

ПОЛИКЛИНИКА №1

на Сивцевом Вражке

ИЗДАЕТСЯ ФЕДЕРАЛЬНЫМ ГОСУДАРСТВЕННЫМ БЮДЖЕТНЫМ УЧРЕЖДЕНИЕМ «ПОЛИКЛИНИКА № 1» УПРАВЛЕНИЯ ДЕЛАМИ ПРЕЗИДЕНТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ТЕМА НОМЕРА

Магнитно-резонансная томография: что нужно знать перед исследованием?



Большинство пациентов знакомы с МРТ — магнитно-резонансной томографией, проходили это исследование.

Однако у многих до сих пор остаются вопросы, которые касаются данного метода диагностики. На некоторые из них ответила заведующая отделением магнитно-резонансной томографии Екатерина Владимировна Буцко.

Продолжение на стр. 3

В НОМЕРЕ



Главное — здоровье!

Избыточный вес и заболевания печени

Стр. 2

Компетентно

Медико-генетическое консультирование в неврологии

Стр. 4



Актуально

Аллерген-специфическая иммунотерапия

Стр. 5

Метод

Физиотерапия для подготовки перед программой ЭКО

Стр. 6

Эстетическая медицина

Карбокситерапия в дерматовенерологии и косметологии

Стр. 7

ОБРАЗ ЖИЗНИ

Когда пора идти к психологу?

Некоторые люди считают, что обращаться к психологу стыдно, бесполезно, глупо, а если уж идти за помощью, то только в самых исключительных, тяжелых случаях, когда «я не могу так дальше продолжать жить». Если мне встречаются такие убеждения, я привожу в пример профилактическое посещение стоматолога: лучше ходить на прием раз в полгода и проверять здоровье полости рта, а не дожидаться момента, когда потребуется серьезное

лечение с удалением нерва или даже зуба.

В ситуации с обращением к психологу история примерно такая же. К тому моменту, когда все вокруг становится абсолютно нестерпимым, зачастую только психолог решить проблему уже не сможет, либо это будет более длительная работа, возможно, потребуется консультация психиатра для медикаментозного лечения.

Продолжение на стр. 2

Стр. 5 Карбокситерапия в ревматологии

Карбокситерапия — это метод лечения с помощью локального воздействия углекислого газа (CO₂). Метод уже много лет используется для терапии самых разных заболеваний, в том числе и для лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата. Особую популярность карбокситерапия приобрела в санаторно-курортном лечении.

Стр. 7 Скидки на косметологические процедуры

До 31 декабря 2022 года несколько сезонных акций проходят в отделении дерматовенерологии и косметологии. Скидки предоставляются на процедуры по телу на аппаратах ICOONE LASER и Body FX, на фракционный радиочастотный лифтинг кожи, который проводится с помощью насадки Morpheus8, на инъекционную контурную пластику лица и биоревитализацию кожи.



Елена Васильевна Ржевская,
главный врач
ФГБУ «Поликлиника № 1»
Управления делами
Президента
Российской Федерации

Врачи постоянно напоминают о главном принципе сохранения здоровья — ежегодных профилактических осмотрах. К сожалению, процент граждан России, которые регулярно проходят диспансеризацию, остается не таким высоким, как того хотелось бы.

По данным Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ), 81% россиян с той или иной периодичностью обращаются в медицинские учреждения. Однако треть опрошенных (32%) записываются на прием к врачу в случае острой необходимости, а 18% — если не смогли самостоятельно справиться с возникшими жалобами. И только 17% обращаются за медицинской помощью сразу при возникновении жалоб или обострении хронических заболеваний.

Отдельно стоит сказать о предупреждении заболеваний. Исследование показывает, что регулярно за своим состоянием здоровья следят лишь 14% россиян. Причем чаще профилактические осмотры проходят граждане в возрасте 60 лет и старше — 19%.

Нужно быть ответственным за состояние своего здоровья, бережно к нему относиться, вести здоровый образ жизни и советовать делать то же самое своим близким.

Для пациентов, которые наблюдаются в Поликлинике на протяжении нескольких лет, профилактические осмотры являются одной из «правильных» привычек. Это позволяет людям сохранять высокое качество жизни, продлевать молодость и активное долголетие.

ОБРАЗ ЖИЗНИ

Когда пора идти к психологу?

Продолжение. Начало на стр. 1

Как же понять, что пора обратиться к специалисту? Одним из «звоночков» может быть продолжительный сниженный фон настроения, или так называемая апатия. Это не два-три дня грусти, а состояние, которое прослеживается на протяжении минимум двух недель. Как правило, оно характеризуется сниженным аппетитом, усталостью, сонливостью, пониженным либидо (сексуальным влечением), плаксивостью и т.д. Однако к психологу можно — и нужно! — обращаться без выраженной симптоматики.

На консультацию можно идти, если вы:

- переживаете тяжелую жизненную ситуацию;
- хотите перемен, но не готовы их осуществить;
- потеряли близкого человека;
- не можете найти общий язык

с каким-то определенным человеком или выстроить отношения, которые уже есть;

- испытываете различные страхи, например за свою жизнь, и это связано с какими-то событиями, которые происходили или происходят в настоящее время.

Обратиться к специалисту можно и не имея четкой проблемы. На первых трех встречах психолог поможет сформулировать запрос и далее начать работу с ним.

Хочется еще затронуть тему стеснения визита к психологу. Первое, что скажу — это нормально. Психолог — человек со своими эмоциями, мыслями и чувствами, и это неудивительно, что вы, как пациент, можете бояться осуждения, думать о бессмысленности, глупости своего запроса, слишком интимной темы и т.д. Хороший



специалист отдаст себе в этом отчет и понимает, что некоторые люди готовы «с лету» все рассказать и поделиться наболевшим, а другим нужно время, чтобы привыкнуть к человеку, месту, формату разговора. Не стоит бояться консультации,

не обязательно выкладывать все как на духу в первую встречу, если не комфортно, дайте себе время привыкнуть.

Эвелина Романовна Щербатовская,
медицинский психолог
психиатрического отделения

ГЛАВНОЕ — ЗДОРОВЬЕ!

Избыточный вес и заболевания печени

11 октября по инициативе Всемирной организации здравоохранения отмечается Всемирный день борьбы с ожирением. С каждым годом людей с избыточным весом и ожирением становится все больше. Это серьезная проблема современного общества, которая приводит к заболеваниям опорно-двигательного аппарата, увеличивает риск развития патологий сердца и сосудов, онкологии, диабета, негативно сказывается на нервной системе человека.



Главной причиной избыточного веса является энергетический дисбаланс. Люди все больше потребляют продуктов с высокой калорийностью и повышенным содержанием жира, однако их физическая активность снижается. Избыточное потребление жирной пищи мо-

жет провоцировать заболевания печени. Существует такое понятие, как неалкогольная жировая болезнь печени (жировая инфильтрация печени, стеатоз), которая развивается из-за накопления жира в клетках печени — гепатоцитах. Некоторые пациенты с жировой

инфильтрацией печени при наличии определенных критериев попадают в группу с высоким риском прогрессирования заболевания, то есть переходом в следующую стадию — фиброза печени.

Что такое фиброз печени? Это процесс замещения клеток печени соединительной тканью. До определенного времени фиброз обратим, однако затем он переходит в цирроз, и орган перестает выполнять свои функции. Чтобы предотвратить прогрессирование процесса, необходимо своевременно диагностировать фиброз на ранних стадиях.

Многие поражения печени, в том числе и неалкогольная жировая болезнь, протекают бессимптомно. Обнаружить проблему можно только по результатам анализа крови и ультразвукового исследования. Современным методом диагностики фиброза печени является фиброэластометрия печени.

Данный метод напоминает УЗИ, однако в фиброэластометрии используется не звуковая волна, а электромагнитные импульсы. Анализ полученных данных отражает плотность тканей и позволяет выявить фиброз. Исследование длится не более 20 минут и не требует специальной подготовки. Процедура безболезненна, не имеет побочных эффектов, а результат доступен сразу после сканирования. Альтернативой данному исследованию может быть только пункционная биопсия печени, которая является инвазивным методом и проводится в стационаре.

Печень — жизненно важный орган. Она синтезирует белки, ферменты, факторы свертываемости крови, участвует в хранении питательных веществ, расщеплении жиров, выводит из организма алкоголь и другие токсические вещества. Печень очень уязвима для вирусных инфекций, лекарств и прочих факторов внешней среды, но так как в ней нет нервных окончаний, она долгое время никак не сигнализирует о проблемах. Предотвратить их помогут здоровый образ жизни и ежегодные профилактические осмотры.

Валерия Евгеньевна Бунева,
врач-гастроэнтеролог
отделения гастроэнтерологии
и гепатологии

«Поликлиника на Сивцевом Вражке» (№ 59)
Учредитель: ФГБУ «Поликлиника № 1»
Управления делами Президента Российской Федерации
Главный редактор: Е.В. Ржевская
Редактор: И.В. Ховалкин
Фотограф: А.Я. Ирисметов
Дизайнер, бильд-редактор: С.В. Герасимова

Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций.
Свидетельство о регистрации: ПИ № ФС77-46243 от 19.08.2011 г.
Газета распространяется бесплатно
Тираж: 3 000 экз.

Адрес издателя и редакции: 119002, Москва, пер. Сивцев Вражек, д. 26/28
Адрес типографии: 117545, Москва, Варшавское шоссе, д. 125 Д, корп. 2, оф. 205
Время подписания в печать по графику: 06.10.2022
Время подписания в печать фактическое: 06.10.2022
Дата выхода в свет: 14.10.2022

+6



УПРАВЛЕНИЕ ДЕЛАМИ ПРЕЗИДЕНТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ТЕМА НОМЕРА

Магнитно-резонансная томография: что нужно знать перед исследованием?



Продолжение. Начало на стр. 1

— Каким оборудованием оснащено отделение МРТ?

— В нашем отделении несколько томографов. Все виды исследований проводятся на высокопольном томографе закрытого типа мощностью 1,5 Тесла. Также есть низкопольный томограф открытого типа, который предназначен для диагностики суставов, его мощность — 0,3 Тесла.

— Какие редкие, эксклюзивные виды МРТ проводятся в отделении?

— Мы проводим все виды МРТ-исследований: от стандартных до узконаправленных, например МРТ молочной железы или мошонки. В этом году мы стали делать МРТ полового члена. С помощью данного метода выявили злокачественные изменения у нескольких пациентов и своевременно провели лечение. Проводим исследования прямой кишки и анального канала. А для диагностики образований в печени используем специальный контрастный препарат «Примовист», который позволяет отличить метастазы от первичной опухоли и выявить мельчайшие очаги, невидимые при обычном исследовании.

— Есть ли ограничения по весу при проведении МРТ?

— Да. На томографе мощностью 1,5 Тесла (Toshiba) допустимый вес пациентов — 120 кг, на суставном томографе (Ренекс) — 150 кг. Если вес превышает указанные цифры, администраторы нашего отделения помогают пациенту собрать необходимый пакет документов для проведения диагностики в

других медицинских учреждениях Управления делами Президента Российской Федерации.

— Кому нельзя делать МРТ?

— МРТ нельзя проводить пациентам с кардиостимуляторами, инсулиновыми помпами, клипсами на сосудах головного мозга, наличием металломагнитных инородных предметов в теле. Дело в том, что магнитное поле разогревает и притягивает их, поэтому возможны ожог и повреждение тканей.

Никелид-титановые протезы и другие ортопедические металлоконструкции не имеют подобных свойств, поэтому их наличие не является ограничением при проведении томографии.

Еще МРТ не проводится в первом триместре беременности.

— Можно ли делать МРТ со стентами или протезированными клапанами на сердце?

— Наличие сосудистых стентов на сердце не является противопоказанием к проведению исследования. Однако желательно магнитно-резонансную томографию проходить не раньше чем через три месяца после установки стента, потому что процедура может спровоцировать нагревание и смещение конструкции.

Если у пациента имеется протезированный сердечный клапан на сердце, то важно выяснить, из какого материала он изготовлен. Проведение возможно, если клапан является биологическим, например свиным. В остальных случаях МРТ противопоказана. Перед самим исследованием пациент должен предоставить выписки, чтобы убедиться, что томография безопасна.

— Можно ли делать МРТ с брекетами?

— Небольшие ограничения имеются только при исследовании головного мозга и гипофиза. Так как брекеты сделаны из металла, то они могут вызвать помехи и исказить зону сканирования. Зубные импланты и коронки не являются противопоказанием и не вызывают серьезных помех, поэтому делать МРТ можно даже сразу после посещения стоматолога.

— Можно ли после МРТ сразу же делать рентген?

— Поскольку в этом методе диагностики не используется ионизирующее облучение, то в день проведения МРТ можно делать не только рентген-исследования, но и УЗИ, маммографию, эндоскопию, компьютерную томографию. Однако если планируется МРТ с внутривенным контрастированием, то в этот день не рекомендуется проходить компьютерную томографию с контрастированием. А если в день проведения МРТ с контрастом необходимо сдать анализы крови, то МРТ рекомендуется делать после данной процедуры.

МРТ — безопасный метод диагностики, поэтому проходить эти исследования можно настолько часто, насколько в этом есть необходимость.

— Нужна ли подготовка к проведению МРТ?

— При исследовании головного мозга, позвоночника и суставов никакой подготовки не требуется. При проведении МРТ суставов перед исследованием лучше не использовать кремы, мази, так как они могут вызвать помехи при сканирова-

нии, а при исследовании головного мозга и гипофиза не рекомендован макияж, ведь в состав некоторых видов косметики входят металлические частицы, которые создают помехи и могут исказить результаты диагностики.

Специальная бесшлаковая диета нужна перед исследованием органов брюшной полости и малого таза. Администратор отделения подробно расскажет, как нужно подготовиться к исследованию, при необходимости даст распечатку с рекомендациями.

— Как пройти МРТ пациентам с клаустрофобией или с паническими атаками?

— При проведении МРТ в закрытом томографе в случае клаустрофобии или панических атак накануне исследования рекомендуется принять легкое успокоительное средство или прийти на обследование с близким человеком, который может находиться рядом. В помещении, где стоят томографы, светло и просторно, температура комфортная. Сотрудники отделения постоянно наблюдают за пациентом через стекло и держат с ним связь.

К сожалению, отдаленными последствиями перенесенной коронавирусной инфекции нередко стали панические атаки. И таких пациентов становится все больше. У нас в отделении есть томограф открытого типа, где можно пройти исследования суставов. Пациенты во время исследования на данном томографе могут расслабиться и послушать в наушниках приятную музыку или даже посмотреть фильм.

— Как пройти МРТ с контрастом пациентам с «плохими» венами, особенно после химиотерапии?

— Мы предлагаем введение контрастного вещества через

венозный порт при его наличии. Пациентам, которые проходят курс химиотерапии, мы сделали доступной данную процедуру.

— Всегда ли врачи-рентгенологи могут оценить динамику?

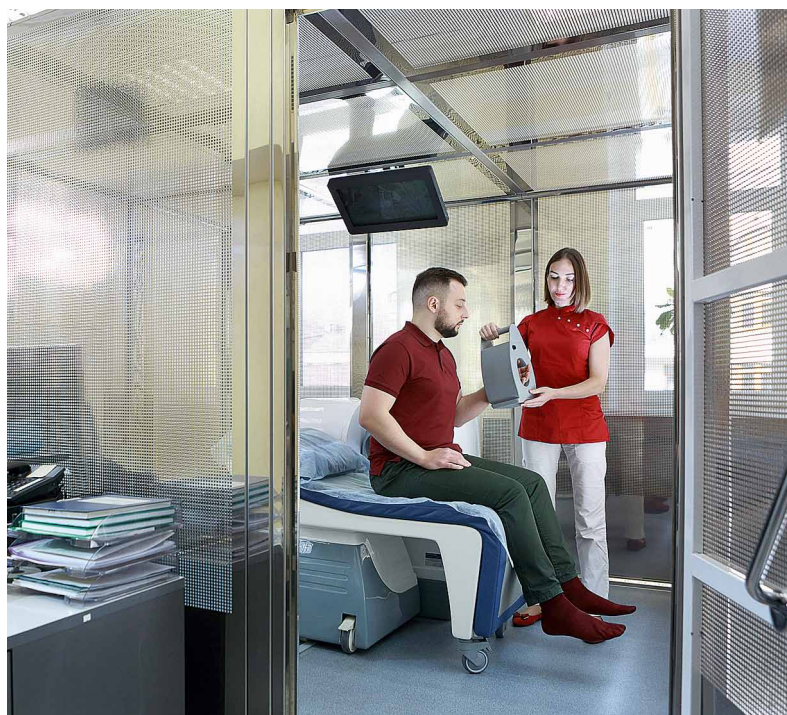
— Конечно, ведь для оценки лечения необходимо сравнивать данные с предыдущими исследованиями. Если пациент проходил магнитно-резонансную томографию или компьютерную томографию, то все данные хранятся в архиве нашей Поликлиники. Если же исследование выполнено в другом медицинском учреждении, то нужно принести данные предыдущих исследований: заключения, диски, снимки. Онкологическим пациентам необходимо принести данные по ранее проведенной химиотерапии, лучевой терапии, послеоперационные выписки.

— В чем главные преимущества отделения магнитно-резонансной томографии Поликлиники?

— Прием ведут врачи высокой квалификации с большим опытом практической работы. В сложных диагностических случаях в отделении регулярно проводятся консилиумы с участием заведующей и врачей-рентгенологов.

К каждому пациенту мы находим индивидуальный подход. Если у пациентов возникают какие-либо вопросы, то врач всегда даст исчерпывающую информацию. Все исследования, проведенные в Поликлинике, архивируются у нас в базе данных, поэтому их легко восстановить в случае утраты.

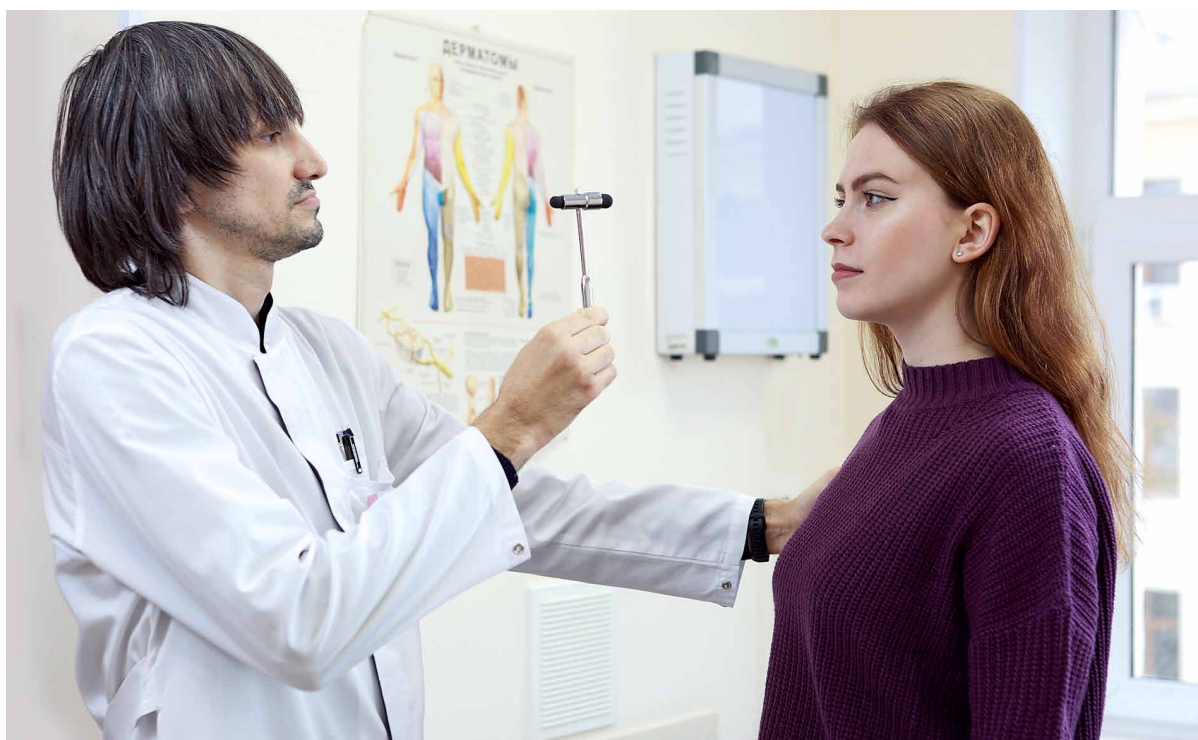
В нашем отделении пациенты окружены вниманием и заботой, а также проходят все диагностические процедуры в уютной атмосфере. А еще мы учли многочисленные просьбы и открыли дополнительный прием в вечернее время по субботам.



КОМПЕТЕНТНО

Электроэнцефалография при функциональных расстройствах нервной системы

При различных заболеваниях и патологических состояниях нервной системы может быть назначена электроэнцефалография (ЭЭГ). Это исследование позволяет регистрировать биоэлектрическую активность нейронов головного мозга. На электроэнцефалограмме отображаются ритмы различной частоты и амплитуды с характерной пространственной организацией и реактивностью на внешние стимулы. При наличии заболевания центральной нервной системы формируются патологические формы активности.



Электроэнцефалография проста в использовании и позволяет проводить длительный мониторинг мозговой и функциональной активности. Наиболее информативная регистрация ЭЭГ у пациентов с эпилепсией. Это

единственное амбулаторное исследование, которое позволяет дифференцировать эпилептические и симптоматические приступы. С его помощью можно идентифицировать степень нарушения работы мозга в межприступ-

ные периоды. Однако при отсутствии клинических проявлений эпилепсии диагноз не может быть поставлен. Также нельзя исключить заболевание и при нормальном ритме ЭЭГ, если эпилептические приступы имеются.

Результаты исследования зависят от возраста пациента, лекарственной терапии, времени последнего приступа, наличия тремора (дрожания) головы и конечностей, нарушений зрения, дефектов черепа.

Электроэнцефалография применяется в качестве скринингового метода при подозрении на наличие новообразований головного мозга: поверхностно расположенной опухоли, внутримозговой или височной локализации. Для уточнения диагноза пациента направляют на дополнительное исследование, чаще томографическое.

С помощью ЭЭГ можно следить за динамикой действия лекарственных препаратов, оценить степень нарушения работы мозга, исследовать функциональное состояние мозга у людей, у которых структурные методы исследования, например магнитно-резонансная томография, показывают, что мозг — без патологических изменений, но при этом имеются признаки клинической дисфункции мозга.

Наибольшая ценность повторных исследований ЭЭГ — для оценки скорости и полноты устранения признаков функциональных нарушений работы мозга, прогнозирования эффективности лечения.

ЭЭГ совершенно безвредна, доступна в проведении, не требует особой подготовки. Пациент находится в положении сидя в кресле или лежа на кушетке

с закрытыми глазами. С помощью специального шлема на голове прикрепляются электроды, соединенные с электроэнцефалографом. Аппарат усиливает потенциалы, полученные с датчиков, а затем фиксирует их на бумажных и электронных носителях.

В настоящее время электроэнцефалографию дополняют новые высокотехнологичные методы: позитронно-эмиссионная и функциональная магнитно-резонансная томография (ПЭТ и ФМРТ). С помощью этих исследований возможно получить детализированное изображение структур мозга, фиксировать мозговую функциональную активность. Однако ПЭТ и ФМРТ основаны на измерении вторичных метаболических изменений в ткани мозга, а не первичных, то есть электрических процессов в нервных клетках. ЭЭГ показывает один из основных параметров работы нервной системы — свойство ритмичности, которое отражает согласованность работы разных структур мозга. Следовательно, при записи электроэнцефалограммы врач видит схему процессов, показывая не только «где», но и «как» информация обрабатывается мозгом. Именно эта возможность делает ЭЭГ уникальным и ценным методом диагностики.

Эльдар Мухадинович Узденов, врач-невролог отделения неврологии, мануальной терапии и рефлексотерапии

Медико-генетическое консультирование в неврологии: значение и возможности доклинической диагностики

Приятно отметить, что в последнее время пациенты обращаются на генетическую консультацию задолго до постановки заключительного диагноза, т. е. на этапе диагностического поиска.

Особенно актуально генетическое обследование в неврологии, потому что неврологические заболевания характеризуются прогрессирующим типом течения и могут приводить к тяжелой физической и психической инвалидности. Именно поэтому важная роль в работе врача-генетика отводится определению группы риска — членов семьи, которые предположительно являются носителями гена болезни и могут заболеть в будущем или пе-

редать данный ген потомству. Например, при Хорее Гентингтона в группу риска входят дети больного, а также его братья и сестры — для них риск унаследовать патологический генетический вариант составляет 50%. При болезни Фридрейха группу риска составляют братья и сестры пациента, для которых генетический риск оценивается в 25%. Поскольку болезнь обычно развивается в возрасте 10–20 лет, вероятность заболеть выше у родственников,

входящих в данную возрастную группу. При X-сцепленной мышечной дистрофии Дюшенна/Бекера к группе риска относятся мужчины-родственники консультируемого по материнской линии. Сестры пациента имеют высокий риск носительства гена болезни — 50%. Их сыновья в будущем с вероятностью 50% будут страдать данным заболеванием, дочери с 50% вероятностью будут здоровы либо являться клинически здоровыми носителями.

Именно у родственников группы риска целесообразно доклиническое — проспективное — генетическое обследование.

Однако данный вид диагностики выполняют только у совершеннолетних родственников после подписания ими информированного согласия. Не следует проводить диагностику у лиц с психическими расстройствами, злоупотребляющих психоактивными веществами, имеющих суицидальные наклонности или не обладающих достаточной социальной поддержкой.

Применение современных методов генетического анализа позволяет составить точ-

ный прогноз развития и течения заболевания, тем самым уменьшить чувство неопределенности, дать основу для составления принципиальных планов на будущее, помочь сделать осознанный выбор в пользу конкретного образа жизни, принять решение о планировании семьи. В последующем значение доклинической генетической диагностики будет неуклонно возрастать в связи с прогнозируемым появлением в клинической практике методов генной терапии.

Наталья Витальевна Андропова, к.м.н., врач-генетик эндокринологического отделения

МЕТОД

Карбокситерапия в ревматологии

Продолжение. Начало на стр. 1

Процедура карбокситерапии достаточно проста: углекислый газ из специального устройства через очень тонкую иглу вводится в болезненную область. Врач выполняет несколько инъекций в точки, выбираемые по анатомическому принципу. Введение CO_2 происходит через иглу в течение двух-четырех секунд.

Пациент может почувствовать кратковременную умеренную боль, но менее выраженную, чем при обычных внутримышечных инъекциях. К тому же этот метод лечения намного экономичнее, ведь для его проведения не требуется дорогих препаратов, и имеет относительно небольшой спектр противопоказаний — в основном это гнойничковые заболевания кожи, острые инфекционные заболевания, тромбозы,

выраженные отеки, боязнь уколов.

Углекислый газ увеличивает толерантность клеток к недостатку кислорода, а в отсроченном периоде — приток кислорода к клеткам. А также стимулируется образование новых сосудов — этот процесс называется «неоангиогенез». Процедуры обладают противовоспалительным, антиоксидантным, сосудорасширяющим и обезболивающим эффектами.

Показаниями к карбокситерапии в ревматологии и травматологии являются боли в суставах и околосуставных мягких тканях, в мышцах и спине. Как правило, пациенту ставятся такие диагнозы, как артроз, периартрит, тендинит (или тендиоз), эпикондилит и трохантерит.

Отдельно хотелось бы рассказать об успешном при-

менении карбокситерапии в лечении эпикондилита — воспалительно-дегенеративного заболевания сухожилий, которые крепятся к плечевой кости в области локтя. Если пациент жалуется на боль, которая возникает по наружному краю локтевого сустава, это заболевание называется «латеральный эпикондилит», или «локоть теннисиста», а если по внутреннему — то «медиальный эпикондилит», или «локоть игрока в гольф». Стандартным лечением данной патологии являются назначение противовоспалительных препаратов, физиотерапия и покой для больного сустава. При уменьшении болевого синдрома — занятия лечебной физкультурой. Однако с помощью такой терапии не всегда удается достичь значимого клинического улучшения, и в этом случае основным методом лечения являлась локальная инъекционная терапия гормональными препаратами. Она обладает сильным противовоспалительным действием, однако дегенеративные изменения в самом сухожилии остаются, а при частом локальном применении гормональных препаратов, наоборот, происходит их нарастание. В то же время карбокситерапия, помимо



противовоспалительного действия, обладает репаративными эффектами на поврежденные ткани, что позволяет добиться излечения эпикондилита.

После проведения процедуры карбокситерапии у некоторых пациентов могут наблюдаться небольшой отек в месте проведения инъекции, покраснение места введения препарата, небольшой кровоподтек в месте инъекции.

Преимуществами применения карбокситерапии по сравнению с другими способами лечения перечисленных забо-

леваний является ее безопасность, минимальная инвазивность и сочетаемость с другими физиотерапевтическими видами процедур и медикаментозным лечением. Эффективность повышается в комплексном лечении, а сама процедура имеет накопительный эффект и длительное действие — от четырех месяцев до полугода. Как правило, достаточно трех-пяти процедур с введением газа по 10–20 точкам.

Сергей Игоревич Чирков, врач-ревматолог ревматологического отделения

АКТУАЛЬНО

Аллергенспецифическая иммунотерапия

Лечение аллергических заболеваний — это комплексная терапия, которая должна включать не только исключение контакта с аллергеном и медикаментозное лечение, но и аллергенспецифическую иммунотерапию. И конечно же, необходимо научить пациента принципам контроля своего состояния, благодаря чему можно предупредить возникновение обострений.

Наиболее эффективным методом лечения аллергических заболеваний является аллергенспецифическая иммунотерапия (АСИТ), которая на длительное время избавляет человека от симптомов и помогает предотвратить прогрессирование болезни.

В чем отличия между применением стандартных противоаллергических препаратов и АСИТ? Обычные лекарственные средства против аллергии прекращают свое действие, как только пациент перестает их принимать. АСИТ же нацелена на долговременный эффект.

АСИТ показана пациентам с аллергическими заболеваниями, причинный аллерген у которых не может быть полностью устранен. Такой метод применим при аллергии к клещам домашней пыли, пыльце растений, проводится пациентам с бронхиальной астмой, аллергическим ринитом, поллинозом, atopическим дерматитом. В настоящее время в научно-исследовательских центрах ведутся разработки АСИТ аллергенами

из шерсти животных, насекомых, пищевыми аллергенами. При введении в аллергологическую практику данных методов они будут проводиться и в нашей Поликлинике.

Метод АСИТ достаточно необычный, ведь человеку, пусть и в очень маленькой дозе, вводят тот аллерген, от которого он страдал в период обострения болезни.

Должны быть соблюдены все предосторожности, чтобы пациент неуклонно продвигался к ремиссии своего заболевания и не было неблагоприятных реакций на аллерген. Поэтому проводят АСИТ только врач-аллерголог, хорошо владеющий данным методом лечения.

На приеме врач-аллерголог выясняет, в каких ситуациях, в какое время года и как проявляются симптомы аллергии, определяя круг «подозреваемых» аллергенов. Аллерген для данного вида иммунотерапии подбирается при проведении кожного тестирования или путем определения аллергенспецифических антител класса IgE

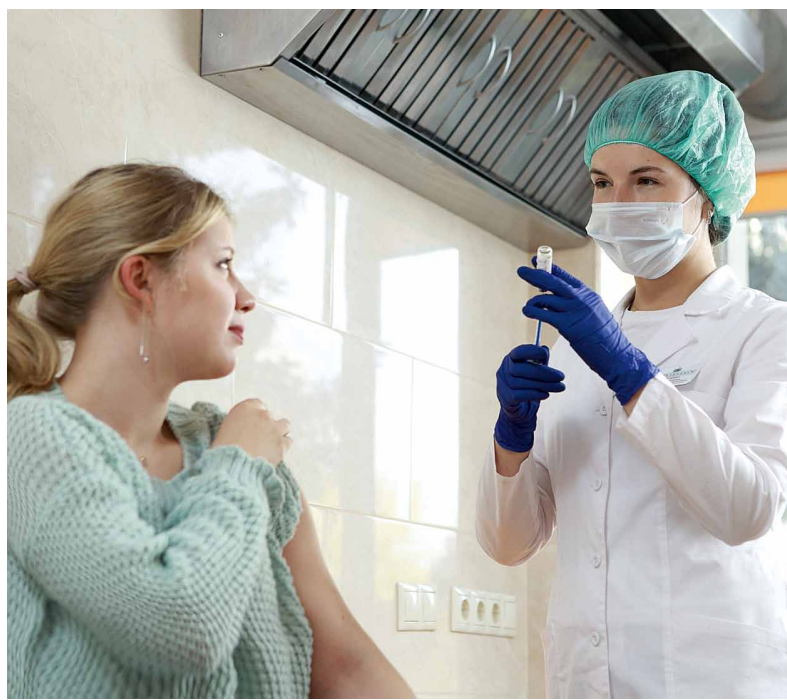
в крови пациента. Далее врач оценивает, нет ли противопоказаний к данному методу лечения. При наличии показаний и отсутствии противопоказаний доктор знакомит пациента с предварительной схемой лечения, т.к. каждый курс АСИТ индивидуален и в процессе лечения корректируется врачом в зависимости от нескольких факторов, например от переносимости аллергена.

Существуют два метода введения аллергена: сублингвальный и подкожный. При проведении АСИТ сублингвальным методом препарат помещается под язык: в первый раз в кабинете врача, а в дальнейшем — в домашних условиях. Однако необходимо контролировать схему, дозировку и состояние пациента, поэтому он должен будет несколько раз в течение курса терапии посещать своего лечащего врача.

При подкожном методе аллерген с помощью инъекции вводится человеку в область плеча в аллергологическом процедурном кабинете, и состояние пациента некоторое время контролирует доктор.

Важно строго следовать рекомендациям лечащего врача в отношении схемы лечения, поддержания гипоаллергенного быта и при необходимости соблюдения гипоаллергенной диеты, а также провести полный курс терапии.

После лечения пациент не остается один со своим заболеванием. Вместе с врачом он



оценивает эффективность проведенной терапии, составляется дальнейший план наблюдения.

В результате проведения АСИТ значительно снижается или исчезает чувствительность организма к причинному аллергену, уменьшаются или даже полностью прекращаются проявления симптомов болезни, пациент реже или совсем не нуждается в противоаллергических лекарствах. Этот метод лечения предупреждает также переход аллергического ринита в астму.

С каждым годом аллергенспецифическая иммунотерапия совершенствуется: модифицируются аллергены и схемы про-

ведения лечения. Как правило, курс АСИТ проводится от трех до пяти лет подряд. В зависимости от заболевания, вида аллергена и некоторых других факторов он может быть предсезонным, предсезонно-сезонным, круглогодичным. Какой именно нужен пациенту, определяет врач-аллерголог. Поэтому первым шагом на пути к своему здоровью является посещение врача.

Ирина Анатольевна Михалина, к.м.н., врач-аллерголог-иммунолог отделения аллергологии и иммунологии, пульмонологии и инфекционных заболеваний

ФИЗИОТЕРАПИЯ

Как подготовиться к ЭКО?



Сегодня все чаще женщины страдают от бесплодия. И даже процедуры экстракорпорального оплодотворения (ЭКО) не принесут результата, если не наступят благоприятные условия для желанной беременности.

Одно из условий эффективной попытки ЭКО — такое состояние слизистой оболочки полости матки, при котором обеспечивается ее успешное взаимодействие с эмбрионом и в дальнейшем развитие беременности. При этом все чаще причиной ненаступления беременности или ее невынашивания является гипоплазия эндометрия. Это заболевание, при котором истончается слизистый слой матки, выстилающий ее поверхность. Если эндометрий слишком тонкий, то в нем нет условий, позволяющих яйцеклетке прикрепиться к матке, а зародышу — развиваться внутри нее. Следовательно, яйцеклетка не может нормально закрепиться, и беременность не наступает. Если же это произошло, слишком тонкий эндометрий не способен также и удерживать оплодотворенную яйцеклетку. Следствием

этого является невынашивание беременности (самопроизвольный выкидыш или неразвивающаяся беременность). Таким образом эффективность технологий ЭКО очень сильно зависит от имплантационных возможностей эндометрия.

Причины

Гормональные нарушения. Формирование полноценного слизистого слоя происходит под влиянием половых гормонов, нарушения в этой сфере влечет нарушения в формировании эндометрия.

Нарушение кровообращения. Препятствует нарастанию слизистого слоя из-за недостаточного питания тканей.

Воспалительные или инфекционные процессы в малом тазу. Половые инфекции и хроническое воспаление приводит к возникновению спаек и рубцов, которые нарушают правильное развитие эндометрия.

Аборты или другие внутриматочные вмешательства. Во время процедуры повреждается базальный слой, из-за чего впо-

следствии нарушается развитие эндометрия.

Наследственность. Врожденные нарушения вызывают неправильное разрастание функционального слоя.

Физиотерапия является одним из эффективных методов подготовки перед программой ЭКО. Также она рекомендована женщинам, у которых в прошлом были самопроизвольные выкидыши и замершие беременности. Учитывая возможности физических факторов по коррекции и регуляции процессов формирования слизистого слоя, восстановлению адекватной перфузии тканей, они становятся методом выбора для пациенток, имеющих неудачи использования ЭКО, а также всех планирующих беременность, при наличии структурно-функциональных нарушений в эндометрии. В первую очередь, при функционально неполноценном эндометрии с помощью физиотерапии улучшается микроциркуляция — один из важнейших факторов полноценной имплантации и безопасного

вынашивания беременности. Восстанавливается структура тканей, улучшаются имплантационные возможности для ЭКО, то есть создаются максимально благоприятные условия для наступления беременности.

Физиотерапевтические методы

При выборе физических факторов и составления плана лечения врач учитывает исходное состояние эндометрия, характер сопутствующей гинекологической и соматической патологии, планируемые сроки проведения попыток ЭКО.

Воздействия **импульсными токами низкой частоты** (интерференционными, диадинамическими, синусоидальными модулированными). Это одна из наиболее эффективных и востребованных методик. Импульсные токи низкой частоты снимают спазм сосудов и гладкой мускулатуры, улучшают кровоснабжение тканей, оказывают обезболивающий эффект, способствуют увеличению толщины эндометрия. Также хорошо зарекомендовало себя воздействие **постоянным током** в сочетании с препаратами, улучшающими микроциркуляцию, — **лекарственный электрофорез**.

Лазеротерапия, светолечение — инфракрасные и видимые лучи эффективны при лечении воспалительных заболеваний слизистой наружных половых органов и заболеваний органов малого таза, являющихся причиной спаечно-рубцового процесса.

Воздействие ультразвуком — обеспечивает микромассаж, вызывающий приток крови и ощущение тепла, обезболивающий эффект, что также способствует созданию условий для правильного формирования эндометрия.

Магнитотерапия — расширяет сосуды, раскрывает мелкие капилляры, стимулирует кровоток и улучшает циркуляцию лимфы, приводит в норму тонус мышц органов малого таза, ускоряет деление клеток, нормали-

зуя процесс роста ткани, а также помогает устранить возможные очаги воспаления. В результате сочетания лекарств с магнитотерапией эндометрий получает усиленную доставку кислорода, витаминов, соединений, необходимых для строительства новых клеток. Это способствует естественному и безопасному решению проблемы.

Абдоминальная декомпрессия — аппаратная методика, при которой лечебное воздействие осуществляется отрицательным давлением воздуха на брюшную полость, область малого таза и опосредованно на нижние конечности. Снижение внутрибрюшного давления вызывает уменьшение внешнего давления на сосуды, расположенные в зоне декомпрессии, что способствует их расширению и кровенаполнению. В результате значительно увеличивается приток крови к органам малого таза. Наиболее часто абдоминальная декомпрессия используется в акушерской практике при фетоплацентарной недостаточности, гипотрофии и гипоксии плода, а в гинекологии — при лечении воспалительных заболеваний. Лечебные возможности данной технологии по улучшению кровообращения активно применяются и в программах подготовки к ЭКО.

В нашей Поликлинике хорошие результаты показало использование нескольких физиотерапевтических методик, включающих курс абдоминальной декомпрессии и интерференционных токов на область проекции органов малого таза. Использование физиотерапевтического лечения у пациенток с данной патологией повышает имплантационные возможности за счет повышения микроциркуляции, восстановления адекватной перфузии и реперивности в эндометрии, что приводит к восстановлению морфологической структуры эндометрия и повышению его имплантационного потенциала.

Павел Анатольевич Синдеев, врач-физиотерапевт физиотерапевтического отделения

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА

Мышцы тазового дна: причины нарушения их функции и лечение

Мышцы тазового дна, как и любые другие мышцы тела, могут быть ослаблены или напряжены. Нарушения их функции возникают при дисбалансе факторов нагрузки и патологических состояниях различных органов и систем.

Расскажем об основных причинах, которые вызывают проблемы этой области.

Варикоз вызывает застой крови и лимфы в тканях малого таза, что ухудшает сократительную способность мышц.

Дисплазия соединительной ткани из-за уменьшения выработки коллагена снижает ресурсы соединительной ткани и усиливает слабость тазового дна.

Артроз тазобедренных суставов (коксоартроз) приводит к ослаблению приводящих

мышц, брюшного пресса, поясницы, бедра и голени, которые связаны с тазовым дном.

Гиперлордоз поясничного отдела (избыточный прогиб в пояснице) приводит к нестабильности и смещению таза, это усиливает давление на тазовое дно. При этом может измениться положение крестца, что также важно.

Хроническое воспаление кишечника приводит к довольно массивному отеку, когда отечный кишечник давит на тазовое дно.

Климакс, период, когда снижается выработка всех гормонов, ведет к потере эластичности и упругости тканей тазового дна.

Гормональный дисбаланс у молодых женщин также меняет состояние тканей и мышц этой области.

Специальные методики лечебной физкультуры направлены на коррекцию мышечного дисбаланса тазового дна. Регулярные занятия восстанавливают правильное дыхание, улучшают венозный отток, укрепляют мышцы, улучшая их сократительную способность. У пациентки стабилизируется положение таза, нормализуется осанка.

Дыхательные методики снимают мышечный спазм, улучшают функцию глубоких тазовых мышц и состояние тазовой диафрагмы. Упражнения для диафрагмы также важны и входят в методику занятий, поскольку к диафрагме крепятся мышцы живота, и без дыхательных практик бороться с диастазом тазового дна практически невозможно.

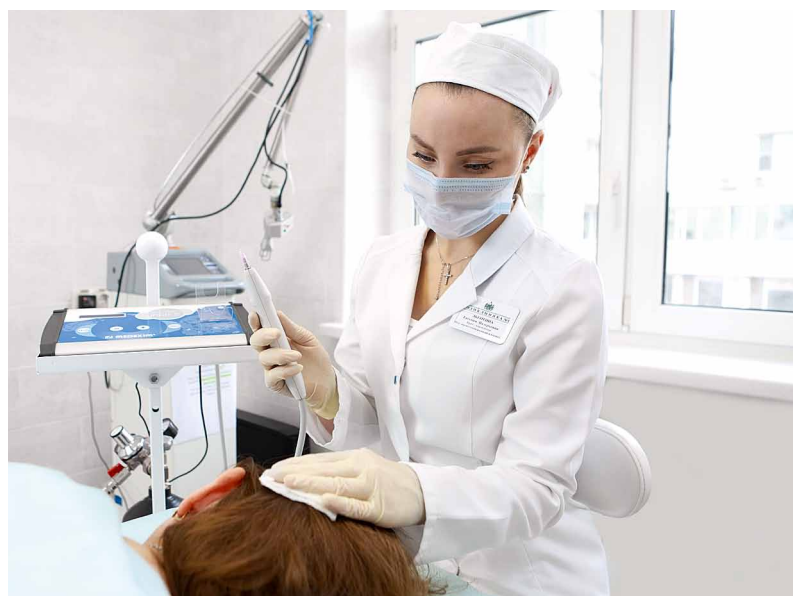
Тренировки тазового дна эффективны вместе с укреплением приводящих мышц, ягодич, мышц живота, грудного отдела. Это необходимо для правильного распределения нагрузки, т.к. мышцы пресса, поясничного отдела позвоночника, диафрагма работают как единое целое. Все это подтверждает взаимосвязь мышц тазового дна с работой различных органов и систем и важность здоровья этой области.

За дополнительной информацией обращайтесь к специалистам отделения лечебной физкультуры: 3-й корпус, 7-й этаж, тел. 8 (499) 241-08-69, добавочный 21-240.

Юлия Викторовна Рожнова, инструктор-методист по лечебной физкультуре отделения лечебной физкультуры

ЭСТЕТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА

Карбокситерапия в дерматовенерологии и косметологии



Карбокситерапия в дерматовенерологии и косметологии — метод, основанный на введении стерильного медицинского углекислого газа (CO_2), или диоксида углерода, при помощи инъекций в кожу или под кожу в целях лечения кожных заболеваний, улучшения внешнего вида.

Благотворное влияние CO_2 на кожу и ткани объясняется его физиологическими свойствами, такими как регуляция дыхания, кровообращения, обмена веществ, кислотно-щелочного равновесия, тонуса гладкой мускулатуры.

Концентрация углекислого газа в организме — величина постоянная, а ее повышение приводит к запуску каскада биохимических реакций, направленных на восстановление постоянства внутренней среды организма. В результате реализуется обезболивающий и спазмолитический эффект, активируются обменные процессы, вырабатываются эндорфины — так называемые «гормоны счастья».

CO_2 активно участвует в тканевом газообмене, воздействует на гладкомышечные клетки стенок артериол, расширяя их, обеспечивает приток крови к ткани, способствует насыщению тканей питательными веществами и кислородом. Усиление насыщения тканей кислородом объясняется эффектом Бора: при повышении содержания углекислого газа в ткани белок красных клеток крови (эритроцитов), ответственный за перенос кислорода в ткани, легче отдает кислород тканям, насыщая их. Простыми словами, чем больше в среде углекислого газа, тем легче происходит насыщение кислородом тканей. Этот процесс протекает в мельчайших сосудах.

Под действием инъекций углекислого газа на клеточном уровне происходит повышение скорости регенерации (восстановления) клеток, усиление обменных процессов и выведение продуктов обмена веществ из клеток, активация клеток кожи фибробластов, ответственных за синтез коллагеновых и эластиновых волокон в коже.

В дерматологической практике использование карбокситерапии для лечения кожных заболеваний успешно применяется как дополнительный метод к основной терапии таких заболеваний и осложнений, как псориаз, розацеа, локализованная склеродермия, трофические и диабетические язвы.

В лечении алопеции (выпадение волос), помимо применения системных и местных лекарственных препаратов, методов физиотерапии, применение карбокситерапии представляется как дополнительная возможность, которая могла бы улучшить состояние пациентов.

Восстановление кожных покровов после угревой болезни, устранение застойных пятен, атрофических рубцов, выравнивание текстуры кожи также возможно при помощи карбокситерапии, которая может использоваться и как самостоятельный метод лечения.

В косметологической практике метод активно применяется для улучшения цвета

лица, текстуры кожи, запуска процессов омоложения и лифтинга кожи. Стимуляция кровоснабжения, оксигенация кожи, тонизация венозных сосудов и улучшение лимфооттока позволяют уменьшить выраженность «темных кругов» под глазами.

При введении углекислого газа в жировую клетчатку реализуется липолитический эффект, который используется для уменьшения объемов тела, коррекции фигуры, лечения локальных жировых отложений. Благодаря улучшению кровоснабжения и питания ткани, восстановления лимфооттока происходит уменьшение проявления целлюлита.

Карбокситерапия проводится в асептических условиях процедурного кабинета. Кожа пациента обрабатывается антисептиком. Инъекции осуществляются при помощи тончайших игл, использование которых делает процедуру практически безболезненной.

Это курсовое лечение: как правило, требуется десять сеансов, которые проводятся с интервалами от семи до десяти дней. Эффекты от каждой процедуры суммируются и достигают своего пика к периоду окончания курса.

Евгения Валерьевна Лыготина,
врач-косметолог
отделения дерматовенерологии
и косметологии

Сезонные скидки на косметологические процедуры

До 31 декабря 2022 года несколько сезонных акций проходят в отделении дерматовенерологии и косметологии

«ПУТЬ К СТРОЙНОЙ ФИГУРЕ!»

Скидка 50% предоставляется:

- на первую процедуру «лимфодренаж и коррекция объемов тела» на аппарате ICOONE LASER;
- на первую процедуру «коррекция жировых отложений радиочастотным воздействием в сочетании с массажем на аппарате Body FX — одна зона» на аппарате Body FX.

Возможно, это предложение в первую очередь заинтересует тех, кто хочет попробовать процедуры эстетической медицины.

Также можно приобрести курс из десяти процедур со скидкой 20%:

- коррекция жировых отложений радиочастотным воздействием в сочетании с массажем на аппарате Body FX одной из зон — в области боковой поверхности туловища, живота, плеч, ягодиц или бедер;
- лимфодренаж и коррекция объемов тела на аппарате ICOONE LASER.

В этом случае в подарок можно выбрать одну из следующих эстетических процедур:

- карбокситерапия лица и шеи;
- RF-лифтинг лица и шеи;
- фотоэпиляция области подмышечных впадин;
- озонотерапия одной зоны.

БИОРЕВИТАЛИЗАЦИЯ КОЖИ

Скидка 20% на процедуры биоревитализации кожи. С помощью этого метода можно повысить эластичность кожи, устранить мелкие мимические морщины, восстановить четкость линии скул и овал лица.

Эффект от биоревитализации не только эстетический, но и лечебный: улучшается внешний вид кожи, омолаживается ее структура — за счет выработки новых волокон коллагена и эластина.

СОВЕРШЕНСТВО КОНТУРОВ ЛИЦА И ТЕЛА БЕЗ ОПЕРАЦИИ

Скидка до 25% действует на процедуры фракционного радиочастотного лифтинга кожи, которые проводятся насадкой Morpheus8 на многофункциональной платформе InMode.

С помощью Morpheus8 без хирургического вмешательства можно скорректировать овал лица и сделать подтяжку кожи, улучшить ее текстуру, активизировать выработку нового коллагена. Процедуры проводятся для кожи лица, шеи и декольте, живота, голени, внутренней поверхности бедер, кожи рук (плечи).

Также в рамках этой акции в подарок предоставляется аутоплазменная терапия одной из зон — лица, шеи, декольте или головы.



ИНЪЕКЦИОННАЯ КОНТУРНАЯ ПЛАСТИКА ЛИЦА

Скидка 20% предоставляется на процедуры инъекционной контурной пластики лица. Это эффективный способ коррекции:

- возрастных изменений кожи: носогубных складок, морщин в уголках глаз, межбровных морщин, овала лица и скул;
- посттравматических и патологических дефектов: рубцов, угревой болезни — постакне;
- формы губ, подбородка, устранения асимметрии лица.

Метод является альтернативой пластической операции: результат достигается за счет введения в проблемные области различных инъекционных препаратов — микроимплантатов.

Отделение дерматовенерологии и косметологии: 3-й корпус, 4-й этаж, телефон 8 (499) 241-05-16

НАША ПРОДУКЦИЯ

БАЗИСНЫЙ КРЕМ

В рецептурно-производственном отделении аптеки разработан базисный крем. В его основе — спермацет — воскоподобное вещество, которое обладает противовоспалительными, регенерирующими, смягчающими, ранозаживляющими и охлаждающими лечебными свойствами.

Базисный крем — это прекрасная основа, чтобы сделать собственное средство ухода за кожей. Достаточно добавить несколько капель косметических косточковых масел, которые также продаются в наших аптечных пунктах. Конечно же, каждое из них обладает своими уникальными характеристиками. Какими именно? Об этом расскажут сотрудники аптеки: наши специалисты проконсультируют и помогут подобрать косточковые масла для добавления в кремную основу.

МИКСТУРА ПАВЛОВА

Микстура Павлова успокаивающе действует на нервную систему, регулирует перепады настроения, помогает справиться со стрессом, бессонницей, неврастение. Принимают внутрь по одной столовой ложке трижды в день за полчаса до еды, однако дозы ежедневного приема препарата могут корректироваться лечащим врачом в зависимости от особенностей функционирования нервной системы пациента.

Состав: натрия бромид 1 г, кофеин-бензоат натрия 0,5 г, вода очищенная. Объем — 200 мл.

МИКСТУРА КВАТЕРА

Это многокомпонентная микстура, которая обладает успокоительным и анксиолитическим действием, восстанавливает психоэмоциональное состояние, снимает симптомы депрессии и переутомления, повышает устойчивость к внешним раздражителям. Применяется при проявлениях предменструального синдрома, во время климактерического периода, астенических состояниях, нарушении сна, в комплексном лечении неврозов.

Микстура Кватера может быть назначена взрослым и детям старше 12 лет при стрессе, усталости, раздражительности, депрессии, бессоннице, наличии тревожных состояний, в период менопаузы.

Состав: настой валерианы 10 г, настой перечной мяты 4 г, бромид натрия 3 г, сульфат магния 0,8 г, вода очищенная. Объем — 200 мл.

ПОЛОСКАНИЕ С ТАНИНОМ И РЕЗОРЦИНОМ

Обладает выраженным противовоспалительным, антисептическим, обезболивающим, вяжущим действиями. Вызывает местное сужение сосудов, уменьшает воспалительную реакцию, снижает болевые ощущения в полости рта. Может быть рекомендовано в качестве симптоматического средства для лечения инфекционно-воспалительных заболеваний полости рта, а также для санации полости в период эпидемии ОРВИ.

Состав: танин 2 г, резорцин 2 г, вода очищенная. Объем — 250 мл.



Все ингредиенты, входящие в состав прописей, проверены ФГБУ «Центр контроля качества лекарственных средств и медицинских измерений» Управления делами Президента Российской Федерации. Готовая лекарственная форма проходит контроль провизора-аналитика рецептурно-производственного отделения.

Более подробную информацию вы можете получить у лечащего врача либо у провизора аптеки.

Аптечные пункты расположены по адресам:

- пер. Сивцев Вражек, д. 26/28, 1-й корпус, 2-й этаж;
- пер. Сивцев Вражек, д. 35, 4-й корпус, 1-й этаж.



ОНЛАЙН-ОФОРМЛЕНИЕ ЗАКАЗА НА ИЗГОТОВЛЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ФОРМ

В рецептурно-производственном отделении аптеки изготавливается продукция экстенпоральной рецептуры: мази, микстуры, порошки, суппозитории, приготовленные в асептических условиях

Как оформить онлайн-заказ на изготовление лекарственной формы по рецепту врача? На сайте vipmed.ru на странице рецептурно-производственного отделения нужно заполнить заявку на изготовление, сфотографировать и прикрепить изображение рецепта.

Сотрудник свяжется с пациентом и сообщит о готовности лекарственной формы.



Забрать заказ можно в аптеке по адресу: пер. Сивцев Вражек, д. 35, 1-й этаж

ЧИТАЙТЕ НОВОСТИ В ТЕЛЕГРАМ-КАНАЛЕ ПОЛИКЛИНИКИ!



Уважаемые пациенты!
Мы запустили
официальный телеграм-канал
Поликлиники
@vipmedru1



Наши врачи рассказывают о современных методах профилактики, реабилитации и лечения, о действующих медицинских программах и сезонных акциях, о новом оборудовании, об интересных медицинских фактах, мифах и заблуждениях. Вы сможете узнать о графике работы Поликлиники в праздничные дни, оставить свой отзыв или задать вопрос.

Сканируйте QR-код и подписывайтесь!