

РЕНОВАЦИЯ: ОРДЕР НА НОВУЮ ЖИЗНЬ

стр. 2-3

ПРИДАНОЕ ДЛЯ ... НОВОРОЖДЁННОГО

стр. 3

ПРАВИЛЬНО ЛЕЧИТ ТОТ, КТО ПРАВИЛЬНО КОРМИТ

стр. 5

ДНИ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ

стр. 6

НА СТРАЖЕ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

стр. 7

ЧТОБ ВЕСНА БЫЛА КРАСНА, ПРОФИЛАКТИКА АВИТАМИНОЗА

стр. 8

БОЛЬНИЦА В «ЦИФРЕ»

стр. 4



Сегодня принято ругать медицину почему-то зря, обижаться на невнимание, нерасторопность, непрофессионализм медицинских работников, а подчас единичные трагические случаи провозглашать типичными явлениями в нашем здравоохранении. В результате кампания критики врачей рождает в людях страх перед медициной, пациенты боятся обращаться за лечением, терпят до последнего, закрывают глаза на опасные симптомы, «авось, дескать, и так пройдет». Позиция эта не только

КУДА ПОЙТИ ЛЕЧИТЬСЯ

неправильная, но и очень опасная для жизни человека. Можно упустить время, изнемогнуть от боли или, кинувшись в последний момент за помощью, попасть, что называется, не в те руки.

Но есть другой путь для людей, заботящихся о своем здоровье — заранее выбрать, куда пойти лечиться, где пройти курс лечения при затяжных, хронических заболеваниях, где получить неотложную помощь, если внезапно подведет здоровье или случится, не приведи Бог, несчастье с близким человеком. Это путь здравого смысла и безопасности, который позволяет каждому быть уверенным, что ему в любой момент обязательно окажут квалифицированную медицинскую помощь, и он знает, где ее получить.

Вот для чего проводятся у нас в Виноградовской больнице Дни открытых дверей. Для того, чтобы наши будущие пациенты приходили к нам загодя, узнавали из первых рук, от каких недугов мы сможем их исцелить. Ведь выбирает же человек себе образование, ставит вопрос ребром — «куда пойти учиться?» — и заранее, до выпускных школьных экзаменов обходит профессиональные учебные заведения, разбираясь, где лучше преподаватели, где новее

учебные классы, современнее оборудование, чьи выпускники добиваются больших успехов в работе. Но наше с вами здоровье разве не соизмеримая с образованием ценность? Так почему же, если с человеком случается беда, нападает недуг, он чаще всего не готов к сопротивлению, и, выходит, просто-напросто играет в рулетку с собственной жизнью: едет в ближайший здравпункт или — куда люди подскажут.

Зачем же испытывать судьбу, рискуя здоровьем или жизнью? Загляните к нам в Виноградовскую больницу заранее, дорогие пациенты! Пройдитесь по отделениям, познакомьтесь со специалистами, посоветуйтесь с ними, если что тревожит, рассмотрите новейшее диагностическое и лечебное оборудование, чтобы быть уверенным в том, что именно здесь в трудную для здоровья минуту вам непременно окажут помощь, быстро поставят точный диагноз, проведут высококвалифицированное лечение.

Ведь больница, в которой человек уверен, с которой знаком не понаслышке, — это своего рода «запасной аэродром», куда в случае неполадки организма можно благополучно прибыть, провести полное обследование,

ремонт и отладку вышедших из строя органов. Коли и у металла наступает момент, который специалисты называют «усталостью», и этот момент стремятся не упустить из виду технари, то где уж нам, людям, то и дело испытывающим свой организм на прочность перегрузками, пренебрегать регулярным наблюдением за «болевыми точками» собственного тела. Вот и автомобилисты по себе знают, что каждый год надлежит отдавать машину на техосмотр и ради безопасности жизни проверять степень износа ее деталей. Человек изнашивается быстрее машины, стало быть, и внимания ему надо уделять много больше.

Не пренебрегайте своим здоровьем, приходите в Виноградовскую больницу в Дни открытых дверей, чтобы познакомиться с нашими возможностями оказания медицинской помощи. И пусть у каждого из вас будет свой «запасной аэродром», где слаженно и четко наши врачи проведут обследование и вернут вам здоровье.

Ольга ШАРАПОВА,

заслуженный врач Российской Федерации,

депутат Московской городской Думы

(Продолжение темы на стр. 6)

— Понятно нетерпение людей, намучившихся жить в давно устаревших пятиэтажках, — не удивляется обилию писем о реновации в своей почте Ольга Викторовна. — Когда в начале 50-х годов прошлого века наш строительный комплекс взял за основу новостроек французскую модель пятиэтажных домов, мало того, что она уже тогда была устаревшая, так мы её из-за бедности своей ещё и «упростили» донельзя: кухоньки поменьше, стенки потоньше, да в них ещё и трубы коммуникаций умудрились воткнуть. Всем тогда казалось, что это удачно найденное, но!, обратите внимание, как временное решение: дёшево, быстро, много, — делает ударение на слове «временное» О.В. Шарапова. — Очень простой, в короткие сроки легко налаживаемый процесс производства панелей, скоростная их сборка на месте, ведь дом собирался как этажерка и монтировался методом «без раствора». Сантехники, электрики, штукатуры и столяры работали параллельно с монтажниками. Эти комплексные бригады трудились в три смены. Ни на час не прерывались работы на стройке. Как итог: в кратчайшие сроки расселили переполненные коммуналки, в полустиртых войной городах возрождались жилищный фонд, хрущёвки пришли на смену баракам, разного рода временкам, «шанхаям». Но, повторяю, все были убеждены, что это временная мера, верили, что страна в ближайшее время окрепнет, разбогатеет и люди получат достойное жильё. «Хрущёвки», как известно, были рассчитаны максимум на 25 лет эксплуатации, никто не думал, что они надолго заживутся. «Хрущёвки» со временем превратились в «хрущобы», а люди продолжают в них жить. И вот, наконец, радикальное решение, не чинить, латать, кроить, вечно ремонтировать и перестраивать, а сносить всю рухлядь к чёртовой матери и строить современное жильё, где человек, даже если он переезжает из двухкомнатной «хрущёвской» квартиры опять же в двухкомнатную квартиру в новом доме, отстроенном по программе реновации, он получает совершенно иную по качеству квартиру: другая высота потолка, другие общие места, другие нормативы, все другое! К тому же появляется возможность из однокомнатной переехать в двух-, трёхкомнатную, вложив в дополнительную комнату свои деньги, но именно в жилую, а не в общую площадь, общая площадь без всякой дополнительной оплаты будет и так значительно расширена.

Новые стандарты отделки квартир, благоустройства дворовой территории утверждены нами, депутатами, и приняты исполнительной властью на законодательном уровне. По программе реновации Думой и Правительством Москвы приняты 15 постановлений. Постановление «Об утверждении требований к улучшенной отделке в многоквартирных домах, включенных в программу реновации» гарантирует соблюдение всех экологических стандартов, которые помогут сократить потребление электроэнергии и воды. Квартиры станут больше, а платить за них новосёлы станут меньше.

Чтобы не быть голословной, сравню отделку «реновационных» квартир со стандартом «муниципального ремонта», начиная с входной двери. Если прежде ставились щитовые двери, то теперь они металлические, утеплен-



Реновация: ордер на новую жизнь

Ещё совсем недавно используемая исключительно в профессиональной среде экономистов латиница «реновация» (от латинского *renovatio* — обновление — возобновление, экономический процесс замещения выбывающих в результате морального и физического износа средств производства) обрела популярность, вышла в лидеры по частоте использования даже в самых обыденных пересудах домохозяек преклонного возраста, наряду с ценой, дороговизной и гололёдом. Реновация — это решение самой насущной проблемы — улучшение жилищных условий для сотен тысяч москвичей. Реновация — это качественное изменение самой жизни, переезд из давящей тесноты давно отслуживших свой век куцых, как карцер, хрущоб, в современные квартиры. И нет сегодня для многих москвичей иных, более злободневных, житейских вопросов, как реновация — ордер на новую жизнь. Эта тема номер один и в почте депутата Московской городской Думы, главного врача городской клинической больницы имени В.В. Виноградова Ольги Викторовны ШАРАПОВОЙ.



“ОКНА В НОВЫХ ДОМАХ ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩИЕ, ДВУХКАМЕРНЫЕ, ОСНАЩЕННЫЕ МОСКИТНЫМИ СЕТКАМИ И ПОДОКОННИКАМИ БЕЛОГО ЦВЕТА. В ЖИЛЫХ КОМНАТАХ, КОРИДОРАХ И НА КУХНЕ — ЛЮСТРЫ. В САУЗЛАХ — НАСТЕННЫЕ, ПОТОЛОЧНЫЕ СВЕТИЛЬНИКИ. ВМЕСТО ОБЫДЕННОГО ЛИНОЛЕУМА НА ПОЛУ — ЛАМИНАТ В ВОСЕМЬ МИЛЛИМЕТРОВ ТОЛЩИНОЙ С УКЛАДКОЙ НА ЗВУКОИЗОЛЯЦИОННУЮ ПОДЛОЖКУ”

ные, с повышенной звукоизоляцией, с глазком. Разительно отличаются и межкомнатные двери. Они из бруса или слоеного шпона с внешней отделкой МДФ, с остеклением в гостиную и на кухню. Окна энергосберегающие, двухкамерные. В комнатах, коридорах и на кухне — люстры. Вместо линолеума — ламинат на звукоизоляционной подложке. Привычную побелку стен заменят обои на флизелиновой основе. Ни кухни не узнать, ни ванны. Полы — плитка из керамогранита. Фарук — из глазурованной керамической плитки светлых тонов... Отделка квадратного «реновационного» метра на четыре тысячи рублей дороже привычного муниципального строительства. Ещё раз хочу подчеркнуть, — ставит ударение депутат Мосгордумы, которая вложила много сил и юридического творчества в продвижение программы реновации, — квартиры отвечают всем требованиям «комфорт-класса», не требуют даже косметической переделки.

Реализуя программу реновации жилищного фонда, мы, депутаты, занимаемся не только формированием нормативной базы этой программы, её финансированием, но и отслеживаем подготовку градостроительной документации, сам ход проектирования и строитель-

ства, создание комфортной среды проживания, благоустройство территории, обеспечение необходимыми объектами социальной, инженерной и транспортной инфраструктуры. Наша депутатская работа не заканчивается даже с вводом в эксплуатацию многоквартирных домов, ведь надо ещё обеспечить новосёлам условия для их переезда. В соответствии с законом и программой реновации определенным категориям граждан, в первую очередь социально незащищённым, оказывается содействие при переезде. По первым домам уже составлен список таких новосёлов, а перевозчиков для них определит префектура.

На сегодня под проектирование предназначены 236 земельных участка, по ним готовится градостроительная документация. На проектирование и строительство до 2021 года Думой утверждён бюджет в 400 миллиардов рублей. Первый дом, который уже пошел под реальное заселение, расположен на Пятой Парковой, дом 62Б. Здесь заселяются уже 158 квартир. Освобождённые дома сносятся, на их месте разворачивается новая строительная площадка.

— Да, — считает важным подчеркнуть Ольга Викторовна, — весь процесс реновации, включая про-

ЛУЧШИЕ!

«**Лучшим врачом-хирургом**» Москвы по итогам работы в 2017 году признан заместитель главного врача городской клинической больницы имени В. В. Виноградова по хирургии **Богдан Борисович ОРЛОВ**.

«**Лучшим врачом-травматологом-ортопедом — 2017**» стал заведующий травматологическим отделением городской клинической больницы имени В. В. Виноградова **Александр Николаевич ИВАШКИН**.

Награды лучшим врачам столицы вручил мэр Москвы С. С. Собянин.

верку качества квартир, под контролем Общественной палаты. По всем насущным вопросам, которые интересуют москвичей по программе реновации, запущена «горячая линия». Немаловажно и то, что при подборе стартовых площадок активное участие приняли сами жители через своих депутатов Московской городской Думы. Таких площадок, как я уже сказала, отобрано 236 общей мощностью в 3,5 миллиона квадратных метров. Работа эта осложняется тем, что подыскивать площадки приходится на территориях уже сложившейся застройки, ведь в соответствии с федеральным законом гражданам гарантировано переселение в границах своего района. Понятно, что скорость реализации программы напрямую зависит от количества подобранных стартовых площадок. В соответствии с утвержденным перечнем стартовых площадок 59 домов должны быть введены в эксплуатацию для начала волнового переселения в 2017-2019 годах, ещё 177 домов — в 2020-2021 годах.

Согласно постановлению Правительства Москвы от 26 сентября 2017 года, утвердившего адресный перечень кварталов (территорий), в границах которых расположены земельные участки предназначенные для строительства в 2017-2021 годах «стартовых» многоквартирных домов по нашему родному Юго-Западному округу значатся район Котловка, квартал 18, корпуса 6 и 8, и по улице Нагорной владение 13, корпуса 2 и 3, где строительство предстоит в ближайшие два года. Позже, для обеспечения второго «волнового переселения» адреса наших новостроек в районе Обручевский на пересечении улиц Гарибальди и Архитектора Власова, в районе Черёмушки, кварталы 20, 21, по улице Гарибальди владение 17 и по Профсоюзной улице владение 32, а в районе Новых Черёмушек адрес новостройки: квартал 32а, участок 3. Понятно, что перечень этот не окончательный, он будет постоянно нарастать по мере расширения списка стартовых площадок. А пока, по предварительным расчетам, после завершения строительства стартовых жилых домов, в рамках первой волны переселения мы сможем ориентировочно переселить более 500 домов, это свыше 40 тысяч квартир и порядка 117 тысяч новосёлов.

Уже в этом году будет заселён 31 стартовый жилой дом, с переходом на новый год ещё 24 домов для завершения отделки. Графики переселения будут доводиться до сведения жителей заранее, чтобы каждый новосёл имел возможность и с квартирой опреде-

литься, и к переезду подготовиться. Уже сегодня адресный перечень всех 156 стартовых площадок, которые относятся к Фонду реновации, висит в открытом доступе, каждый может зайти на сайт Фонда и посмотреть. Всё максимально открыто. Руководители Фонда гарантируют представить будущим жителям визуализацию размещения домов на стройплощадках, и это будет не простое лицезрение, а, согласно 68-й статье столичного Градостроительного кодекса, прелюдия публичных слушаний, на которых каждый участник имеет право вносить предложения и замечания к обсуждаемому проекту. Первые проекты планировки в обязательном порядке пойдут на публичные слушания через префектуры. А дальше сбор замечаний и предложений.

Из 5171 дома, включенного в программу реновации, по 3267 уже прорабатываются проекты планировки. Площадь их порядка 11 тысяч квадратных метров с населением в 650 тысяч человек. Сюда включены 520 домов из нашего Юго-Западного округа, из них 17 домов в Обручевском районе, 82 — в Котловке и 119 — в Черёмушках. Срок утверждения всех проектов планировки намечен на середину 2019 года. В этом году под заселение запланировано передать 31 дом. Пока расселяются первые два дома с улицы Константина Федина. Все они переезжают в один дом, который находится в том же районе, очень близко, в рамках одного квартала. Неудивительно, что больше 70 процентов людей сразу же согласились на переезд при предоставлении первого смотрового.

Очень трудно пока ответить на вопросы, а их в письмах много, о «докупке» жилплощади. Скажем, человеку положено 68 метров, а он хочет 80, как докупить ещё 12 метров? по какой цене? можно ли будет использовать для «докупки» ипотечный кредит, материнский капитал, военные жилищные сертификаты?.. Эти вопросы сейчас внимательно изучаются, я думаю, что уже в ближайшее время мы сможем дать на них чёткие ответы.

Немаловажный, а вернее очень важный плюс реновации ещё и тот, что когда строится дом, он строится по современным нормативам, в том числе, включая территорию, которая необходима для обслуживания, эксплуатации этого дома, сюда входят детские, спортивные площадки, благоустройство, место для парковки машин и так далее. И участок этот жильцам уже не надо оформлять как придомовую территорию, он изначально уже стоит на кадастровом учёте.



Приданое для ... новорождённого

Во время выписки из роддома нового жителя столицы отныне ждёт великолепный подарок — коробка с «приданым» из 44 вещей: одежда, белье, пеленки, подгузники, аксессуары для купания, кормления, погремушки, гипоаллергенные мази и присыпки, салфетки, пустышки, ножницы, термометры для тела и воды и т.д.

В комплекте много одежды: ползунки, боди с короткими и длинными рукавами, шапочки с завязками и без, слюнявчик, варежки-царапки и пинетки. Одежда российского производства из 100%-ного хлопка с веселыми рисунками, со швами наружу, что очень важно для нежной кожи ребенка. Молодые мамы придут в восторг от комбинезончика, которые легко превращается то в конвертик, то в полноценный комбинезон с ножками, меховыми пинетками и рукавичками на резиночке. Внутри — искусственный мех для зимних прогулок, сшитый как отдельный костюмчик с мехом. Он пристегивается молниями к осеннему, основному комбинезону. Весь текстиль с информационными наклейками: производитель, размер, материал и так далее. В косметику входит крем под подгузник, присыпка, шампунь и гель для купания. Памперсы на размер от двух до пяти килограммов. Еще в «приданом» — электронный термометр (бесконтактный градусник), погремушка, прорезыватель для зубов. Приятно удивляет набор для купания: полотенце с уголком, рукавичка-мочалка, гель для купания, шампунь, уточка-термометр для воды. А еще в бездонной коробке счастливые родители найдут погремушку-котика марки «Круглыши», игрушку-прорезыватель с водой Canpol Babies и бутылочку Tommee Tippee на 150 миллилитров. Бутылочку удобно держать в руке, а силиконовая пустышка со скошенной соской Canpol Babies анатомической формы. И это ещё не всё! Там же маленькие детские ножницы, расческа и щетка с приятной щетиной (все — Canpol Babies), по упаковке ватных палочек с ограничителем и ватных дисков, влажные салфетки Pamperino (80 штук), подгузники Newborn Helen Harper (24 штуки), две многоцветные клеенки для кровати Canpol Babies, две хлопковых и три фланелевых пелёнки.

Приятно отметить, что самый первый подарок мэра столицы Сергей Собянин вручил нашей роженице Анастасии Лебедевой при посещении им роддома №4. «Когда-то существовала хорошая традиция собирать приданое новорожденным, — сказал С.С. Собянин. — Мы решили ее возродить». С помощью этого подарка, добавил глава московского правительства, мы хотим освободить молодых мам и пап от излишней суеты и беготни при покупке необходимых вещей, чтобы они могли больше времени заниматься своими малышами в первые, самые важные дни жизни.

«Надеюсь, что «московское приданое» для новорожденных станет нашим вкладом в реализацию недавних инициатив президента по повышению уровня рождаемости», — отметил Сергей Собянин.



МОСКОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ ДУМА на «Охрану здоровья матери и ребенка» на 2018 год выделила 7 миллиардов 259 миллионов рублей, что на 693 миллиона больше, чем было запланировано на 2018 год в проекте трехгодичного бюджета 2017 года.

Между Московской городской Думой и Адвокатской палатой города Москвы заключено соглашение об оказании бесплатной юридической помощи москвичам по вопросам обеспечения защиты их жилищных и имущественных прав при реализации программы реновации жилищного фонда в городе Москве.



#ОШарапова

#Депутат

#МГД

#ГКБ64



sharapova.mgd



sharapova.mgd



@sharapova





его с необходимым специалистом и т.д. Это и пациенту время экономит, и улучшает качество медицинской помощи.

— Конечно, хорошо, когда у пациента с больницей оперативная дистанционная связь, а электронные медицинские карты накапливают максимум информации о больном, но не возникает ли при этом жёсткой привязки больного к конкретной больнице, не попадает ли он в так называемое «электронное рабство»?

— Перевернутый мир сознания! Какое рабство?! Через контакт-центр мы наоборот «отвязываем» пациента от конкретного врача, а при возникающей проблеме тут же направляем его непосредственно или дистанционно к тому специалисту, который наиболее опытен, компетентен в данном, конкретном вопросе. Какое же это рабство?

— Электронное. О нём сейчас все говорят.

— Достали уже эти страшилки!

Больница в «цифре»



Дамир БАЙБИКОВ,
заместитель главного врача
городской клинической больницы
имени В. В. Виноградова

«На данный момент во всем нашем медицинском объединении имени В. В. Виноградова, а это родильный дом №4 и 64-я городская больница, развернута почти тысяча автоматизированных рабочих мест. Запись на прием к специалистам осуществляется через контакт-центр, интернет, web-сайт и терминал самозаписи. Каждому пациенту приходит СМС-уведомление о записи на прием к специалисту. Все анализаторы находятся в единой цепи и результаты анализов автоматически подгружаются в информационную систему. Автоматизировали оформление и выдачу листков нетрудоспособности и других справок. Автоматизировано движение пациентов в стационаре, начиная с приемного отделения, поступления в отделение стационара вплоть до размещения на койке. К медицинской информационной системе подключены рабочие места врачей-специалистов».

— Дамир Ряшитович, за последние годы больницу стало не узнать: повсюду камеры видеонаблюдения, электронные пропуска... Что это — дань моде?

— Нет, дань современной медицине. И чем дальше, тем большую роль в организации медицинской сферы будут играть современные информационно-коммуникационные технологии, уделяя особое внимание дистанционным методам мониторинга состояния здоровья.

— Звучит красиво, но уж больно мудрёно, нельзя ли проще объяснить?

— Хорошо, попробую. Во время соцопроса «Помогите нам стать лучше» выяснилось, что пациентам приходится тратить много времени на дорогу до больницы, когда назначен постоянный контроль. Тяжелейшая физическая нагрузка после болезни. Для многих просто непосильна. Тогда в рамках развития информационной системы, имея электронные медицинские карты и медицинские гаджеты для мониторинга в домашних условиях — мы пришли к идее разработать модель «Виртуального госпиталя».

— То есть...

— Пациент получает портативный электронный прибор и по назначению лечащего врача проводит измерения дома, а все данные автоматически передаются в контакт-центр. Если обнаруживается отклонение от реперных значений, данные немедленно передаются врачу, который созванивается с пациентом или передает ему рекомендации через контакт-центр. Мы хотим, чтобы вся работа с пациентом велась через диспетчера контакт-центра, и уже задача специалистов контакт-центра дать максимально исчерпывающие ответы на вопросы пациента, связать

раньше электролампочек боялись, и чертовщиной клеймили, и бесовским наваждением, теперь вот от цифровых технологий шарахаемся, как прежде деревенская кляча от автомобиля. Создаваемая нами информационно-коммуникационная инфраструктура — это комплексная стратегическая платформа для повышения качества здравоохранения. Пока наши усилия сосредоточены на создании цифровых технологий внутри больницы: для внутрикорпоративного общения медперсонала, для получения справочной информации, организации консилиума, для общения «пациент-врач» на оперативном уровне, когда никого не надо искать, просить позвать к телефону...

— А потом?

— Потом формирование и развитие Единой медицинской информационной системы в масштабах всего города.

— Что это даст?

— Человек может оказаться в какой угодно больнице по «скорой» или, к примеру, он попадает в специализированную клинику, и вот тогда врач, который впервые видит пациента, достаточно будет одним кликом в считанные секунды зайти в общую базу данных и перед ним пациент во всех подробностях и деталях. При этом врач будет иметь не статическую картину состояния больного, а в его динамике, что чрезвычайно ценно для принятия клинических решений. В итоге вся городская система здравоохранения становится более эффективной. Это значительно улучшает качество всего цикла: первичная профилактика — диагностика — лечение — реабилитация — вторичная и третичная профилактика...

— Если я не ошибаюсь, вы среди первопроходцев в создании медицинских информационных систем?

— Полноценную медицинскую информационную систему мы запустили в 2010 году. Внедряли её ещё в родильном доме №4, внедряли поэтапно, начиная с параклинических служб. Так мы сразу добились максимального наполнения информационной системы медицинскими данными, что позволило на последнем этапе безболезненно автоматизировать рабочие места врачей-специалистов. А в связи с объединением роддома и 64-й больницы, территориально удалённых объектов, пришлось создавать единое информационное пространство. Отчасти, в роли информационных «мостков» решили использовать и корпоративный портал, который вобрал в себя информацию по всему холдингу, включая официальные новости, новости больницы, медиатеку, оформление заявок в технические, информационные и другие службы, телефонные справочники. Врачи работают по предварительно сформированным протоколам: протоколы первичного осмотра, дневниковые записи, протоколы манипуляций, операций, информированные согласия, протоколы различных клинико-экспертных комиссий, все виды эпикризов и др. Все протоколы имеют predetermined значения и формы, врачу остается выбрать тот или иной показатель, согласиться с ним или же изменить его на другой параметр, что, конечно же, экономит врачу массу времени.

При внедрении информационной системы в больнице мы столкнулись с необходимостью оптимизации и информатизации вызова врачей-консультантов в отделения. Когда, например, пациент лежит в терапевтическом отделении, а ему необходима консультация врача-хирурга. Раньше это делалось по телефонному звонку. Сегодня это всё заложено в алгоритм информационной системы. Врач имеет возможность на своём рабочем месте создать заявку на любого консультанта. Заявка регистрируется, консультант получает СМС-сообщение с информацией о том, куда, к какому больному и с каким диагнозом он приглашен, а также срочность этой консультации. Оперативный отдел имеет возможность отслеживать и анализировать выполнение каждой заявки.

— Что изменилось для пациента?

— В больнице ведется персонализированная электронная медицинская карта, с которой пациент может знакомиться через личный кабинет. Необходимо лишь раз прийти в регистратуру и подписать Соглашение.

— Дамир Ряшитович, а видеонаблюдения куда ставить?

— В сети видеонаблюдения трудятся более 250 камер, разделённых по сегментам доступа. Служба охраны имеет доступ к камерам, отвечающим за безопасность. Руководству больницы доступны камеры, установленные в клинических подразделениях. Записи просматриваются в том числе при поступлении жалоб. Были случаи, когда записи доказывали правоту врача и, напротив, доказывали обоснованность жалобы. Так что информационная система защищает права и интересы как пациента, так и медицинского персонала.

Вёл беседу Сергей Григорьев

«Правильно лечит тот, кто правильно кормит»



Центральный корпус, шестой этаж, — известную всем фигуру речи «Хлеб — всему голова» в Виноградовской, 64-й больнице, воплотили реально, в буквальном смысле, разместив пищеблок на вершине главного корпуса, куда мы и поднимаемся с заместителем главного врача Виктором Ивановичем Жуковым. Надо объяснить, зачем мы туда поднимаемся. А справедливости ради. Дело в том, что время от времени, редко да проскочит на сайте больницы среди многочисленных комплиментарных откликов пациентов критика местной кухни. И хотя редки такие замечания, да осадочек-то остаётся. При нашей расхожей привычке, кто бы где ни побывал, его непременно спросят: хорошо ли, сытно ль кормили, и от ответа на этот вопрос выводится общее впечатление, и больница здесь не исключение. Но, памятуя про «вкус и цвет» и про «платочек на роточек», вряд ли б я когда вступил в полемику о вкусной и здоровой пище, если б сам не очутился вдруг на больничной койке со сбоем в «пламенном моторе» и на собственном желудке не осознал всю несправедливость критики местной кухни, и товарищи мои по палате оказались едины со мной во мнении. Так поиск объективной оценки проложил мне маршрут в больничный пищеблок.

Приготовление пищи для больного — предмет особой заботы, задача, требующая изобретательности, а вместе с тем и взвешенности в подходе к делу. В свете современной диетологии продукты для диетического питания делятся на 2 группы: химически и механически щадящие больной орган, регулирующие нарушение обмена веществ.

Почти все продукты питания содержат те или иные раздражители — растительную клетчатку, неусваивающиеся элементы клеточных стенок, вещества, образующиеся при жёстких условиях термической обработки и пр.

Специалист в области диетологии называется диетологом. Цели диетологии заключаются в нормализации обмена веществ, оздоровлении организма, скорейшем восстановлении больных после перенесенных заболеваний, а также корректировки веса.

Врачи-диетологи на основании персональных данных пациентов, учитывая их образ жизни, состояние здоровья, привычки, наследственные факторы, составляют индивидуальные программы питания. Диетическое питание во многих случаях является своего рода альтернативой лекарственным средствам и лечебным мероприятиям.

Встречают нас хозяйева — врач-диетолог Антон Батломович Долаберидзе и медицинская сестра диетическая Ольга Александровна Пирогова. Хозяйство их невелико, удивительно даже как можно на таком пятачке каждый божий день готовить массу блюд почти на тысячу персон... Цех обработки овощей, мясной цех, рыбный... Сверкают чистой металлическими столами, плиты... Жаром пышут печи... Время к обеду, но никакой суеты, никто не стоит над душой поваров... «А зачем? — улыбается Антон Батломович. — Наши повара в опеке не нуждаются, у всех высшие разряды, десятки лет работы за плечами. Вот Елена Викторовна Редина с котломойщиц начинала, выучилась, теперь уже повар шестого разряда. Да кого ни возьми: Жанна Дмитриевна Зимина, Алексей Михайлович Летяго, Александр Анатольевич Руднев — все профессионалы высшего класса. Но вот пришла к нам Мария Антоновна Форсюк — кудесница!, всю жизнь проработала поваром в Конституционном суде, и как её Зорькин ни уговаривал ехать с ними в Петербург, не захотела Москву покидать, к нам перешла, и заметил я, как другие повара к ней приглядываются, нельзя ли чему у неё подучиться. Мастерства лишку не бывает. Всегда надо учиться. Перестанешь учиться — отстанешь. «Верно я говорю, Илья?» — обращается Долаберидзе к повару, тот аккуратно перемешивает деревянной лопаткой рис, рис не липнет к лопатке, а зернышко за зернышком перекачивается

через неё. То, что я назвал лопаткой, более похоже на весло в натуральную величину, да и сам казан размером с маленький бассейн. Илья Сергеевич Катаржин, это к нему обратился Долаберидзе, не отрывая взгляда от рисового переката, кивает в согласие, мягко улыбаясь.

— Красивый плов, — говорю я. Плов действительно красив.

— Он и должен быть красив. И винегрет должен быть красивым, и компот, чтоб каждый фрукт в нём играл. Нас чему учат? Что питание должно удовлетворять общим физиолого-гигиеническим требованиям и содействовать скорейшему излечению больного, — стало понятно, что Антон Батломович слыл отличником в институте. — Содействовать! На самом деле при многих заболеваниях желудка, кишечника, питание не содействует, а является основным

отварное, яблоко печёное, свежие фрукты, котлеты мясные паровые, отвар шиповника, яблоки со сметаной, свекла отварная, морковное пюре, омлет, яйца, каши гречневые, рисовые, пшённые, манные, кукурузные, салаты разные, борщи, супы всевозможные, кисели, компоты ...

— А ещё говорят, что болезнь не беда, коли есть хлеб да вода: хлеб выкормит, вода выпойт, — возвращаю Долаберидзе меню.

— Правильно говорят, — не принимает моей шутки Антон Батломович. — Среди семи основных элементов питания на первом месте вода, дальше белок, углеводы, клетчатка, микроэлементы — а это всё хлеб, ну, а остальное в меню для разнообразия, — смеётся Долаберидзе и сразу о наболевшем.

— Питание — это наука, которая базируется на законах природы, кара за их нарушение — потеря здоровья, жизни. А мы что творим? Фальсификатом загромодили прилавки. Проблема, конечно, не нова. Ещё Эрисман, когда создавал первую в России санитарную станцию, ставил перед коллегами задачу разрабатывать методы борьбы с фальсификацией пищевых веществ и указывал, что фальсификат съестных продуктов и вкусовых веществ — зло общественное, требующее не единоличного сопротивления, сопротивление это всегда случайное и слабое, а нужна жёсткая борьба силами всего общества и государства. У нас в больнице строгий контроль за продуктами, но вот мы вылечим, вынянчим больного, он уходит от нас, и что у него может оказаться завтра на обеденном столе, когда рынки, магазины забиты фальшивыми продуктами и никто в набат, как Эрисман, не бьёт. Вы слышали когда-нибудь о суде над фальсификаторами продуктов? И я не слышал. А это ведь растянутое во времени убийство людей...

Да, хорошие кадры куёт Первый медицинский. И гнев Долаберидзе понятен. Его родному факультету скоро 90 лет. Тысячи прекрасных учёных продолжают развивать школу диететики во имя укрепления здоровья человека. Но все их усилия сводит на нет погоня за прибылью любой ценой производителей продуктов питания.

— Это ж настоящий террор! — болит это, болит у Антона Батломовича Долаберидзе, врача-диетолога Виноградовской больницы.

...Открываются дверцы лифта. Снизу, из подвала, прибыла в котлах картошка. Антон Батломович вздыхает:

— Изначально один корпус у больницы был, под него пищеблок и строили, теперь целый больничный городок!, а пищеблок всё тот же. Мне новый пищеблок уже по ночам снится. Такой красивый, удобный. Под него и проект давно готов. Так что пожелайте нам новоселья!

**Пётр Трофимов,
спец. корр. «Шар здоровья»**

Дни открытых дверей в городской клинической больнице имени В. В. Виноградова в 2018 году

РОДДОМ № 4. МОСКВА, УЛ. НОВАТОРОВ, Д. 3, КОНФЕРЕНЦ-ЗАЛ

14:00 — 15.03.2018 / 29.03.2018 / 12.04.2018 / 19.04.2018 / 17.05.2018 / 31.05.2018 / 14.06.2018 / 28.06.2018 / 12.07.2018 / 26.07.2018 / 09.08.2018 / 23.08.2018 / 13.09.2018 / 27.09.2018 / 11.10.2018 / 25.10.2018 / 15.11.2018 / 29.11.2018 / 06.12.2018 / 20.12.2018

Для семейных пар, ожидающих рождения ребенка»

Подробная информация заместителя главного врача больницы Дамира Ряшитовича БАЙБИКОВА о родильном доме. Правила госпитализации по всем источникам финансирования (ОМС, платно). Виды и порядок заключения договоров. Присутствие мужа, членов семьи на родах. Подготовка к родам, течение родов, обезболивание в родах, заготовки пуповинной крови для выделения и хранения стволовых клеток. Послеродовое пребывание мамы и новорожденного, наблюдение ребенка в детской клинике до одного года, вакцинация новорожденного и другие вопросы, на которые ответят врачи акушеры-гинекологи, неонатологи, психологи.

ГКБ ИМ. В.В.ВИНОГРАДОВА. МОСКВА, УЛ. ВАВИЛОВА, Д. 61, КОРПУС 1, КОНФЕРЕНЦ-ЗАЛ

17:00 — 15.03.2018

Мочекаменная болезнь: камни почек и мочеточников

Заведующий отделением урологии Сергей Викторович БЕЛОМЫТЦЕВ объясняет что такое мочекаменная болезнь?, каковы причины образования камней?, как выявить камни?, какие есть варианты лечения?, как не заболеть мочекаменной болезнью?

14:00 — 22.03.2018 / 31.05.2018 / 26.07.2018 / 20.09.2018 / 29.11.2018

Женский день: «Пролапс гениталий — как жить качественно?»

Заведующая гинекологическим отделением Ольга Викторовна СЕРГЕЙЧУК расскажет о работе гинекологического отделения, о порядке госпитализации с заболеваниями органов малого таза, даст полную информацию по заболеваниям, требующим оперативного лечения

17:00 — 12.04.2018

Коронарография: кому, когда и для чего показано проведение инвазивной методики

Заведующий отделением рентгенохирургических методов диагностики и лечения Виктор Викторович МАЙСКОВ расскажет о показаниях, противопоказаниях, технике проведения, особенностях выполнения коронарографии.

14:00 — 26.04.2018 / 28.06.2018 / 30.08.2018 / 25.10.2018 / 20.12.2018

Женский день: «Опухоли яичников. Когда оперировать?»

Заведующая гинекологическим отделением Ольга Викторовна СЕРГЕЙЧУК расскажет о работе гинекологического отделения, о порядке госпитализации с заболеваниями органов малого таза, даст полную информацию по заболеваниям, требующим оперативного лечения

17:00 — 17.05.2018

Бронхиальная астма: причины, симптомы, диагностика и лечение

Природа возникновения бронхиальной астмы, факторы риска, особые формы, основные симптомы заболевания, трудности диагностики. Функциональные тесты для диагностики бронхиальной астмы. Медикаментозные и немедикаментозные методы лечения, реабилитация больных. На эти и другие вопросы отвечает заведующая терапевтическим отделением Татьяна Борисовна ДМИТРОВА, врачи-терапевты А. О. СОСНИНА, Д. А. МЕДВЕДЕВ

17:00 — 14.06.2018

Атеросклероз артерий головного мозга и инсульт

Заведующий отделением сосудистой хирургии Константин Владимирович РОМАНЕНКО ответит на вопросы «Классификация и причины заболевания артерий головного мозга. Симптомы, лечение и профилактика. Предупреждение развития и предотвращение повторного инсульта».

17:00 — 12.07.2018

Протезирование крупных суставов: каким пациентам? По каким показаниям?

Заведующий травматологическим отделением Александр Николаевич ИВАШКИН расскажет о своём отделении, представит образцы современных протезов. На богатом иллюстрационном материале объяснит показания и противопоказания к эндопротезированию.

17:00 — 09.08.2018

Время — мозг

Что такое инсульт простым языком? Почему время-мозга при инсульте? Как в домашних условиях распознать инсульт? Простые шаги доврачебной помощи при инсульте. Что брать с собой на госпитализацию? На эти и многие другие вопросы отвечает заведующий отделением реанимации и интенсивной терапии больных с острым нарушением мозгового кровообращения Дмитрий Васильевич ЧЕБОКСАРОВ

17:00 — 13.09.2018

Для пациентов с сердечной недостаточностью и риском развития сердечной недостаточности, с сердечно-сосудистыми заболеваниями, с риском развития заболевания сердца (возраст старше 40 лет, ожирение, сахарный диабет и т.п.)

Подробную информацию о симптомах и признаках сердечной недостаточности, медикаментозных и немедикаментозных методах лечения, о Центре сердечной недостаточности, недавно открытом в ГКБ им В.В. Виноградова представит заведующий отделением кардиореанимации Имад Ахмадович МЕРАЙ.

17:00 — 11.10.2018

Инсульт: первичная и вторичная профилактика

Заведующий неврологическим отделением для больных с острым нарушением мозгового кровообращения Олег Петрович АРТЮКОВ рассмотрит вопросы по первичной профилактике — предупреждению развития инсульта и вторичной профилактике — предотвращению повторного инсульта

17:00 — 15.11.2018

Правда и мифы о сахарном диабете

Основные типы сахарного диабета. Симптомы заболевания. Способы диагностики. Основные принципы лечения. Самоконтроль. Правильное питание. Физическая активность. Инсулинотерапия. Гипогликемия. Осложнения. Таковы основные темы выступлений заведующей терапевтическим отделением Татьяны Борисовны ДМИТРОВОЙ и эндокринолога, кандидата медицинских наук А. Н. СЕРЕБРОВА.

17:00 — 06.12.2018

Жизнь после инсульта

Заведующий неврологическим отделением для больных с острым нарушением мозгового кровообращения Олег Петрович АРТЮКОВ рассмотрит вопросы по медицинской реабилитации пациентов перенесших инсульт, вопросы медикаментозного лечения.

ЗАПИСЬ ЧЕРЕЗ КОНТАКТ-ЦЕНТР: 8 (495) 103-46-66

ГБУЗ «ГКБ ИМ. В.В. ВИНОГРАДОВА ДЗМ»
г. Москва, 117292, г. Москва, ул. Вавилова, д. 61

Единый многоканальный телефон
ГКБ им. В.В. Виноградова
+7 (495) 103-46-66



На страже Вашего здоровья
КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА
им. В.В. Виноградова



**24 часа в день,
7 дней в неделю**
Круглосуточный контакт-центр
+7 (495) 103-46-66

РОДДОМ №4
КЛИНИЧЕСКОЙ БОЛЬНИЦЫ №64



КОНСУЛЬТАЦИИ
СПЕЦИАЛИСТОВ



ВЕДЕНИЕ
БЕРЕМЕННОСТИ



РОДРАЗРЕШЕНИЕ



ВЕРТИКАЛЬНЫЕ
РОДЫ



ГИНЕКОЛОГИЧЕСКАЯ
ПОМОЩЬ

Москва, ул. Новаторов, д 3 телефон +7-495-103-4646 www.roddom4.ru

УЧИЛСЯ СЛЕДИТЬ



Чтоб весна была красна. Профилактика авитаминоза

Всем хороша весна: солнышко греет, ручьи журчат, птички щебечут, воздух пьянит, да вот беда, в это время у многих проявляется авитаминоз, вызванный нехваткой витаминов. Плохое настроение, раздражительность, апатия, усталость и разбитость, расслаивание ногтей и выпадение волос, снижение зрения, чрезмерная сухость, шелушение кожи ...

Для профилактики весеннего авитаминоза требуется разнообразное питание, максимальное употребление фруктов и овощей, ограничение в сахаре и жирах. То, что одни и те же продукты в разные времена года действуют по-разному на организм человека, еще три тысячи лет назад поняли жрецы, занимавшиеся врачеванием. После многовековых наблюдений древние диетологи поняли, что нужно менять рацион питания с учётом времени года.

В каждый период года действует основной, наиболее полезный доминирующий вкус. Весной основной вкус — кислый, потому что весной наиболее активными становятся печень и связанный с ней желчный пузырь, а им необходима пища кислого вкуса — квашенная капуста, лимоны, всевозможные цитрусы и солянки. Не возбраняются кисломолочные продукты — творог, кефир, ряженка, простокваша. Коровье молоко из меню лучше исключить. Что касается злаков, то предпочтение следует отдавать продуктам из пшеницы и ржи. Хорошо разнообразить стол семечками и орехами. Постоянно прописаться в меню должны морковь, сельдерей, свекла. Для приготовления мясных блюд лучше использовать курятину, утятину, индейку. В рацион следует включать печень (свиную, говяжью, куриную). А вот в период с 21 марта по 20 апреля лучше перейти на вегетарианство. Очень полезны в это время овощные

супы кислого вкуса, зелень, рыба под лимонным соусом. Ближе к столу в этот период добавьте и всевозможные острые соусы.

Весной не так много овощей, но морковь, свекла, капуста, картофель доступны всегда и они обязательно должны присутствовать в ежедневном меню. Капуста — кладовая витамина С, который помогает противостоять самым разным инфекциям, потому что улучшает работу иммунной системы. В капусте содержится и витамин В2, который отвечает за выработку эритроцитов в крови человека, поддерживает нормальную работу щитовидной железы. Белокочанная капуста щедрa и на минеральные вещества — калий, фосфор, серу, кальций. А морковь содержит большое количество бета-каротина, необходимого

для нашего зрения. Но о моркови и капусте чаще говорят, чем о незаслуженно забываемой свекле, в которой и витамины группы В, и ретинол и аскорбинка. Уникальный овощ! Тут вам и железо, и фосфор, и йод, и кальций, и калий, и магний, короче всё, без чего не может обходиться наша сердечно-сосудистая система. Кальций к тому же отвечает за прочность костной ткани. Железо необходимо для синтеза гемоглобина в крови человека. Гемоглобин — это белок, который соединяется с молекулами кислорода и доставляет его к клеткам и тканям организма через кровоток. Аскорбиновую кислоту, калий, фосфор содержит и картофель.

Как определить каких витаминов и минералов нам не хватает и какие продукты лучше всего помогут компенсировать недостачу?

Одолевают сонливость, усталость, апатия, ухудшается цвет лица, мы часто

ломкими, волосы вдобавок тускнеют, а их концы начинают сечься? Скорее всего, не хватает витаминов группы В. Ешьте больше кисломолочных продуктов, а также яйца, мясные субпродукты (особенно говяжьи почки и печень), орехи, скумбрию, гречку, бобовые.

Падает зрение, глаза к вечеру сильно устают, краснеют или слезятся, а кожа стала сухой? Скорее всего, не хватает витамина А, отвечающего за остроту зрения, упругость и эластичность кожи, а также блеск волос. Источники витамина А: жирная рыба, яйца, тыква, помидоры, зеленый лук, морковь, сладкий перец. Особенно богаты витамином А щавель, шпинат, петрушка и укроп.

Заметно ухудшились память, внимание, кожа стала сухой и очень чувствительной? Скорее всего, не хватает витамина Е, ищите его в капусте, шпинате, листьях салата, яйцах, говяжьей печени, нежирном мясе, в растительных маслах. Обязательно фильтруйте и отстаивайте водопроводную воду перед приготовлением пищи.

Волосы и ногти стали ломкими, волосы потеряли блеск, преследует чувство слабости и беспокойства, «ломота» в костях, ухудшается аппетит? Скорее всего, не хватает витамина D, который вы найдёте в молочных продуктах, яйцах и рыбе. И гуляйте чаще в солнечную погоду, ведь этот витамин прекрасно вырабатывается в организме под воздействием ультрафиолета!

Ноги к вечеру как чугунные, даже небольшие физические нагрузки утомляют, при «потягивании» появляется боль в лодыжках, периодически возникают мышечные судороги? Скорее всего, не хватает магния, который в сухофруктах, орехах, грибах.

Перхоть, повышенная жирность кожи, низкий гемоглобин? Очевидно, не хватает селена и цинка, которые лучше всего искать в морепродуктах, рыбе, орехах и семечках. Дневную норму селена обеспечат 150-200 г трески или горбуши, и 200 г креветок или кальмаров обеспечат дневной нормой селена.

Анемия, частые простуды, отеки, апатия, заторможенность, слабость и мышечные боли в руках, радикулит, сонливость, частые головные боли, набор веса? Не хватает йода. Налегайте на рыбу, морепродукты и морскую капусту!



Антон Батломович ДОЛАБЕРИДЗЕ
врач-диетолог
Московской городской
клинической больницы
имени В. В. Виноградова

болеем и простужаемся? Скорее всего, не хватает витамина С, или, как его еще любят называть, аскорбинки. Витамином С богаты лимоны, апельсины, грейпфруты, черная смородина, красный болгарский перец, киви, земляника, яблоки, брюссельская капуста. Большинство людей ошибочно полагают, что наибольшее содержание витамина С в цитрусовых. Для сравнения: в 100 г шиповника — 650 мг аскорбиновой кислоты; в красном сладком перце — 250 мг; в смородине — 200 мг; в 100 г апельсина, лимона — 50 мг. Чтобы восполнить нехватку аскорбиновой кислоты налегайте на черноплодную рябину, зеленый лук, сладкий перец, томаты, брокколи, квашеную капусту.

Часто краснеют глаза, в уголках рта возникают заеды, губы сохнут и трескаются, волосы и ногти становятся

СИМПТОМЫ	ДИЕТА
Головная боль и бессонница В₂	А Морская капуста, печень трески, яичный желток
Плохое зрение по вечерам А	В₁ Крупы, орехи, макароны, свинина
Выпадение волос, перхоть А В₁ В₂ В₃ В₁₂ С Е	В₂ Молочные продукты, грибы, шпинат, яйца, сыр
Проблемы с зубами, кровоточивость десен В₁ С В₂	В₃ Субпродукты, злаки, орехи, зеленые овощи
Отсутствие аппетита, сухость во рту, заеды В₁ В₂ В₃ В₄	В₆ Яйца, молоко, говядина, капуста, дыня
Сухость кожи, повышенная пигментация, долгие синяки А С	В₁₂ Морепродукты, печень, мясо
Постоянная слабость В₆ В₁₂ С Е	С Черная смородина, цитрусовые, шиповник, перец
Перепады настроения В₆ С	Д Морской окунь, сливочное масло, яйца
Боли в костях Д	Е Растительные масла, орехи, лосось

Шар Здоровья

И.о. главного редактора:
Т. Л. МироноваСвидетельство о регистрации СМИ:
ПИ № ТУ50-61903 от 12.02.2014 г.Электронная почта:
info@medstrakh.ruОтпечатано АО «Красная Звезда», 123007,
г. Москва, Хорошевское шоссе, д. 38Учредитель:
Общество с ограниченной ответственностью
«Медицинская страховая компания «МЕДСТРАХ»Газета зарегистрирована в Управлении
Федеральной службы по надзору в сфере
связи, информационных технологий и массовых
коммуникаций по Москве и Московской области.Адрес редакции:
107140 г. Москва, ул. Верхняя Красносельская,
дом 20, стр. 1
Тел.: +7 (497) 777-23-23Выходит ежемесячно
Распространяется бесплатно в Юго-Западном
административном округе г. МосквыТираж: 100 000 экз.
Заказ: № 7966-2017
Подписано в печать: 13.12.2017<http://www.roddom4.ru><http://www.gkb64.ru><http://www.woman13.ru>