



ШАР ЗДОРОВЬЯ

№ 1 (1) март 2014

16+

Уважаемые читатели!

Конечно, у вас не может не возникнуть вопроса, почему мы выбрали для газеты такое название: «ШАР ЗДОРОВЬЯ»?

Великий древнегреческий философ Платон говорил, что шар является идеальной формой, символом совершенства. ШАР ЗДОРОВЬЯ можно понять как совершенное здоровье, которое хотел бы иметь каждый из нас.

При движении шар вращается вокруг своего центра. Такой мы хотели бы видеть и нашу медицину: в центре — пациент, а врачи, медицинский персонал, администрация медучреждений вращаются, «крутятся» вокруг него.

Шар обладает уникальным свойством: среди всех геометрических тел при заданном размере поверхности

он имеет максимальный объем. Шар — это максимум содержания при минимуме формы. Мы бы хотели, чтобы организация нашего здравоохранения была такой: максимум заботы о пациенте при минимуме административного аппарата. А москвичи жили так, чтобы иметь максимум здоровья при минимуме обращения к врачам.

И последнее. Мы выбрали такое нестандартное, необычное название, чтобы привлечь ваше внимание, заинтересовать вас.

Надеемся, что содержание газеты вас не разочарует.

Редакция

О ВАЖНОМ — ИЗ ПЕРВЫХ РУК

Первая специализированная медицинская страховая компания «Медстрах» рада приветствовать вас, дорогие читатели!

Наша компания успешно работает в системе медицинского страхования с 1991 года. За это время нами накоплен огромный опыт в защите прав москвичей на качественную бесплатную медицинскую помощь. Ведь такая защита — наша прямая задача. Обязанность страховщика вовсе не ограничивается тем, чтобы собрать деньги и перечислить их медицинской организации по предъявленному полису. Страховщик, если он добросовестный страховщик, обязан контролировать, как лечат его клиента и в каких условиях. Обязательно учитывайте это, когда выбираете страховую компанию. Потому что если у вас возникнут претензии к качеству лечения, именно страховщики могут стать вашими главными союзниками в борьбе за правду.

Об этом и о многом другом, что касается современного медицинского страхования — как обязательного, так и добровольного — мы хотим рассказать вам на страницах новой газеты. Первый номер ее вы держите в руках, и мы надеемся, что газета «Шар здоровья» станет вашим верным другом и советчиком на долгие времена. Наши специалисты с удовольствием будут консультировать вас, дорогие читатели, отвечать на ваши письма и звонки, поделятся с вами самой достоверной и необходимой информацией. Необходимой для того, чтобы правильно выбрать страховую компанию, медицинское учреждение, знать свои права и уметь их отстаивать.

Эту газету мы создаем в паре с нашими давними, проверенными партнерами — городской клинической больницей №64, которая теперь, вместе с роддомом №4 и женской консультацией №13, составляют мощный многопрофильный медицинский центр. Мы работаем с этой больницей многие годы, и можем уверенно сказать: ГКБ №64 — хороший выбор для лечения. Это современный, хорошо оснащенный стационар и крупнейший научный центр. Здесь разрабатываются и внедряются в практику важнейшие медицинские достижения, новые лекарственные препараты, высокотехнологичные методы диагностики и лечения.

Так что на страницах газеты вы сможете найти ответы на интересующие вас вопросы от опытных врачей-практиков, узнать о достижениях медицинской науки и современной фармацевтики, успехах биотехнологии и геномной инженерии, возможностях телемедицины.

Словом, вы можете рассчитывать на множество интересных и полезных открытий. А мы с нашими партнерами постараемся оправдать ваши ожидания.

От лица учредителей
Петр Павлович КУЗНЕЦОВ



РАБОТАТЬ ДЛЯ ЛЮДЕЙ

Уважаемые читатели!

У вас в руках первый номер газеты «ШАР ЗДОРОВЬЯ», которую мы планируем выпускать ежемесячно.

Мы начали этот проект, чтобы со страниц газеты вы могли получать ответы на вопросы, связанные с охраной вашего здоровья и оказания вам медицинской помощи.

Сегодня Москва меняется — меняются и стили здравоохранения, идеологические подходы к системе организации медицинской помощи. Цель осуществляемой реформы — сделать медицину доступнее и качественнее, задействовав самые передовые методы лечения. И самое главное: не на словах, а на деле превратить пациента в центральную фигуру здравоохранения. Убрать все ненужные административные надстройки и сделать так, чтобы пациент всегда чувствовал себя в центре внимания и врачей, и среднего медперсонала.

Что принесет реформа здравоохранения москвичам? Как правильно воспользоваться новыми возможностями столичной медицины? Что дают новые правила медицинского страхования, вступившие в силу в начале нынешнего года? Какие проблемы возникают в ходе реформы и как они будут решаться? Например, что принесет укрупнение медучреждений, которое идет в Москве? На все эти вопросы мы будем отвечать на страницах нашей газеты.

Мы расскажем и о крупнейшем в Юго-Западном округе медицинском комплексе, созданном на базе 64-й городской клинической больницы, 4-го роддома и женской консультации №13. Уже в этом номере вы познакомитесь с его ведущими специалистами, основными подразделениями и направлениями деятельности; с услугами, которые он оказывает, и с тем, как получить эти услуги.

И конечно, мы будем говорить о профилактике, о здоровом образе жизни. Ведь лучший метод лечения — не доводить себя до состояния, когда надо обращаться к врачу. Самые квалифицированные специалисты ответят на поступающие от вас вопросы, касающиеся проблем со здоровьем.

Заканчивая эту короткую вводную статью, хочу сказать, что мы относимся к выпуску «ШАРА ЗДОРОВЬЯ» очень серьезно. Информирование жителей округа об их правах и новых возможностях по охране своего здоровья, ответы на интересующие их вопросы — это неотъемлемая часть



нашей общей работы, работы ради наших пациентов. Работать для людей, делать все для сохранения и укрепления их здоровья, во благо нуждающихся в нашей помощи — это даже не профессия, это образ жизни врача — если он настоящий врач. Поэтому мы связываем с газетой большие надежды, надежды на то, что с ее помощью мы будем еще лучше, эффективнее выполнять нашу работу.

Хочется верить, что газета «ШАР ЗДОРОВЬЯ» станет интересным и полезным собеседником для вас, дорогие читатели, для ваших близких и друзей.

Всегда на службе вашего здоровья,
главный редактор, доктор медицинских наук,
профессор Шарпова Ольга Викторовна

В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ



Вертикальные роды

В родильном доме № 4 активно внедряется альтернативный способ ведения родов в вертикальной позиции женщины («вертикальные», или «мягкие» роды).

<http://www.roddom4.ru>



Нужны ли детям прививки

в родильном доме Прививки являются актуальной темой для обсуждения. В настоящее время много информации о пользе и вреде прививок.

<http://www.gkb64.ru>



Вальгусная деформация первого пальца стопы

— ортопедическая проблема, вызывающая не только косметическую деформацию переднего отдела стопы, но и серьезные нарушения в биомеханике стопы.

<http://www.woman13.ru>

Ольга ШАРАПОВА: «КАЖДОЙ ЖЕНЩИНЕ МЫ ГОВОРИМ СПАСИБО»

Родить ребенка, создать новую жизнь на земле, продолжить себя в любимом существе — есть ли у человека, говоря начистоту, дело важнее? Есть ли у женщины забота главнее, чем малыш, которого она приносит в мир? И может ли быть у матери желание сильнее, чем родить здорового ребенка? Вряд ли. Потому для женщины, становящейся матерью, вопрос, где рожать, вовсе не прихоть и не дело вкуса. Конечно, от условий и ухода зависит не все. Но очень многое. Женщины знают это прекрасно. Потому роддом №4 — на первом месте по популярности среди москвичек. В минувшем ноябре это официально подтвердили и ведущие специалисты профессионального сообщества, и представители власти столицы, признав учреждение лучшим в Москве.

Как и что превратило некогда обычный родильный дом в место паломничества для рожениц — наш разговор с главным врачом, доктором наук, профессором Ольгой ШАРАПОВОЙ.



ОЛИМПИЙСКИЕ РОДЫ

— Ольга Викторовна, это правда, что в вашем роддоме рожают больше, чем где бы то ни было еще в Москве?

— Правда. И больше, чем в любом другом родильном доме в России. В год мы принимаем около 9 тысяч родов. В сутки — по-разному, от двадцати до пятидесяти. Обычно больше всего рождают летом. Но вот недавно, в ночь с 6 на 7 февраля, случился прямо-таки всплеск рождаемости...

— Неужели в честь открытия Олимпиады?

— Именно. Очень многие женщины хотели родить в знаменательную дату, уговаривали своих малышей. Как видите, уговорили.

— Не в обиду вам будет сказано, но все последние лет двадцать у нас считалось, что нормально родить можно либо за границей, либо в «кремлевке», либо, на худой конец, в супер-пупер частном роддоме. Иначе, мол, стафилококк обеспечен.

— Совершенно не так. За последние годы акушерство здорово шагнуло вперед. Появились новые технологии, новые дезинфициру-

ющие препараты, которыми обрабатывают боксы. В нашем роддоме, например, инфекций нет. Это точно. Многие едут рожать за границу, боясь не столько инфекций, сколько плохих условий. Но вы видели наши боксы?

— Видел. Впечатляет.

— Вот. Я бывала в частных клиниках. Могу сказать прямо: мы не уступаем ни в чем, а во многом превосходим. При этом в нашем роддоме может родить любая женщина по родовому сертификату. То есть, за рожениц нам платит государство. Чем больше рожениц — тем выше зарплаты сотрудников. Поэтому каждой женщине, переступившей порог роддома, у нас рады, за каждой ухаживают на совесть, каждой мы говорим спасибо за то, что выбрала наш дом. Ну и, конечно, воспитанию персонала, этике мы придаем большое значение.

ПАПА ПОД БОКОМ

— Что еще привлекает рожениц именно в наш родильный дом, так это наша политика максимальной открытости.

— В каком смысле?

— Мы держим женщину в курсе всего происходящего. Если назначаем какую-то про-

С целью выявления врожденных пороков развития плода, в первом и во втором триместрах беременности выполняются специальные скрининговые исследования.

цедуру или препарат, то обязательно говорим ей, что назначаем и зачем. Делаем все только с согласия пациентки. Открыты мы и внешнему миру. В палатах — вай-фай, скайп. Женщина может в любой момент связаться с мужем, рассказать, как у нее дела, получить поддержку. Это в том случае, если муж далеко или занят. Если же у мужа есть время и он преисполнен желанием, то он может просто прийти в роддом, в палату и проведать как жену, так и ребеночка.

— Да, не то что в наше время, когда пришлось дежурить под окнами...



— Не то. Теперь папа может видеть малыша с первых минут его жизни. Это, между прочим, очень укрепляет семью.

— С первых минут? То есть, отец может присутствовать при родах?

— Разумеется. И не только отец, но и близкие родственники. Мы называем такие роды партнерскими. Их процентов сорок от общего числа.

— Наверное, это не единственное новшество?

— Не единственное. Женщина сама выбирает, как ей рожать. Можно традиционно, на спине, можно на боку, а можно вертикально. Это когда кровать поднимается. Между прочим, вся Европа сейчас рожает именно вертикально.

— Почему?

— Потому что это самый безопасный для младенца вариант. Не травмируется головка, не страдает кровообращение в затылочной части. Сегодня к нам едут специалисты со всей страны учиться именно вертикальным родам.

Мы — один из немногих родильных домов в стране, где есть специальные ванны для первого этапа родов. Некоторые женщины предпочитают медикаментозной анестезии естественную, в том числе и посредством воды.

ЗДОРОВАЯ АТМОСФЕРА

— Я заметил, что мамы у вас лежат вместе с детишками.

— Да. Сразу после рождения ребеночка прикладывают к материнской груди на пару часов, и потом не разлучают с мамой. Хотя еще лет пять назад такого не было — матери, по-старинке, лежали отдельно. Для всех это был стресс. А сейчас, обратите внимание, у нас не слышно детского плача.

— Действительно.

— Это потому, что мамы рядом, они всегда успокоят. Совсем другая атмосфера в учреждении.

— Причем в буквальном смысле. У вас почему-то совершенно не пахнет больницей.

— Не пахнет. В свое время я стажировалась в Америке, и меня поразило, что там нет это-

го специфического запаха советских больниц — запаха лекарств, испражнений, запаха болезни. И вообще не всегда понимаешь, что ты в больнице — обстановка там максимально приближена к домашней, она доброжелательная, радостная. Когда я пришла в 4-й роддом, то поставила себе задачей сделать так же. И у нас получилось. «У нас» — потому

В приемном отделении роддома производится оформление на госпитализацию. Необходимые документы: паспорт, полис ОМС, направление на госпитализацию или наряд скорой медицинской помощи, ксерокопия листка нетрудоспособности, перевод паспорта на русский язык (для иностранных граждан).

что все, чем сегодня может похвастать роддом, это результат самоотверженной работы сплоченной команды.

— А команда — это ведь результат вашей работы?

— В том и состоит задача любого организатора — создать коллектив единомышленников. Я рада, что у нас такой коллектив есть. Без этого за пять лет не удалось бы сделать и половины того, что сделали мы.

НАУКА И ПРАКТИКА

— Когда пять лет назад вас назначили главврачом, картина была не радужной?

— Проблем хватало. И работы, соответственно, тоже. Хотя у 4-го роддома очень славные традиции. У нас здесь располагаются кафедры сразу четырех ведущих медицинских вузов страны. Работают профессора, учат студентов, ординаторов. Они в курсе новейших методик и технологий. Вот мы с их помощью и внедряем новое и прогрессивное.

Очень сложно было подтянуть материальную базу, чтобы она соответствовала нашему научному потенциалу. Но с помощью правительства Москвы сделали многое. Это не только новые боксы с вай-фаем. Это, например, наша лаборатория — одна из лучших в

Москве среди учреждений родовспоможения, оснащенная самым современным оборудованием. Каждая пробирка со своим штрих-кодом, он хранит все данные о пациентке. Оборудование позволяет определять больше двухсот параметров крови. Если раньше анализ крови на совместимость занимал сорок минут, то теперь — десять.

— И что это значит?

— Это значит, что в критической ситуации, когда каждая минута на счету и необходимо переливание, шансы на благополучный исход выросли многократно. Ведь нельзя просто взять и перелить чужую кровь. Даже если совпадают группа крови и резус фактор, она может оказаться несовместимой. И теперь мы определяем, подходящая кровь или нет, всего за десять минут.

Или возьмем другую нашу гордость — электронные истории родов. Каждая процедура, каждая медицинская манипуляция заносится в компьютер. И это дает наглядную картину как по самой роженице, так и по работе персонала — кто какую лепту внес.

В ноябре 2012 года к нам приезжал мэр С. Собянин, и мы поставили перед ним вопрос о необходимости развития неонатальной помощи. То есть, возможность выхаживания недоношенных детей на втором этапе. И уже через месяц правительство Москвы подписало договор с «Транснефтью» о выделении спонсорской помощи на строительство нового неонатального корпуса. Войти в строй он должен к концу 2015 года. Ну, а пока мы делаем все, что в наших силах. За год, например, смертность среди недоношенных младенцев у нас сократилась почти втрое.

ПРИБАВЛЕНИЕ СЕМЕЙСТВА

— Ну, корпус еще строится, а вот целой больницей ваше хозяйство уже приросло.

— Да, в декабре на базе нашего роддома, 13-й женской консультации и 64-й больницы был создан многопрофильный медицинский центр, и мне поручили его возглавить.

— Иными словами, то, что вы сделали в роддоме, вам теперь предстоит повторить в больнице...



— В каком-то смысле. 64-я больница — это учреждение с историей, с традициями. Как и 4-й роддом, учреждение клиническое, то есть является базой для медицинских кафедр вузов. И большинство врачей там сейчас — бывшие студенты. Молодые, энергичные, по-хорошему амбициозные люди. Вот, например, заведующий кардиореанимационным отделением Имад Мерай приехал учиться из Ливана, да так и остался в Москве. За последний год он и его ребята сумели сократить смертность в отделении в два с половиной раза. Само отделение недавно было оснащено по последнему слову техники — правительство Москвы помогло. Приезжали коллеги из Европы, которых не удивить хорошими клиниками, они были в восторге. В общем, в 64-й больнице сегодня есть много хороших врачей и много первоклассного оборудования. Чего явно не хватает — это хорошего ремонта и располагающей обстановки. Хозяйственные помещения там не знали ремонта с самой постройки, то есть больше полувека. Тот самый больничный запах, который мы вывели в роддоме, присутствовал там в изобилии. И так далее.

— *Перемены начались?*

— Начались. Мы ведем ремонт, и консультационно-диагностическое отделение уже переехало в новые помещения. Вскоре появится уютный ресепшн, он будет настраивать посетителей и пациентов на оптимистический лад, успокаивать. Наконец, этой весной начинаем строительство нового клинико-диагностического центра. В строй он должен войти тогда же, когда и перинатальный центр при роддоме — в конце 2015 года.

ВРАЧ НА ХОЗЯЙСТВЕ

— *И все же, зачем понадобилось объединять два таких разных медицинских учреждения?*

— А почему вы думаете, что роддом и больница — это два не связанных между собой мира? Я вам скажу, что сейчас у многих женщин, собирающихся рожать, проблемы со здоровьем. Отчасти это связано с тем, что рожать теперь стали заметно позже. Если раньше средний возраст первых родов составлял 23 года, то сегодня — 26-28. Ну так вот, у многих женщин есть серьезные проблемы. Мы заинтересованы в том, чтобы и до, и после беременности эти женщины находились под опекой хороших

специалистов — кардиологов, хирургов, травматологов. Вот, например, недавно поступила беременная женщина, пострадавшая в автокатастрофе. До того, как попасть к нам, она находилась в одной из больниц. Саму женщину спасли, но вот ребенка, увы, спасти не удалось.

Для поддержки тепловой цепочки применяется «метод кенгуру»: ребенок после рождения помещается на груди у матери или отца на несколько часов. При применении этого метода ребенок не охлаждается и не расходует дополнительную энергию для согревания.

А если бы женщина попала в 64-ю больницу, с которой мы работаем рука об руку, то ребенок скорее всего был бы жив. Это, конечно, крайний случай. Но каждый день возникают ситуации, когда в роддоме необходимы консультации со специалистами больницы.

Если говорить обобщенно, то я убеждена — за такими многопрофильными центрами, как наш, будущее. Именно по этому пути должно идти российское здравоохранение. Чтобы больной не бегал по разным клиникам, а получал всю необходимую помощь, обратившись в одно место и потратив минимум времени. Чтобы сократилась ненужная административная надстройка.

— *Ольга Викторовна, кто вы сейчас в большей степени — врач или хозяйственник?*

— Если считать по времени, которое тратится на те или иные дела, то, наверное, можно меня назвать и хозяйственником. Процентом 90 моего рабочего дня — это сугубо хозяйственные, организационные вопросы: ремонт, оборудование, штатное расписание, строительство.

— *И сколько длится ваш рабочий день?*

— По-разному. Вчера закончился в полвторого ночи. Но вообще раньше десяти я домой не уезжаю. Выходных и праздников тоже практически нет. Но все же сама себя я считаю в первую очередь врачом, не администратором и не хозяйственником. Врач, по моему глубокому убеждению, это не просто профессия, это образ жизни. И я стараюсь жить в соответствии с этим образом. То есть — жить, помогая людям.





Имад МЭРАЙ,
кандидат медицинских наук, заведующий
кардиореанимационным отделением ГКБ № 64

БОЛИТ СЕРДЦЕ — К ВРАЧУ!

достаточность (ХСН). Ее распространенность значительно увеличивается по мере повышения возраста и достигает 70 процентов среди людей старше 90 лет.

— Если в двух словах, что это такое?

— Сердечная недостаточность — неспособность сердца в полном объеме выполнять свою основную функцию «насоса». В результате в органы и ткани организма поступает недостаточно кислорода и питательных веществ. Следовательно, организм все хуже переносит физические нагрузки.

— Как уберечься от этой напасти?

— Основные причины развития ХСН — гипертоническая и ишемическая болезни сердца. Успешная диагностика и лечение этих заболеваний — лучшая профилактика развития сердечной недостаточности. Определение причины важно и для правильного лечения, если недостаточность уже есть. Особенно если эта причина устранима (например, операция на клапанах при пороках сердца). Ежегодный осмотр у кардиолога позволит выявить возможные отклонения на ранней стадии сердечно-сосудистых заболеваний.

— Как же распознать, что у тебя сердечная недостаточность?

— Проявления ее многообразны. Среди главных симптомов: одышка в покое или при нагрузке, удушье, затруднение дыхания в положении лежа, необходимость в дополнительной подушке, пробуждение в ночное время от ощущения удушья, кашля; слабость, быстрая утомляемость, снижение переносимости физических нагрузок; отеки ног, в области живота; быстрая прибавка в весе, учащенное сердцебиение.

— И если мы заметили эти симптомы у себя или у близких?..

— Не занимайтесь самообманом и самоуспокоением, не ждите, что «само рассосет-

ся». Идите к врачу. Чем раньше вы войдете в кабинет кардиолога, тем выше ваши шансы на успешное лечение.

— Например, в Городской клинической больнице № 64?

— Это будет хорошим вариантом. Кардиологическое отделение нашей больницы отвечает всем современным требованиям. Мы используем такие методы диагностики, как лабораторные методы исследования, ЭКГ, эхокардиография, холтеровское мониторирование ЭКГ, суточное мониторирование АД, нагрузочные пробы, чрезпищеводное электрофизиологическое исследование, дуплексное сканирование периферических сосудов, коронароангиография, ангиография сонных, почечных артерий, определение функции внешнего дыхания.

— Боюсь, что нашим читателям эти термины мало что скажут.

— Главное, что означают эти термины — последний уровень медицинской науки и техники. А на современном оборудовании у нас работают высококвалифицированные врачи. Они смогут выявить заболевание на ранней стадии его развития и осуществить эффективное лечение.

— Если сердце не в порядке, значит, придется менять и привычный образ жизни?

— Во всяком случае, скорректировать. Мы разъясняем своим пациентам, что и как нужно изменить в ритме своей жизни, в привычках. Учим навыкам самоконтроля для поддержания полноценного образа жизни, сохранения стабильного состояния. Соблюдение всех рекомендаций, постоянная медикаментозная терапия, регулярное наблюдение врачом-кардиологом позволяют снизить частоту госпитализаций и увеличить продолжительность жизни.

Поэтому — слушайте свое сердце. И если слышите что-то подозрительное, поспешите к врачу.

О том, что делать, когда пошаливает пламенный мотор в груди, наш разговор с Имадом Ахмадовичем МЭРАЕМ, кандидатом медицинских наук, заведующим кардиореанимационным отделением ГКБ № 64.

— Правда ли, что сердечные недуги — главные убийцы?

— Да. Заболевания сердца — самые распространенные среди «взрослых» болезней. Они же являются одной из ведущих причин смертности, в том числе и в молодом возрасте.

Что опаснее всего — то, что нередко сердечно-сосудистые заболевания развиваются и протекают бессимптомно.

— То есть, незаметно для человека?

— Совершенно верно. Человек может не подозревать, что с ним что-то не в порядке, пока в один отнюдь не прекрасный день неожиданно для себя схватится за сердце.

— И что тогда?

— Закономерный итог сердечно-сосудистых заболеваний — хроническая сердечная не-

ТЕРПЕТЬ ОПАСНО!

Все знают, что от инфаркта миокарда можно умереть. Большинство в курсе, как протекает сердечный приступ. Многие убеждены, что в случае приступа необходимо обратиться к врачам. Но это почему-то только до тех пор, пока сердечный приступ не произошел с ними или близкими родственниками. Тогда все знания мгновенно улетучиваются, и человек растерянно разводит руками: может, обойдется? Не обойдется. Но чтобы спастись, от вас требуется совсем немного — немедленно вызвать «скорую помощь». Умение терпеть в данном случае очень опасно!

Кто болеет инфарктом?

Этим заболеванием чаще страдают мужчины старше 40 лет, хотя в последнее время инфаркт «молодеет». До климакса женщины болеют инфарктом реже мужчин, после климакса статистика выравнивается. Сахарный диабет, повышенное артериальное давление, курение, ожирение, повышенный уровень холестерина и малоподвижный образ жизни являются основными причинами инфаркта. Если кто-либо перенес инфаркт или инсульт в молодом возрасте, в последующие годы вероятность заболевания увеличивается.

Каковы симптомы и что делать?

Первым симптомом инфаркта миокарда обычно становится сильная боль, жжение в середине грудной клетки. Боль может отдавать в руку, плечо, спину, челюсть, шею и даже в зубы. Иногда боль сопровождается ломотой в локтях, рвотой,

сильным сердцебиением, затруднением дыхания или потерей сознания. При наличии этих или похожих симптомов срочно вызывайте «скорую помощь». До приезда врача больного надо удобно усадить или уложить, расстегнуть воротник или пояс, обеспечить доступ свежего воздуха и дать таблетку нитроглицерина под язык (если только человек не страдает пониженным давлением).

Что дальше?

Как только вы сообщите «скорой помощи» о ваших симптомах, к вам срочно будет направлена кардиологическая бригада. Врачи быстро снимут боль и доставят вас в стационар или медицинский центр, где имеется возможность проводить чрезкожные коронарные вмешательства (баллонная ангиопластика и стентирование). Сегодня данное лечение является наиболее эффективным и, самое главное, достаточно безопасным при инфаркте миокарда. При этом происходит быстрое восстановление кровотока по закрытой артерии вашего сердца. Суть метода заключается в том, что через одну из ваших артерий (на руке или ноге) вводят специальный катетер с баллоном или свернутой сеточкой (стент), на конце, подводят его к пораженному участку сердечной артерии и расправляют баллон или сетку. Баллон разрушает бляшку и расширяет просвет артерии, а стент укрепляет его стенку.

Лечение больных острым инфарктом миокарда — одно из главных направлений работы Городской клинической больни-



цы № 64. С 2012 года в больнице функционирует первичное сосудистое отделение (в состав которого входят современное кардиореанимационное отделение, отделение неотложной кардиологии и отделение рентгенохирургии). Врачи проводят лечение в соответствии с современными международными рекомендациями, качественно выполняют малоинвазивные операции без наркоза и разрезов на артериях сердца и устанавливают стенты, что позволяет остановить развитие гибели сердечной мышцы.

Кардиологическая служба в нашей клинике работает круглосуточно 7 дней в неделю.

Мы всегда рады помочь вам!

ЧТОБЫ УХОД НЕ БЫЛ ОБУЗОЙ



Тамара ШЦЕРБАКОВА,
главная медсестра ГКБ№ 64

Пожилой возраст — это осень жизни, и хочется, чтобы осень эта была теплой и ласковой. Мы стремимся уделять нашим пожилым родственникам максимум времени и внимания,

часто отказываясь от привычного ритма жизни. Однако иногда возникает ощущение, что наши усилия напрасны, и близкий нам человек испытывает дискомфорт, чувствует себя обузой. Как избежать таких проблем? Об этом наш разговор с главной медсестрой ГКБ№ 64 Тамарой Павловной Щербаковой.

— К сожалению, в обычной квартире сложно создать безопасные условия для пожилого человека. Особенно если он страдает ухудшением памяти или зрения, с трудом передвигается.

— Да, слишком много препятствий, слишком много углов...

— Именно. А ведь падения, даже дома, для пожилых людей часто заканчиваются серьезными травмами. Эти травмы нередко приводят к полной потере способности самостоятельно передвигаться и обслуживать себя. Такие же проблемы появляются в результате инсульта.

Восстановление после травм или инсульта у пожилых людей обычно затягивается на несколько месяцев. В этот период им необходимы постоянное наблюдение и уход, обеспечить которые только силами родственников крайне сложно.

— Тем более, что родственники, как правило, работают...

— Это раз. Другой нюанс: ваши родители проживали до болезни отдельно от вас. А сейчас, после выписки из стационара, потребовалось перевезти их к себе. Это значит: поменять устоявшийся ритм и образ жизни. Понятно, что это создает психологические проблемы в доме, которые тоже не идут на пользу больному человеку.

— Как же преодолеть эти психологические проблемы?

— Выходом в этой ситуации может стать помощь специалистов. Есть такие и в нашей больнице № 64.

Наша клиника принимает на временное пребывание пожилых и лежачих пациентов с ограниченной способностью к самообслуживанию, требующих постоянного сестринского ухода и наблюдения.

Медсестры также имеют большой опыт по уходу за пациентами на дому. Они доброжелательны, терпеливы и всегда готовы прийти на помощь. В случае необходимости могут обучить основам ухода за больным ближайших родственников пациента.

Обращайтесь, мы всегда рады вам помочь.

ВНИМАНИЕ, ДИАБЕТ!

Сахарный диабет — один из самых распространенных недугов. Однако диабет — это еще далеко не приговор. Разумеется, если больной серьезно относится к себе и к своему лечению.

Если вы страдаете сахарным диабетом, то должны помнить, что самыми серьезными его последствиями являются сосудистые осложнения: нарушение выделительной функции почек, вплоть до необходимости применения аппарата «искусственная почка», слепота, закупорка сосудов сердца, головного мозга, периферических сосудов нижних конечностей с развитием инсультов, инфарктов сердца, гангрены нижних конечностей. Именно эти осложнения являются основной причиной инвалидности и смертности среди больных сахарным диабетом. Чтобы не допустить этого, необходимы регулярные профилактика и лечение.

С 2012 года на базе 19-го терапевтического отделения ГКБ № 64 оказывается помощь пациентам с заболеваниями эндокринной системы.

Особенностью нашей больницы является то, что мы занимаемся диагностикой и лечением всех имеющихся болезней, которые сопутствуют сахарному диабету. Чаще всего наши пациенты имеют целый «букет» различных заболеваний. Это и артериальная гипертензия, и ишемическая болезнь сердца (ИБС), инфекции мочевыделительной системы, бронхолегочной системы. Больные диабетом страдают от онемения и болей нижних конечностей, имеют проблемы с желудочно-кишечным трактом, печенью, опорно-двигательным аппаратом.

В ГКБ № 64 вам проведут коррекцию уровня артериального давления, диагностику и лечение ИБС (которая при сахарном диабете может протекать без видимых симптомов,

то есть без болей в грудной клетке) и других осложнений сахарного диабета. В нашем распоряжении имеется весь спектр необходимой лабораторной и инструментальной диагностики (липидный профиль, мониторинг гликемии, ЭХО-КГ, дуплексное сканирование сосудов нижних конечностей, холтеровское мониторирование ЭКГ, при наличии показаний проводится компьютерная томография головного мозга). Подход к выбору терапии индивидуален для каждого пациента, с учетом сопутствующей патологии и переносимости лекарственных препаратов.

Большим преимуществом нашего стационара является возможность оказывать больным высокотехнологическую медицинскую помощь. Так, в условиях рентгенохирургического отделения выполняется исследование сосудов сердца, почек, головного мозга. При

выявлении значительного сужения их просвета проводится расширение сосудов (стентирование, пластика). Все эти методы доступны и для больных эндокринологического профиля, что особенно актуально для пациентов с сахарным диабетом.

Помимо этого, пациенты получают необходимые консультации специалистов для выявления поздних осложнений сахарного диабета. На базе отделения гнойной хирургии располагается центр по лечению больных с «диабетической стопой».

Лечение больных осуществляется при участии профессоров и доцентов кафедр факультетской терапии и пропедевтики внутренних болезней РУДН во главе с академиком РАН профессором В.С. Моисеевым и профессором Ж. Д. Кобалава. Таким образом, к вашим услугам — лучшие имена отечественной медицины.



ТАЛОН НА ВМП

Как получить высокотехнологичную медицинскую помощь в Городской клинической больнице №64 — об этом нам рассказывает Анна Сергеевна МИЛЬТО, доктор медицинских наук, заместитель главного врача ГКБ №64 по лечебной работе.

— Что такое высокотехнологичная медпомощь?

— Так называется комплекс лечебных и диагностических мероприятий, которые предоставляются в стационаре с использованием сложных и уникальных медицинских технологий. Естественно, эти технологии и очень дороги и наукоемки. Однако каждый гражданин России имеет право получить высокотехнологичную медицинскую помощь (ВМП) бесплатно. Порядок оказания такой помощи и перечень учреждений, которые могут ее оказывать, определены приказами Минздрава России. Среди таких учреждений и ГКБ №64.

— Какие же виды ВМП оказывает ваша больница?

— Это сердечно-сосудистая хирургия, включая коронарографию, стентирование коронарных артерий; травматология и ортопедия, включая эндопротезирование крупных суставов — тазобедренного и коленного, а также диагностические и лечебные артроскопии.

— Что нужно сделать для того, чтобы получить высокотехнологичную медицинскую помощь?

— Прежде всего, необходимо оформить квоту на ее оказание. Выглядит это так. Лечащий врач в поликлинике по месту жительства выявляет у больного заболевание, направляет его к нам в клинику-диагностическое отделение.

Здесь больному при необходимости проведут углубленные исследования, чтобы установить точный клинический диагноз и определить, какое оперативное вмешательство необходимо.

Когда окончательный диагноз установлен, комиссия ГКБ №64 готовит документы и передает их на рассмотрение комиссии при Департаменте здравоохранения города Москвы.

Далее эти документы рассматриваются комиссией Департамента здравоохранения по оказанию ВМП с участием главных специалистов.

— С участием самого больного?

— Как правило, нет, хотя в случае необходимости главный специалист может пригласить его на очную консультацию. Если принимается положительное решение, то на пациента оформляется специальная учетная форма «Талон на оказание ВМП».

Клинико-диагностическое отделение ГКБ №64 информирует пациента о принятом решении и выдает направление в конкретную клинику с указанием даты госпитализации.

— А может ли человек представить документы в комиссию при Департаменте самостоятельно?

— Может и сам человек, и его законный представитель или доверенное лицо. В этом случае выписка из протокола решения врачебной комиссии выдается на руки самому пациенту или его представителю.

— Насколько быстро человек может получить высокотехнологичную медпомощь?

— К сожалению, действующая система получения ВМП далека от совершенства. В сред-



Анна МИЛЬТО, доктор медицинских наук, заместитель главного врача ГКБ №64 по лечебной работе

нем между установлением диагноза лечащим врачом до момента оказания ВМП может проходить от нескольких дней до нескольких месяцев. Это зависит от экстренности оказания медицинской помощи, очередности в листе ожидания, наличия свободных мест в медицинском учреждении и т.д.

— А что делать, если человек не согласен с решением комиссии?

— Он имеет право обжаловать любые решения на любом этапе.

Что же до самой высокотехнологичной помощи, то для ее оказания в нашей больнице есть все необходимое — и первоклассные специалисты, и новейшее оборудование. Если вас направили на лечение в ГКБ №64, не сомневайтесь — вы получите надлежащее лечение и должный уход.

НОВЫЙ ПОЛИС — НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ

Сегодня в здравоохранении — время реформ. Существенно меняются как система обязательного медицинского страхования (ОМС), так и система организации амбулаторно-поликлинической и стационарной помощи. В этом году в московскую программу ОМС вошли многие виды высокотехнологичной узкоспециализированной медицинской помощи. По мнению экспертов, это обеспечит ее доступность при сокращении сроков ожидания для значительной части москвичей.

Меняется и порядок сопровождения пациентов со стороны страховых организаций. Что это означает? Страховая компания будет проводить мониторинг стационарного лечения своего клиента, следя за тем, чтобы помощь ему предоставлялась в установленные сроки, использовались эффективные методы и технологии лечения.

Поэтому каждому москвичу очень важно правильно выбрать свою страховую компанию. Правильно — значит, получить не просто по-



лис, а надежного союзника и помощника в охране своего здоровья.

В Москве сегодня действуют 12 страховых компаний. Многие работают в системе уже 20 лет. Естественно, логично в первую очередь доверять тем, кто проверен временем.

В пунктах выдачи полисов сейчас идет активная замена полисов ОМС старого образца на новые. Именно он обеспечивает возможность электронной записи к врачу, быструю идентификацию застрахованного для оперативного оказания помощи в неотложных случаях, получение медицинской помощи в любой точке Российской Федерации, интеграцию с Универсальной электронной картой.

Практически каждый сейчас является активным интернет-пользователем. Поэтому, чтобы оформить новый полис ОМС или получить его впервые, не обязательно куда-то ехать. Это можно сделать не выходя из дома, с помощью web-ресурса medstrakh.ru. Удобны и такие серви-

сы, как SMS-оповещение о готовности полиса, доступ к личному кабинету на сайте, круглосуточный контакт-центр, маршрутизация застрахованного с привлечением врачей-специалистов, консультации экспертов, функция «полис online», информация о пунктах выдачи или доставке полиса на дом или в офис.

ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ: ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ



Отвечает **Мargarита Павловна КАРПАЧЕВА** — заместитель генерального директора ОАО МСК «Медстрах»

Я потеряла карточку полиса ОМС, сам бумажный документ у меня в наличии. Как мне получить пластиковую карту повторно?

ОТВЕТ: С 1 мая 2011 года в стране выдаются полисы нового единого образца. Согласно статье 51 Федерального закона от 29 ноября 2010 г. № 326 «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации» полисы обязательного медицинского страхования, выданные лицам, застрахованным по обязательному медицинскому страхованию до 1 января 2011 года, являются действующими до замены их на полисы обязательного медицинского страхования единого образца. Новый полис представляет собой бумажный документ (носитель) в формате А5.

Могу ли я получить полисы ОМС за всех членов семьи?

ОТВЕТ: Да, можете. Если у Ваших членов семьи нет возможности обратиться в страховую компанию самостоятельно, то Вы, при наличии надлежащим образом оформленной доверенности, сможете за них подать заявление на оформление полиса ОМС. При себе необходимо иметь паспорт, доверенность от каждого члена семьи старше 14 лет и их паспорта (для взрослых), паспорт законного представителя (если вы таковым не являетесь) и свидетельство о рождении ребенка (для детей).

Как получают бесплатную медицинскую помощь новорожденные до получения свидетельства о рождении?

ОТВЕТ: Обязательное медицинское страхование детей со дня рождения до дня государственной регистрации рождения (до выдачи ЗАГСом свидетельства о рождении ребенка) осуществляется страховой медицинской организацией, в которой застрахованы их матери или другие законные представители.

Таким образом, бесплатную медицинскую помощь ребенок получает по полису матери или другого законного представителя.

Какой срок действия у временного свидетельства, которое выдается на время изготовления полиса единого образца? Можно ли получить бесплатную медицинскую помощь по этому свидетельству?

ОТВЕТ: Временное свидетельство (ВС) подтверждает оформление полиса и удостоверяет Ваше право на бесплатное получение медицинской помощи. ВС действительно до момента получения полиса ОМС, но не более 30-ти рабочих дней с даты его выдачи. В случае истечения срока действия временного свидетельства до момента получения застрахованным лицом полиса

единого образца территориальный фонд обязательного медицинского страхования и страховая медицинская организация принимают меры по организации беспрепятственного оказания медицинской помощи застрахованным лицам по временному свидетельству при наступлении страхового случая до момента получения полиса обязательного медицинского страхования единого образца.

Какие документы необходимы для получения полиса ОМС новорожденного?

ОТВЕТ: В соответствии с пунктом 9 Правил обязательного медицинского страхования, для детей, являющихся гражданами Российской Федерации, после государственной регистрации рождения и до четырнадцати лет, к заявлению о выборе (замене) страховой медицинской организации прилагаются следующие документы:

- свидетельство о рождении;
- документ, удостоверяющий личность законного представителя ребенка (паспорт);
- СНИЛС (при наличии).

У меня на руках полис ОМС старого образца. В какой срок я должна его обменять?

ОТВЕТ: Полисы обязательного медицинского страхования, выданные лицам, застрахованным по обязательному медицинскому страхованию до 1 января 2011 года, являются действующими до замены их на полисы обязательного медицинского страхования единого образца. Это значит, что по полису старого образца, как и прежде, Вы можете получать бесплатную медицинскую помощь в поликлиниках и больницах по территориальной программе ОМС. Отказ персонала медицинской организации в предоставлении медицинской помощи по этому полису является грубым нарушением ваших прав. В случае отказа в обслуживании Вам следует обратиться в свою страховую компанию.

По новому закону я имею право выбрать поликлинику. Подскажите, как это сделать?

ОТВЕТ: Реализация права граждан, застрахованных по ОМС, на выбор медицинской организации осуществляется на основании письменного заявления на имя главного врача, в соответствии с ресурсными возможностями учреждения: мощностью, укомплектованностью медицинскими кадрами, и Порядком организации медицинского обслуживания населения по участковому принципу.

Какие документы необходимы для оформления полиса ОМС?

ОТВЕТ: Для оформления полиса обязательного медицинского страхования необходимы следующие документы:

1. Для детей до четырнадцати лет, являющихся гражданами Российской Федерации: свидетельство о рождении, паспорт законного представителя ребенка, страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования (при наличии).
2. Для граждан Российской Федерации в возрасте четырнадцати лет и старше: паспорт гражданина Российской Федерации (временное удостоверение личности гражданина РФ), страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования (при наличии).
3. Для лиц, имеющих право на медицинскую помощь в соответствии с Федеральным законом «О беженцах»: удостоверение беженца или свидетельство о рассмотрении ходатайства о признании беженцем по существу, или копия жалобы на решение о лишении статуса беженца в Федеральную миграционную службу с отметкой о ее приеме к рассмотрению, или свидетельство о предоставлении временного убежища на территории Российской Федерации.
4. Для иностранных граждан, постоянно проживающих в Российской Федерации: паспорт иностранного гражданина, вид на жительство с отметкой о регистрации по месту жительства, страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования (при наличии).
5. Для лиц без гражданства, постоянно проживающих в Российской Федерации: документ удостоверяющий личность лица без гражданства, вид на жительство, страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования (при наличии).
6. Для иностранных граждан, временно проживающих в Российской Федерации: паспорт иностранного гражданина с отметкой о разрешении на временное проживание в Российской Федерации, регистрация по месту жительства.
7. Для лиц без гражданства, временно проживающих в Российской Федерации: документ, удостоверяющий личность лица без гражданства, с отметкой о разрешении на временное проживание в Российской Федерации, либо документ установленной формы, выдаваемый в Российской Федерации лицу без гражданства, не имеющему документа, удостоверяющего его личность.

Для Вашего удобства, Вы можете заказать доставку готового полиса обязательного медицинского страхования.

Стоимость курьерской доставки по Москве в пределах МКАД — 380 рублей.

Вы можете заказать полис себе, близким, друзьям, коллегам. При заказе 10 и более полисов обязательного медицинского страхования доставка осуществляется БЕСПЛАТНО.

Спросите у оператора:

8 (495) 777-23-23



Учредитель:
Общество с ограниченной ответственностью «Медицинская страховая компания «МЕДСТРАХ»

Главный редактор:
Шарапова О. В.

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Москве и Московской области.

Свидетельство о регистрации СМИ:
ПИ № ТУ50-61903 от 12.02.2014 г

Адрес редакции:
107140, г. Москва,
Малый Краснопрудный тупик, д.1, стр.1.

Тел.: +7 (497) 777-23-23

Электронная почта:
info@medstrakh.ru

Выходит ежемесячно

Распространяется бесплатно в Юго-Западном административном округе г. Москвы

Отпечатано в ООО «Богородский полиграфический комбинат» 142200, Московская область, г. Ногинск, ул. Индустриальная, д. 40 Б
Тираж: 100 000 экз.
Заказ №
Подписано в печать