации. Гипергидроз — это патологическое, чрезмерное потоотделение, которое не даёт о себе забыть в нормальной обстановке, при комнатной температуре и т. д.

• Гипергидроз — это диагноз, который ставит врач. Если вам показалось, что вы много и беспричинно потеете, это не повод назначать себе лечение гипергидроза самостоятельно. Сначала вас ждут анализы крови на гормоны, УЗИ щитовидной железы, затем — заключение врача-эндокринолога.

• Гипергидроз проявляется в двух формах — локальной и общей. Часто это заболевание локализуется в области подмышек. Порядка 2% населения страдают потливостью подмышек. На втором месте закрепилась потливость ладоней. После нее идёт гипергидроз ног. Как правило, эти состояния сочетаются друг с другом. Определить конкретную форму может только врач, удостоверившись, что это самостоятельное заболевание, а не один из симптомов сторонних патологий, о которых пациент не знает.

Потоотделение — неотъемлемый процесс для нормальной работы терморегуляционной системы. С потом из организма выводятся продукты обмена веществ и лишняя жидкость. Но чрезмерное потение не только вызывает дискомфорт, но и представляет угрозу для здоровья.

Антиперспиранты и тальк в таких случаях бессильны, они устраняют внешние проявления проблемы. Нужно урегулировать деятельность возбуждённой симпатической нервной системы. Сделать это можно с помощью инъекций Диспорта.

Инъекции Диспорта — самый комфортный, эффективный и совершенный метод лечения гипергидроза.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ДИСПОРТА ПРИ ГИПЕРГИДРОЗЕ

Основной компонент препарата — сывороточный альбумин человека, адаптированный под потребности эстетической косметологии. Препарат Диспорт блокирует передачу нервных импульсов в клеточных синапсах,



А. Е. РЯБОВА

при этом оставаясь безопасным для организма.

В косметологии инъекции Диспорта применяют для разглаживания морщин. Его вводят в область мимических мышц, где он оказывает временное парализующее действие на нервные окончания клеток. В результате вынужденного расслабления мышц, морщины над ними разглаживаются.

Аналогичный эффект наблюдается при лечении гипергидроза. Если головной мозг посылает импульсы к потовым железам, то Диспорт делает их нервные волокна невосприимчивыми к этим сигналам. В результате работа потовой железы прекращается, и секреция на протяжении какого-то временного отрезка отсутствует.

Советы уролога Архипова

Уважаемые архангелогородцы!

Вам необходимо проконсультироваться с врачом урологом, если у вас появился хотя бы один из нижеперечисленных симптомов:

- 1) появление крови в моче,
- 2) нарушение акта мочеиспускания
- боли
- частое
- затруднённое
- ослабление струи мочи
- необходимость вставать мочиться ночью
- недержание мочи
- 3) повышенное артериальное давление
- 4) боли в поясничной области
- 5) наличие пальпируемого образования в брюшной полости
- 6) увеличение в размерах яичек
- 7) наличие опухолевидных разрастаний на наружных половых органах
- 8) появление выделений любого характера из мочеиспускательного канала
- 9) субфебрильная температура по вечерам
- 10) если возраст мужчины старше 50 лет
- 11) боли в яичках, промежности, внизу живота
- 12) снижение потенции



Александр Владимирович АРХИПОВ, заслуженный врач РФ, кандидат медицинских наук, врач высшей аттестационной категории.

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.

ПОРА МЕНЯТЬ ПРИВЫЧНЫЕ МАРШРУТЫ!

КАК УВЕЛИЧИТЬ ОБЪЁМ ДВИЖЕНИЯ И ДАЛЬНОСТЬ БЕЗБОЛЕВОЙ ХОДЬБЫ ПРИ СУСТАВНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ?

Увы, количество дел и загруженность с годами никуда не уходят! Поэтому нужно быть в форме, чтобы не только работать и решать различные бытовые вопросы, но и с удовольствием отдыхать. Другой вопрос – что предпринять, когда активному движению мешают недуги, поразившие тело?

КАК АРТРОЗ МОЖЕТ ЛИШИТЬ СВОБОДЫ

Артроз – дегенеративное хроническое заболевание хрящевой ткани сустава.

По мере его развития, амплитуда сгибания-разгибания конечностей постепенно уменьшается. Становится трудно присесть, или наоборот встать, наклониться и вернуться в исходное положение. Особенно это может быть заметно во время дачного сезона.

Какая там прополка грядок и сбор урожая? Лишь бы не болело!

Обострение артроза перед путешествием приводит в отчаяние, потому что это не только способно помешать осмотру достопримечательностей, но и поставить под угрозу поездку в принципе.

Какая дорога и долгие пешие прогулки, если случилось обострение? Лишь бы не болело!

Да, артроз лечится только комплексно – применяются и лекарственные препараты, и физиотерапевтические средства. Но тут опять проблема – как, изнывая от боли, ежедневно ходить на физиопроцедуры в поликлинику?

НЕ ОТКАЗЫВАЙТЕСЬ ОТ ПОМОЩИ!

Возможно ли проведение физиотерапии профессионального уровня не только в лечебном учреждении, но и на дому? А на даче? А в путешествии?

Возможно ли проведение физиотерапии во время обострения?

Возможно ли существование физиотерапии, которая может помочь всей семье?

АЛМАГ+ ОТ КОМПАНИИ ЕЛАМЕД – УТВЕРДИТЕЛЬНЫЙ ОТВЕТ НА ВОПРОСЫ.

1. Аппарат применяется в лечебно-профилактических учреждениях, но разработан с учётом домашнего, самостоятельного использования.

2. Новейшие разработки дали возможность использовать АЛМАГ+ даже в остром периоде заболеваний опорно-двигательного аппарата. **Противовоспалительный и обезболивающий режим** создавался специально для того, чтобы приближать облегчение состояния.

3. Для планомерного комплексного лечения и профилактики обострений с помощью монотерапии подходит ос-



новный режим аппарата. **Режим для лечения детей** обладает настолько мягкими и щадящими параметрами магнитного поля, что рекомендован маленьким пациентам – с 1 месяца. При этом список показаний достаточно широк и включает в себя распространённые заболевания суставов и опорно-двигательного аппарата.

АЛМАГ+ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ:

- артрита,
- артроза,
- остеохондроза, в том числе и шейного,
- грыжи межпозвоночных дисков,
- пяточной шпоры,
- остеопороза,
- последствий травм.

ПРИМЕНЕНИЕ МАГНИТНОГО ПОЛЯ АЛМАГА+ НАПРАВЛЕНО НА:

- снятие боли, отёка и воспаления в период обострения заболеваний;
- восстановление общей и местной циркуляции крови;
- нормализацию питания хрящевой ткани;
- усиление действия лекарственных препаратов;
- продление сроков ремиссии;
- увеличение свободы движения и дальности безболевого ходьбы;
- улучшение качества жизни.

Используя все предлагаемые средства лечения, человек способен вырваться из плена болезни на желанную свободу. День, когда окажется, что пройдено гораздо большее расстояние, чем обычно – не за горами. Да и горы теперь, в общем-то, не пугают!

АЛМАГ+ Забудьте хождение по мукам

АЛМАГ+ Вы можете сами выбирать маршруты!



Проведи июль без лишних пилюль!

В АПТЕКАХ:

- ФАРМАЦИЯ
- ВИТА-НОРД
- ДОБРАЯ АПТЕКА
- БУДЬ ЗДОРОВ
- РИГЛА
- ПАНАЦЕЯ
- ЗДОРОВЬЕ
- ЗАВОДСКИЕ АПТЕКИ
- АПТЕКА 29.PY
- ЗАБОТА

В МАГАЗИНАХ:

- МЕДИЦИНСКАЯ ТЕХНИКА

Также заказать аппарат (в т.ч. наложенным платежом) вы можете по адресу:
391351, Рязанская обл., Елашта, ул. Янина, 25, АО «Елаштинский приборный завод» или на сайте завода: www.elamed.com
Бесплатный телефон завода: 8-800-200-01-13
ОГРН 1026200861620



Реклама 16+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



ГОЛОВНАЯ БОЛЬ (ЦЕФАЛГИЯ)

Продолжение. Начало на стр. 1

казывает наличие кровоизлияний, изменения структуры ткани головного мозга, церебральных сосудов, наличие опухолей, кист, аневризм, тромбозов, атеросклероза. Электромиография (ЭМГ) — применяется для диагностики заболеваний нейромышечной системы, повреждений нервов. Ультразвуковая диагностика (УЗИ) брахиоцефальных артерий выявляет атеросклероз, различные проблемы с сосудами (аномалии развития сосудов, изменение просвета артерий, изменение хода артерий в канале, связанные с выраженным остеохондрозом), аневризмы, патологии кровотока. Лабораторные методы исследований применяются, главным образом, для обнаружения у пациента инфекционного и воспалительного процессов, аутоиммунных процессов и нарушений обмена холестерина.

ЛЕЧЕНИЕ

Основной вид лечения, применяемый при головных болях, это медикаментозное лечение. Пациенту назначают приём препаратов в таблетках или инъекциях противовоспалительных средств, обладающих также обезболивающим действием либо местным анестезирующим действием. Иногда оказывается достаточным прием безрецептурных лекарств, а в некоторых сложных случаях приходится проходить целый курс медикаментозных блокад с использованием гормональных препаратов.

Мануальная терапия Помогает при головной боли напряжения и мигренях. Мануальный терапевт выявит источник боли и поможет вам избавиться от неё. Однако зачастую только мануальной терапии недостаточно, она является лишь дополнительным методом лечения.

Массаж Также не самостоятельный метод, но важная часть комплексного лечения. Тем не

менее, неврологи часто назначают массаж при головной боли после травм, при хронических мигренях и т. д.

Иглорефлексотерапия — дополнительный метод лечения головной боли, признанный также ВОЗ, заключается в воздействии на определённые биологически активные точки кратковременным иглоукалыванием. Это активизирует работу органов, связанных с нервными окончаниями, находящимися в этих точках. Запускается процесс самовосстановления организма. Часто пациенты чувствуют улучшение уже после одного-двух сеансов терапии. После курса иглоукалывания, как правило, не только исчезают головные боли, но и улучшается общее состояние организма. Дополнительно к иглорефлексотерапии врач может порекомендовать лечебный массаж шейно-воротниковой зоны, спины для снятия спазмов мышц и улучшения циркуляции крови.

Остеопатия - ещё один вид мануального воздействия. Остеопат устраняет причины головной боли, работая с патологическими изменениями в мышцах, суставах, органах.

В комплексе с другими методами назначается и физиотерапия,

лечение с помощью ультразвука, воздействия постоянного или переменного тока, магнитного поля, тепла и других физических явлений. Давно доказано, что эффективность физиотерапии превосходит многие другие методы, поэтому для лечения головных болей различного типа часто назначают именно этот метод.

Лечебная физкультура Ещё один из сопутствующих методов. Тщательно подобранные и рассчитанные нагрузки помогают справиться с болевым синдромом, вызванным травмой или перенапряжением.

В некоторых случаях прибегают к инъекциям ботулинотоксина/ботокса, чаще всего при головных болях напряжения и мигренях. Препарат вводят в участки спазмированных мышц, что позволяет снять спазм и тем самым купировать головную боль.

Методы экстракорпоральной гемокоррекции (ЭГ), назначаются при таких заболеваниях, как атеросклероз сосудов головного мозга. Терапия основана на «очищении» крови от избытка холестерина и других веществ, формирующих атеросклеротические бляшки, которые нарушают кровоснабжение органа. Также ЭГ, удаляя из кровотока аутоантитела, существенно повышает эффективность лечения рассеянного склероза и других заболеваний иммунной системы.

ПРОФИЛАКТИКА ГОЛОВНЫХ БОЛЕЙ

Лучшей профилактикой является выяснение причин болей и их полное устранение. Однако впоследствии болевой синдром может возникнуть и из-за других факторов: перенапряжения, скачков давления, депрессии и многих других. Чтобы снизить риск появления неприятных ощущений, нужно попросту избегать ситуаций, в которых они могут возникнуть: стараться высыпаться, избегать переутомления, не злоупотреблять напитками с кофеином, «энергетиками». Регулярные физические нагрузки, здоровое питание и свежий воздух — главные факторы поддержания организма в хорошем состоянии. В большинстве случаев головные боли быстро исчезают, не вызывая осложнений, — скорее всего, причиной является стресс или переутомление. Однако если боль не проходит долгое время или возвращается вновь и вновь, не откладывайте визит к врачу, и тем более не занимайтесь самолечением. Необходимо помнить, что самолечение может принести немалый вред организму, тем более, что при возникновении головных болей нужно не просто устранить симптом, а найти первопричину болезни. Для этого необходимо обратиться в медицинское учреждение.

Зейнаб Мемедовна АВАЛИАНИ, главный врач, невролог АВА КЛИНИК
Архангельск, ул. Суфтина, 18
Тел. 8(8182) 60-03-03, 44-64-64
www.avaclinic29.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКАЯ ЛАЗЕРНАЯ КЛИНИКА



ЛО-29-01-002608 от 15 января 2019 г.

Запишись на консультацию уже сегодня по телефонам
68-00-00, 40-68-68

www.olk29.ru
www.vk.com/olk29
[instagram.com/olk_29](https://www.instagram.com/olk_29)

Адрес: г. Архангельск, пр. Обводный канал, 9/2
**ЛЕТНИЙ РЕЖИМ РАБОТЫ КЛИНИКИ:
 ПН – ПТ С 9:00 ДО 19:00 СБ, ВС – ВЫХОДНЫЕ ДНИ**

Глаза являются важнейшим органом восприятия информации о состоянии окружающего мира. Благодаря глазам, человек может различать отдельные предметы, их детали, расположение их в пространстве, а также различать цвета и их оттенки. С помощью глаз мы можем писать, рисовать, читать, заниматься другими видами деятельности.

О наиболее распространённых заболеваниях этого важнейшего органа восприятия рассказывает врач-офтальмолог ОЛК Ирина Анатольевна РЕШЕТОВА.

- Ирина Анатольевна, назовите самые распространённые болезни глаз, на ваш взгляд?

- Нарушения рефракции (близорукость, дальнозоркость), катаракта (помутнение хрусталика), глаукома, инфекционно-воспалительные заболевания (блефарит, конъюнктивит, кератит), синдром сухого глаза.

Близорукость – это такое нарушение рефракции, при котором вы плохо видите вдаль, но при этом хорошо видите вблизи. Не менее распространённым нарушением рефракции является дальнозоркость. При этом чаще встречается её возрастной вариант, который носит название пресбиопии, и тогда, чтобы читать, вам понадобятся очки.

Катаракта – это офтальмологическое заболевание, при котором наблюдается помутнение хрусталика. При потере прозрачности этой структуры зрение снижается за счёт препятствия попаданию всех световых лучей


И.А. РЕШЕТОВА

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О САМЫХ ЧАСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ГЛАЗ?

на сетчатку. В результате больной человек видит всё несколько размытым и затуманенным. Заболевание постоянно прогрессирует, и без лечения может приводить к полной слепоте.

Глаукома – это офтальмологическое заболевание, которое

сопровождается повышением внутриглазного давления. Такая патология может развиваться в любом возрасте, но наиболее часто встречается у пожилых людей. Увеличение внутриглазного давления приводит к сдавливанию структур зрительного нерва.

Со временем он атрофируется, и при отсутствии должного лечения через некоторое время может наступить слепота. Длительность развития патологического процесса зависит от индивидуальных особенностей строения глазного яблока и уровня повышения внутриглазного давления. Она может составлять и несколько месяцев, и несколько десятков лет.

Синдром сухого глаза – это патология, при которой снижается выработка слезы, либо изменяется состав слезной жидкости. В результате роговица глаза не получает достаточного увлажнения, что создаёт дискомфорт.

- С какими жалобами чаще всего к вам обращаются?

- Резкое ухудшение зрения, выпадение полей (вы перестаёте видеть какой-то участок, который раньше хорошо видели), резкие вспышки или молнии в глазах, появление «мушек», боли, рези,

ред глазами может появляться при скоплении в стекловидном теле изменённых частиц. Чаще всего такое состояние возникает у пациентов с миопией, а также в пожилом возрасте. Чаще всего «мушки» появляются в поле зрения сразу двух глаз и проходят без видимой причины. Такой симптом, как правило, не свидетельствует о развитии серьёзных нарушений и не требует лечения.

Проявлять беспокойство стоит в том случае, когда мелькающие мушки, вспыхивающие огоньки появляются внезапно, только в одном глазу и в большом количестве. Это может свидетельствовать о развитии отслойки сетчатки. Такое состояние требует срочной консультации офтальмолога.

- Как часто нужно обращаться к офтальмологу?

- Если мы не рассматриваем экстренные ситуации, то даже здоровый человек без жалоб раз в 1-2 года должен посещать офтальмолога для профилактики. Если у человека уже есть близорукость или дальнозоркость, миопия или астигматизм, то он должен посещать офтальмолога минимум раз в год.

Своевременное обращение к специалисту является залогом эффективного лечения офтальмологических заболеваний.

**Офтальмологическая
Лазерная Клиника.
Обводный канал, д. 9, к. 2
(вход с торца).**

**Летний режим работы:
пн-пт – с 9:00 до 19:00,
сб, вс – выходные дни.
Запись по телефонам:
68-00-00, 40-68-68.**

olk29.ru www.vk.com/olk29
[instagram.com/olk_29](https://www.instagram.com/olk_29)

Как вернуть деньги за лекарства

Как передает «Ремедиум», со следующего года россияне смогут получать социальный налоговый вычет по НДФЛ при покупке назначенных врачом лекарств, если потраченная сумма не превышает 120000 рублей. Пока же вычеты гарантированы только в отношении препаратов из утверждённого правительством списка.

Также будет расширен перечень социальных выплат, не подлежащих налогообложению. От НДФЛ освободят ежемесячные денежные выплаты гражданам, которые подверглись воздействию радиации, доходы в виде ежегодной денежной выплаты почётным донорам России, доходы не более 1 миллиона рублей, полученные в виде единовременных компенсационных выплат медицинским работникам

в рамках программ «Земский доктор» и «Земский фельдшер».

От НДФЛ должны освободить доходы в денежной и натуральной форме по рождению ребёнка, оплату дополнительных выходных дней гражданам, ухаживающим за детьми-инвалидами, денежную компенсацию взамен полагающегося из государственной собственности земельного участка.

www.meddaily.ru

Какой у вас характер

Психологи из университета Калифорнии в США назвали черты идеального характера человека, живущего в наше время.

Исследователи провели опрос. Respondентами стали психологи и студенты с факультетов психологии. Им предлагались 30 личностных черт характера, которые нужно было расставить по приоритету. В итоге учёные назвали, какой характер является идеальным.

«Для идеального характера необходимы открытое выражение чувств, позитив и прямолинейность», - сообщили авторы проекта.

В целом, по их словам, для психо-

логически здоровой личности характерно выражать эмоции, прямоту, тепло, дружелюбие, уверенность в себе, непосредственность, устойчивость к стрессу.

Ранее было установлено, что люди, проявлявшие в молодости самодисциплину и организованность, имеют в будущем более выгодную физическую форму, а любознательные личности обладают более высоким IQ.

www.medikforum.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Или деньги, или земля

Депутаты во втором чтении приняли областной закон, предусматривающий выплаты денежной компенсации многодетным семьям взамен предоставления земельных участков. С 1 июля у таких семей появится выбор: получить земельный участок под строительство жилья или 210 тысяч рублей.

Денежная выплата будет предоставляться на следующие цели: на приобретение жилого помещения (индивидуального жилого дома, части индивидуального жилого дома, квартиры, части квартиры, комнаты) на первичном или вторичном рынке жилья; на приобретение квартиры или её части при участии в долевом строительстве многоквартирного жилого дома; на уплату первоначального взноса, погашение основной суммы долга и (или) уплату процентов по кредитам; на создание объекта индивидуального жилищного строительства; на приобретение объекта незавершенного строительства, включая расходы на завершение строительства данного объекта.

На майской сессии АОСД

ЕДВ вырастет на 400 рублей

Изменения в областной закон «О мерах социальной поддержки ветеранов, граждан, пострадавших от политических репрессий, и иных категорий граждан» одобрили депутаты на майской сессии. Ежемесячная денежная выплата (ЕДВ) людям старшего возраста сегодня составляет 456 рублей. Внесенные изменения предусматривают поэтапное повышение выплаты до 856 рублей: с 1 октября 2019 года на 200 рублей, с 1 января 2020 года – ещё на 200 рублей. Размер выплаты будет индексироваться ежегодно на уровень инфляции в Архангельской области.

Турслёт на Яде



В середине июня на реке Яде прошёл традиционный туристический слёт, посвящённый памяти Николая Юрьева. В соревнованиях участвовали спортсмены и туристы Архангельска и Северодвинска. Мероприятие способствует развитию и популяризации спортивного водного туризма в области, выявлению сильнейших, отработке технических навыков, подготовке к безаварийному

проведению летних спортивных турслётов, пропаганде активного семейного отдыха.

Мероприятие состоялось при поддержке депутата областного Собрания Михаила Авалиани и депутатов городской Думы Ивана Воронцова и Ольги Синицкой, совместно с инициативной группой спортсменов Северного округа во главе с Владимиром Ушаковым.

Общественные Советы

В середине июня депутат областного Собрания Михаил Авалиани и помощники депутата Валентина Попова и Андрей Корольков участвовали в работе общественных Советов при администрации Маймаксанского и Северного округов.

Были рассмотрены вопросы по проекту «Бюджет твоих возможностей», планы по благоустройству территорий округов, о тепло- и водоснабжении. Обсуждались также разные проблемные вопросы.



Общественная приёмная депутатов

Архангельского областного Собрания

Архангельской городской Думы

АВАЛИАНИ
МИХАИЛА МЕМЕДОВИЧА

ВОРОНЦОВА
ИВАНА АЛЕКСАНДРОВИЧА

СЕНИЦКОЙ
ОЛЬГИ ВАСИЛЬЕВНЫ

Приём граждан: понедельник, вторник, четверг, пятница – с 10 до 16
Контактный телефон: 8(8182) 23-59-56. Адрес: Архангельск, ул. Химиков, 21

Северный округ - уютнее и красивее

Администрация Северного округа в лице главы Гидаят Шукурова благодарит депутата областного собрания Михаила Авалиани за оказанную помощь и активное участие в акциях «Международный день соседей» и «Чистые берега». Депутат предоставил на безвозмездной основе саженцы яблок и удобрения для посадки на территории общего пользования у культурного центра «Северный».



Рефлексотерапия на службе здоровья

Это метод воздействия на биологически активные точки организма с помощью специальных медицинских акупунктурных игл. Происходит мобилизация собственных ресурсов организма и вовлечение одновременно всех систем и органов в процесс выздоровления, что даёт быстрый и эффективный ответ организма.

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.).

Эффективна она при лечении следующих заболеваний:

- Заболевания опорнодвигательного аппарата (артриты, артрозы, периартриты, миозиты, бурситы, тендовагиниты, пяточные шпоры);
- Заболевания сердечнососудистой системы (гипертоническая болезнь 1 и 2 степени, атеросклероз, стенокардия, нарушения сердечного ритма);
- Заболевания органов дыхания (хронический бронхит, хроническая пневмония 1-2 степени, бронхиальная астма);
- Заболевания органов пищеварения (хронический гастрит, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, дискинезия желчевыводящих путей);
- Заболевания мочеполовой системы (хронический цистит, цисталгия, простатит с выраженным болевым синдромом, нефрит);
- Гинекологические заболевания (климактерический синдром, хронические воспалительные

процессы, расстройства менструального цикла);

- Аллергические заболевания (вазомоторный ринит, крапивница, нейродермит).

Рефлексотерапия отлично себя проявляет при борьбе с вредными привычками (табачная и алкогольная зависимости), а также с бессонницей, синдромом хронической усталости.

Запишитесь на приём к нашему специалисту.

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



также с бессонницей, синдромом хронической усталости.

Запишитесь на приём к нашему специалисту.

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

НОВОСТИ

В. Путин о проблемах здравоохранения

У системы здравоохранения России три основные проблемы: доступность первичного звена, дефицит кадров и лекарственное обеспечение.

Путин констатировал, что доступность первичного звена сократилась в 17 относительно благополучных регионах. К примеру, в Краснодарском крае произошло сокращение доступности первичного звена на 25%. Эта проблема актуальна и для Чеченской республики.

Притом, уменьшилось число фельдшерско-акушерских пунктов на 2%, а количество амбулаторной сети в целом выросло на 26%. Ожидается строительство 390 новых пунктов и ремонт 1200 уже построенных. В небольших населённых пунктах развивается мобильная медицинская помощь. Уже работают 3800 бригад, а в ближайшие три года их количество должно вырасти на 1200 бригад.

Президент уверен: нужно развивать системы поддержки докторов и фельдшеров на селе.

Ситуацию с дефицитом кадров президент предлагает решать, повысив заработную плату.

www.meddaily.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

Открыт новый Центр гемодиализа

Новый гемодиализный центр открылся на ул. Галушина, 23. Проектная мощность центра даёт возможность принять до 200 пациентов при трёхсменном режиме работы.

Пациентов с почечной недостаточностью в терминальной стадии становится всё больше. Именно поэтому около года назад встал вопрос о расширении существующего Центра гемодиализа на Суфтина 18. Было принято решение открыть филиал в районе 8-го микрорайона, куда будет удобнее добираться жителям Новодвинска, левобережья и южной части Архангельска.

Сегодня Центр работает в две смены и принимает до 80 человек. Часть из них переведены из Центра на Суфтина в связи с близостью к месту проживания, часть – новые пациенты. Одновременно получают диализную



помощь 20 человек на 20 аппаратах. По мере необходимости, количество аппаратов будет увеличиваться.

В Центре установлены аппараты «Искусственная почка» серии Dialog немецкой фирмы Б.Браун, способные выполнять процедуру гемодиализа и гемодиализации.

Новый центр – единственный в регионе, где установлена система водоподготовки Aquaboss® немецкого производства с системой «горячей дезинфекции», что исключает появление и распространение бактерий.

Для удобства пациентов в этом же здании функционирует аптека АВА ФАРМ и столовая.



ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

МЕБЕЛЬНЫЙ САЛОН «ДАЛИ»



ГОСТИНАЯ ЛАДУШКА



ПОДСТАВКА НИКА



КОМОД ДЖУЛЬЕТТА ПРОВАНС



СТОЛ ПОДКАТНОЙ ЛЮКС

Пуфы имеют большой размер XXXL, в котором комфортно взрослому человеку

- Широкое место для сидения, высокая спинка, место для рук.
- Материал внешнего чехла: качественная мебельная хлопковая ткань.
 - Внутренний мешок на молнии для самостоятельного пополнения гранулами.
 - Система защиты от открытия детьми.
 - Наполнитель: мелкая гранула пенополистерола 1-3 мм, очень мягкая, не ощущается при использовании;
 - Кресло не «скрипит».
 - Внешний чехол можно многократно стирать.
- Имеет сертификаты качества.



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

vk.com/ideinaokrugnoi



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

КРЕДИТ НА СВОИХ УСЛОВИЯХ ПРЕДОСТАВЛЯЕТ:

Банк-партнёр

ООО «Хоум Кредит энд Финанс Банк»
Генеральная лицензия № 316 Банка России от 15 марта 2012 г.

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

ШАНС
скорая помощь

БЕСПЛАТНО!

ПО ПОЛИСУ ОБЯЗАТЕЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО СТРАХОВАНИЯ

23-03-03 + 43-03-03

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Как провести лето с пользой для здоровья

Кто из нас думает в начале лета, что оно очень быстро закончится?

Чтобы продлить лето, предлагаем провести этот жаркий сезон с максимальной пользой для здоровья. Вот несколько идей, которые отлично впишутся в ваши летние планы.

Запаситесь витаминами на год вперёд!

Иначе говоря, получите максимум пользы — прямо с грядки! А для этого «озелените» и «освежите» свой ежедневный рацион: пусть на вашем столе будет как можно больше овощей, зелени, фруктов и ягод.

Делайте овощные салаты и рагу, десерты и фреши, добавляйте ягоды и фрукты в выпечку, варите варенье и замораживайте продукты впрок. Когда, как не летом, заняться этим полезным делом?

Составьте летний фитнес-план — и следуйте ему!

Летний отдых — это не только ленивое времяпрепровождение на пляже. Проводить время можно и нужно с поль-



зой для здоровья, а для этого предлагаем вам составить свой фитнес-план на лето. Заниматься спортом лучше всего на свежем воздухе!

Выбирайте спортивные занятия, которые вам больше всего по душе:

• **Велоспорт.** Когда вы крутите педали, работают мышцы таза и ног, а также подключаются мышцы живота, бёдер, икры и лодыжки.

• **Бег.** Хватит откладывать пробежки «до подходящего момента», а то он может так и не наступить! Покупайте новые кроссовки — и вперёд, по стадиону, лесу, набережной, парку... навстречу стройной фигуре.

• **Волейбол.** Во время этой подвижной игры на пляже вы не только сбросите лишние килограммы, но и приобретёте красивый равномерный загар.

• **Йога на природе.** Занимаясь йогой на свежем воздухе, вы улучшаете свою фигуру и общее самочувствие, расслабляетесь и учитесь контролировать своё тело и эмоции.

• **Акваэробика.** Вода — наш надёжный партнёр, если нужно быстро подтянуть тело и привести в тонус все группы мышц. Тем более, что летом можно купаться и плавать не только в бассейне, но и в любом открытом водоёме.

<https://www.kleo.ru/items/zdorovie>

акция действует по 31.09.2019

ЖАРКАЯ СКИДКА 15% НА ВСЁ!

5% Скидка на препараты списка ЖНВЛП

По адресу П. Галушина, 23 - ежедневно
По адресу Кд. Партизан, 28 - каждый четверг
Акция на заказы через apteka.ru не распространяется!
Лицензия №70-29-02-000605 от 20.01.2014 г.

ВАКАНСИЯ

ВРАЧ – НЕФРОЛОГ

ЦЕНТР АМБУЛАТОРНОГО ГЕМОДИАЛИЗА АРХАНГЕЛЬСК

з/п 60-100 тыс. руб

Профессиональные требования: Высшее медицинское образование по специальности «Лечебное дело», «Педиатрия». **Сертификат по специальности:** «Нефрология», «Терапия», «Педиатрия», «Урология», «Хирургия» или «Общая врачебная практика».

Стаж работы по специальности не менее 5 лет.

Личные качества: ответственность, умение быстро принимать решение, внимательность, умение слышать других, владеть своими эмоциями.

Условия: Полная занятость, сменный график работы. Получение сертификата врача-нефролога за счет медицинской организации. Возможность работы более 1 ставки.

Место работы: Центр амбулаторного гемодиализа, Архангельск, Суфтина, 18. Резюме направлять на avamedicina29@yandex.ru

АВА КЛИНИК многопрофильное медицинское учреждение

ВАКАНСИЯ

МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА

з/п от 30 000 руб.

Профессиональные требования Средне-специальное образование. Действующий сертификат по специальности «Сестринское дело». Стаж работы 1-3 года

Условия: Сменный график. Полная занятость. Желание обучаться

Личные качества: Грамотная речь. Уравновешенный и неконфликтный характер.

Место работы: Архангельск, Суфтина, 18. Резюме направлять на avamedicina29@yandex.ru

ОБЪЯВЛЕНИЕ **СДАЮТСЯ В АРЕНДУ** **Окружное шоссе.**
СКЛАДСКИЕ И ТОРГОВЫЕ ПЛОЩАДИ **Телефон 8 921 814 14 11**

ЭКСКАВАТОР JCB 4СХ
ВЫГОДНАЯ АРЕНДА

ЗАКАЖИТЕ от 1 300 до 1 600 руб./ч
Опт: 1 300 руб./ч от 8 ч

- строительные и дорожные работы
- планировка территорий и дачных участков
- рытье траншей, ям
- корчевка и удаление пней
- погрузка и уборка мусора (снега)

Большой опыт работы с клиентами!
У нас работают только опытные водители!

Звоните: 44-48-11, 44-48-25

ТОРГОВЫЙ КОМПЛЕКС ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ

торговый комплекс **«На Окружной»**

► **КАССИРА** ► **ПРОДАВЦА**
► **КАССИРА-РАЗДАТЧИКА В СТОЛОВУЮ**

ДОСТОЙНАЯ ЗАРПЛАТА, ПОЛНЫЙ СОЦПАКЕТ, ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ!

ЗВОНИТЕ! 62-62-62, доб. 327, 106.

В группу компаний ЗАО «Торговый комплекс «На Окружной» требуется специалист по охране труда, пожарной безопасности, ГО и ЧС.
З/плата 40 000 руб.
Тел.: 626262, доб. 196. Email: ag29@mail.ru