

журнал о здоровье и здоровом образе жизни

# ТОПНУС #11 *Life*

С Новым  
**2018**  
годом!

ЭФФЕКТ  
БАБОЧКИ



ПИКАНТНОЕ  
ОФОРМЛЕНИЕ

**МАРИЯ КОСЯКИНА:**

«Специальность врача -  
настоящее искусство!»

ГОЛЛИВУДСКАЯ  
УЛЫБКА

**12**  
**Месяцев**  
Фотопроект-сказка

зима 2017-2018

16+



# Преобразись к Новому году!

- Термолифтинг
- Лазерное фотоомоложение
- Фракционное лазерное омоложение
- Лазерное удаление сосудов
- Лазерное удаление пигментаций
- Безболезненная лазерная эпиляция
- Все виды пилингов и чисток
- Контурная пластика
- Биоревитализация
- Ботулинотерапия
- Плазмолифтинг
- Мезотерапия
- Нитевой лифтинг
- Биоармирование
- Криолиполиз
- Криосауна
- Лазерный липолиз
- Микротоковая терапия
- Массаж, обертывания
- Комплексная программа снижения веса

*Стать  
красивой легко!*

ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ  
**ТОНУС**  
*Premium*

ул. Б.Покровская, 62  
т. (831) 411-11-75

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ





16+

6. Важный вопрос



20.

Пройди обследование вовремя

46.

Эффект бабочки



## ДЕЛО КАЖДОГО

6. Важный вопрос

## ЛИЦО НОМЕРА

12. Мария Косякина:  
«Специальность врача – настоящее искусство!»

## ДЕЛО КАЖДОГО

20. Пройди обследование вовремя

25. Не чихайте на насморк!

## ЧТО НОВОГО

30. Новости

## ДЕТИ

39. Родителям на заметку: аллергия у детей

## ЭТО ИНТЕРЕСНО

46. Эффект бабочки

50. Здоровый гороскоп

12. Мария Косякина:  
«Специальность врача – настоящее искусство!»



39. Родителям на заметку:  
аллергия у детей





## 53. Компьютерная диагностика зрения



## 59. Всемогущий лазер

## 70. 10 мифов об ЭКО



# Содержание

### ЗРИ В КОРЕНЬ

#### 53. Компьютерная диагностика зрения

### КРАСОТА

#### 59. Всемогущий лазер

#### 64. Голливудская улыбка

### В ОЖИДАНИИ ЧУДА

#### 70. 10 мифов об ЭКО

### ИЗ ЖИЗНИ

#### 74. Фотопроект

### ТЕТ-А-ТЕТ

#### 89. Пикантное оформление

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР  
Андрей Владиславович  
Петров

АДРЕС РЕДАКЦИИ  
И ИЗДАТЕЛЯ: 603146,  
г. Нижний Новгород,  
ул. Юбилейная, д.41А.

ДИЗАЙНЕР  
Анастасия  
Белякова

ВЕРСТКА  
Елена  
Емельянова

КОРРЕКТОР  
Ирина  
Зубкова

РЕКЛАМНЫЙ ОТДЕЛ  
Тамара  
Максимова

ЖУРНАЛИСТ:  
Светлана  
Мисник

УЧРЕДИТЕЛЬ  
ООО «Холдинг  
«Единение»

ПЕРИОДИЧНОСТЬ:  
раз в квартал

ТИРАЖ:  
5000 экземпляров

ПОДПИСАНО В ПЕЧАТЬ:  
08.12.2017 г.

Отпечатано  
в типографии  
«РИММИНИ».  
Адрес: Н. Новгород,  
ул. Красноезвездная, 7а,  
2-й этаж,  
тел. (831) 422-57-80  
office@rimmini.ru

Любое  
воспроизведение  
материалов и их  
фрагментов возможно  
только по согласованию  
с редакцией.

По всем вопросам  
обращаться  
info@tonus.nnov.ru

Журнал «ТОНУСLife» зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных и массовых коммуникаций по Приволжскому федеральному округу. Свидетельство о регистрации средств массовой информации ПИИ№ ТУ52-01085 от 17 ноября 2015 г.

Распространяется бесплатно на территории Нижегородской области. Все рекламируемые товары подлежат обязательной сертификации, а услуги — лицензированию, при наличии о том требования в законодательстве РФ. Ответственность за содержание рекламы несет рекламодатель.

Настоящий журнал издается в соответствии с законодательством о средствах массовой информации — Закон РФ «О средствах массовой информации» от 27.12.1991 г. № 2124-1, законодательством о рекламе — Закон РФ «О рекламе» от 13.03.2006 г. № 38-ФЗ, прочим нормативным актам Российской Федерации.

Рекламные модули и рекламные статьи помечены знаком «На правах рекламы». Всё остальное не является рекламой.



С Новым  
**2018**  
годом!

В канун Нового года наступает время, когда стоит оглянуться назад и задуматься... Вспомнить все хорошее, что произошло с Вами за год, поблагодарить близких людей за внимание и поддержку, переосмыслить неудачи и отпустить все то, что Вас расстраивало и огорчало. Начните жизнь с чистого листа, смотрите в будущее с радужными надеждами, верьте в себя и свои силы! В Новом году я хочу пожелать Вам стабильности, процветания, счастья, любви и, конечно же, здоровья. Пусть 2018 год наполнит Ваши дома душевной теплотой, принесет Вам незабываемые впечатления, исполнит самые заветные мечты, окружит любовью близких, уважением коллег и друзей, хочется, чтобы отличное настроение и душевный подъем всегда сопровождали Вашу жизнь!

Ольга Михалева  
Генеральный директор  
сети медицинских клиник «Тонус»



ДЕЛО КАЖДОГО

# ВАЖНЫЙ вопрос

В каждом номере журнала специалисты сети медицинских клиник «Тонус» отвечают на несколько писем из нашей почты.

Отправить свой вопрос можно по адресу: [info@tonus.nnov.ru](mailto:info@tonus.nnov.ru) с пометкой «Журнал».

*Добрый день. Недавно перестала кормить грудью, но до сих пор из соска выделяется какая-то жидкость. Подскажите, пожалуйста, опасны ли эти выделения?*

*Отвечает*



**Сергей Пегов,**  
врач-онколог, маммолог,  
врач высшей категории,  
заведующий отделением маммологии  
клиники «ТОНУС ПРЕМИУМ»

Молозивные выделения из сосков (только при надавливании!) после прекращения грудного вскармливания – очень распространенное безопасное физиологическое явление. Они могут обнаружиться в течение нескольких лет после родов. Цвет их также весьма variabelen: от светло-желтых до темно-зеленых. Поводом для беспокойства должны быть так называемые спонтанные выделения, которые появляются сами по себе, без внешнего воздействия на сосок, а также кровянистые или «янтарные» (ярко-желтые) выделения. В этом случае нужно незамедлительно обратиться к маммологу, который проведет полное обследование, включающее в себя визуальный осмотр, сбор необходимых анализов, а также назначит дуктографию. В некоторых случаях может потребоваться консультация других специалистов: онколога, гинеколога и эндокринолога.





*Слышала, что если носить очки, то зрение портится быстрее. Насколько верно это утверждение?*

*Отвечает*



**Юрий Кудрявцев,**  
заместитель главного врача  
клиники «Тонус АМАРИС»,  
рефракционный хирург,  
врач высшей категории

Это утверждение в корне неверно. Совсем наоборот: если не носить очки, зрение начнет портиться быстрее. Это связано с тем, что глаз не может правильно фокусироваться из-за слабости (при близорукости) или перенапряжения (при дальнозоркости) глазных мышц. Очки же заставляют глаз работать, корректируют и «настраивают» правильную фокусировку, позволяя пациенту видеть, как практически здоровому человеку. Миф о том, что, если носить очки, зрение будет быстрее падать, возник потому, что глаз и мозг тесно связаны друг с другом. Как только человек начинает носить очки, мозг привыкает «хорошо видеть», у него остаются в памяти четкие образы. Когда пациент снимает очки, у него создается мнимое ощущение, что зрение ухудшилось, потому что глаза абсолютно не могут сконцентрироваться, а предметы «плывут». Человек может винить врача, который выписал очки, в том, что он стал хуже видеть, но факт остается фактом – если есть тенденция к ухудшению зрения, оно будет со временем снижаться, независимо от того, носит пациент очки или нет. Зрение может снижаться по многим причинам, и если вы это чувствуете, то незамедлительно обратитесь к офтальмологу, чтобы на ранних стадиях затормозить патологический процесс.

*Недавно сдала анализы на гормоны. Результаты показали, что у меня повышенный тестостерон. Чем это может мне грозить и какие способы его снижения порекомендуете?*

*Отвечает*



**Наталья Звонова,**  
врач-эндокринолог  
сети медицинских клиник «Тонус»

Опасность повышенного тестостерона зависит от возраста женщины. В молодые годы повышенный уровень тестостерона, как правило, выявляется при синдроме поликистозных яичников. При этом состоянии часто нарушается репродуктивная функция: избыток мужских половых гормонов и дефицит женских препятствует наступлению беременности, способствует набору веса и наступлению ранней менопаузы. При своевременном обращении к эндокринологу и гинекологу этих проблем можно избежать.

У женщин зрелого возраста многократное увеличение тестостерона может быть признаком гормонально-активного образования, требующего консультации хирурга (такая патология встречается крайне редко). У женщин старшей возрастной группы уровень тестостерона сохраняется повышенным относительно угасших женских половых гормонов и отвечает за мышечную работу. В любом случае задача врача – не получить «нормальные» значения анализов, а решить проблему пациента, а это возможно только при очной встрече.







*Собираюсь сделать флебэктомию. Как долго длится восстановительный период и можно ли после такой операции ходить на каблуках?*

**Отвечает**



**Александр Клецкин,**  
врач-флеболог, ангиохирург  
клиники «ТОНУС ПРЕМИУМ»,  
профессор, д. м. н.

После операции флебэктомии индивидуальный режим пациента зависит от стадии заболевания и объема операции, которые определяет оперирующий хирург. Среднестатистическая ситуация: на 7–8-й день после операции снимают швы, сразу после флебэктомии больной носит эластичные бинты до полного самопроизвольного очищения послеоперационных швов от «корочек»-струпов. Насильно их удалять нельзя, иначе останется косметический дефект. Этот период занимает 4–6 недель. Затем пациент переходит на индивидуально подобранный компрессионный трикотаж (гольфы, чулки или колготки) как минимум на 6–8 месяцев, а желательно пожизненно. Физическая активность не ограничена, уже с первых суток после операции пациент может вернуться к привычному образу жизни. Обувь на каблуках не противопоказана. Для женщин адекватный каблук 4–6 см, крайности в виде плоской подошвы или обуви на шпильках для постоянного ношения нежелательны, но в театр или на праздник надеть можно.

*У меня расширенные поры. Домашние маски и лосьоны не помогают. Какими еще способами можно избавиться от проблемы?*

**Отвечает**

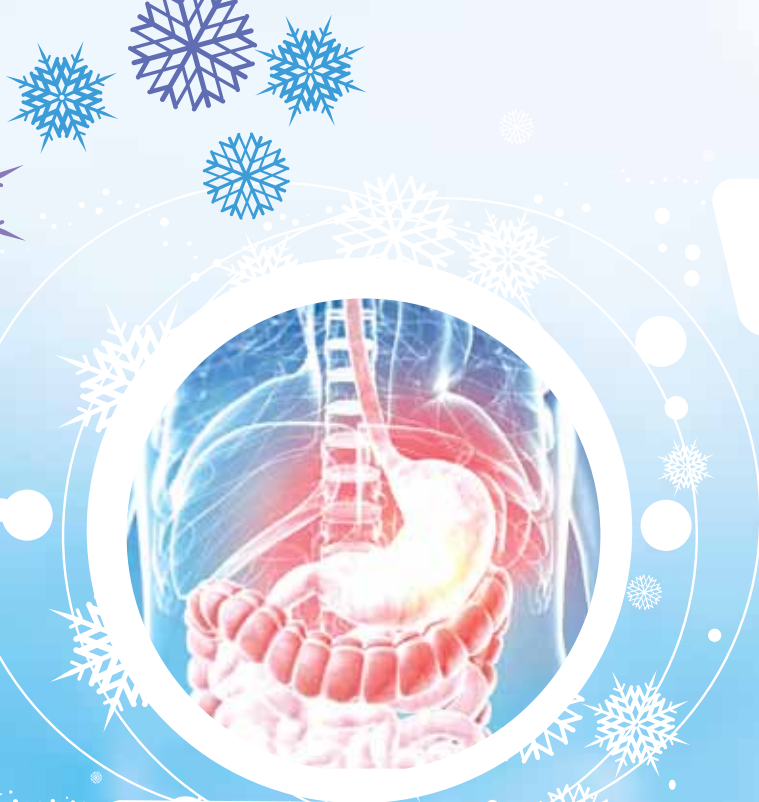


**Мария Склемина,**  
врач-косметолог центра  
эстетической медицины  
«ТОНУС ПРЕМИУМ»

Расширенные поры – это результат избыточной секреции сальных желез. Чаще всего проблема локализуется в области крыльев носа, на подбородке, на щеках и лбу. С ней сталкиваются в основном обладательницы жирной кожи. К избавлению от расширенных пор необходимо подходить комплексно. Сначала необходимо пройти очную консультацию у косметолога, который на основании особенностей кожи подберет индивидуальные косметические средства, которые будут правильно ухаживать, очищать и сужать поры. Кроме того, в центрах эстетической медицины есть процедуры, которые помогают справиться с проблемой расширенных пор: это пилинги, в частности аппаратный, химический и газожидкостный, поросуживающие маски, воздействие жидким азотом. Если проблема сильно выражена, специалист может порекомендовать воздействие на кожу самым мощным в мире лазером Palomar ICON, который не только сузит поры, но и выровнит цвет лица.







*Назначена процедура ФГДС и колоноскопии. Очень боюсь ее проходить из-за возможных болевых ощущений. Можно ли чем-нибудь ее заменить?*



**Отвечает**

**Андрей Рябов,**  
врач-эндоскопист, хирург медицинского центра «Тонус»

Ни ФГДС, ни колоноскопию нельзя заменить ни одним из других существующих методов диагностики, поскольку именно эти процедуры являются наиболее информативными для изучения состояния желудочно-кишечного тракта и без них невозможно обнаружить многие патологии. Кроме того, только эти процедуры позволяют взять образцы тканей для последующего изучения их под микроскопом и установления природы новообразования (если они имеются). Бояться ничего не нужно, тем более что в современных медицинских центрах предлагают пройти процедуры ФГДС и колоноскопии под наркозом (в состоянии медикаментозного сна). Применение легкого наркоза абсолютно безопасно, позволяет избежать боли и ощущения дискомфорта; кроме того, в таких условиях значительно повышается качество проводимого обследования.

*Как отличить гиперактивного ребенка от просто подвижного? Чем может быть вызвана гиперактивность? Насколько она опасна и как с ней бороться?*



**Отвечает**

**Екатерина Долганова,**  
детский невролог, нейрофизиолог клиники неврологии и эпилептологии «ТОНУС ЛАЙФ», ассистент кафедры неврологии, нейрохирургии и медицинской генетики НижГМА

Причины развития синдрома гиперактивности многофакториальны. Считается, что гиперактивность у детей может быть обусловлена генетическими факторами и ранним органическим повреждением центральной нервной системы, которые нередко сочетаются друг с другом. Первые признаки могут появиться еще на первом году жизни, когда ребенок чрезмерно активен, развивается с моторным опережением. Гиперактивность (с дефицитом внимания) чаще встречается у мальчиков. Наиболее распространенные симптомы выражаются в нарушении внимания, невозможном сосредоточивании на чем-то конкретном, сложности при последовательном исполнении задач, забывчивости, неорганизованности, трудности при переключении на другой вид деятельности, импульсивности, раздражительности, неумении учиться на своих ошибках, постоянном пребывании в бесцельном движении.

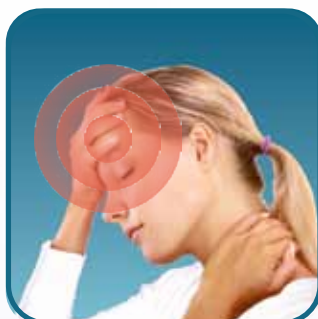
Гиперактивность не опасна, но можно столкнуться с серьезными проблемами в обучении. Дети с синдромом гиперактивности не могут полностью обрабатывать отдельные виды информации. Один ребенок хуже понимает то, что видит, другой – то, что слышит. В результате гиперактивные дети (с дефицитом внимания) имеют проблемы в изучении школьных предметов. Хотя и считается, что синдром гиперактивности полностью не излечивается, но он поддается корректированию. Цель работы – помочь малышу реализовать свой потенциал. Лечение гиперактивных детей (с дефицитом внимания) может сочетать образовательные методы, медикаментозную и поведенческую терапию. Курс лечения подбирается индивидуально детским врачом-неврологом.



**БЕСПОКОИТ  
СПИНА?**



**БОЛИТ  
ГОЛОВА?**



**ПРОБЛЕМЫ  
С СЕРДЦЕМ?**



**НАРУШЕН  
СОН?**



## ПЕРВЫЙ ПРОФИЛЬНЫЙ ЦЕНТР НЕВРОЛОГИИ

### ОТДЕЛЕНИЕ ЛУЧЕВОЙ ДИАГНОСТИКИ

- МРТ 3,0 Тесла
- Онкоскрининг всего организма
- Цифровая рентгенография
- УЗИ, в т. ч. триплексное сканирование сосудов

### КЛИНИКО-ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ

### ДНЕВНОЙ СТАЦИОНАР

### ОТДЕЛЕНИЕ ФИЗИОТЕРАПИИ



### ОТДЕЛЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ДИАГНОСТИКИ

- МР-спектроскопия
- Электроэнцефалография (ЭЭГ)
- Видео-ЭЭГ-мониторинг
- Полисомнография (ПСГ)
- Электронейромиография (ЭНМГ)
- Вызванные потенциалы (когнитивные, слуховые, зрительные, соматосенсорные)
- Холтеровское ЭКГ-мониторирование
- АД-мониторирование
- Эхокардиография

### ПОЛИКЛИНИЧЕСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

- Невролог (взрослый/детский)
- Эпилептолог (взрослый/детский)
- Цефалголог ● Вестибулолог
- Паркинсонолог ● Ботулинотерапевт
- Нейропсихолог ● Сомнолог
- Вертеброневролог ● Рефлексотерапевт
- Мануальный терапевт ● Нейрохирург
- Кардиолог ● Ревматолог ● Эндокринолог
- Психиатр (взрослый/детский)
- Психотерапевт ● Дефектолог ● Логопед
- Психолог (взрослый, детский, семейный)

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ



# МЕДИЦИНА ЕСТЬ ЦИВИЛИЗАЦИЯ



## Мария Юрьевна Косякина

Руководитель Клиники неврологии и эпилептологии,  
к. м. н., врач-невролог высшей категории,  
эпилептолог, паркинсонолог

**СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ КЛИНИКА ДИАГНОСТИКИ  
И ЛЕЧЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ:**

**ЦЕНТР ЭПИЛЕПТОЛОГИИ**

**ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ ГОЛОВНОЙ БОЛИ**

**ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ ГОЛОВОКРУЖЕНИЯ И НАРУШЕНИЙ РАВНОВЕСИЯ**

**ЦЕНТР ЭКСТРАПИРАМИДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И БОТУЛИНОТЕРАПИИ**

**ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ НАРУШЕНИЙ ПАМЯТИ**

**ЦЕНТР ЦЕРЕБРОВАСКУЛЯРНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ**

**ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ БОЛИ В СПИНЕ**

**ЦЕНТР ПСИХИАТРИИ**

**ЦЕНТР ДЕТСКОЙ НЕВРОЛОГИИ И ПСИХИАТРИИ**

**ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ НАРУШЕНИЙ СНА**

**МЫ ЛЕЧИМ ВСЕ ИЗВЕСТНЫЕ НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ  
ЗАБОЛЕВАНИЯ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ У ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ**

**ТОНУС**  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

*Life*


[www.tonus-life.ru](http://www.tonus-life.ru)

**т. (831) 411-11-31**

**г. Нижний Новгород, ул. Родионова, 190 Д**


ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ






# МАРИЯ КОСЯКИНА:

«СПЕЦИАЛЬНОСТЬ  
ВРАЧА – НАСТОЯЩЕЕ  
ИСКУССТВО!»



*В Нижнем Новгороде открылась современная Клиника неврологии и эпилептологии «ТОНУС ЛАЙФ» для пациентов с заболеваниями центральной и периферической нервной системы. Аналогов данной клиники нет ни в Нижегородской области, ни в близлежащих регионах. В своих стенах клиника объединила ведущих специалистов в области неврологии и психиатрии, а также мощную лечебную и диагностическую базу. Возглавляет клинику кандидат медицинских наук, врач-невролог высшей категории Мария Юрьевна Косякина. Она по-настоящему переживает за каждого своего пациента и всегда готова прийти на помощь даже «безнадежным» больным.*



### Мария Юрьевна, почему вы решили связать свою жизнь именно с медициной?

– В старших классах передо мной стоял непростой выбор: художественное училище или медицинская академия. Я очень увлекалась живописью, окончила художественную школу. Но мама, врач-невропатолог, убедила, что живопись может быть моим хобби, за что я ей безумно благодарна. За годы работы я поняла, что специальность врача – это и есть настоящее искусство.

*Ведь каждый клинический случай уникален, потому что одно и то же заболевание может совершенно по-разному проявлять себя у пациентов разного пола, возраста, конституции. От самых, казалось бы, незначительных деталей зависит правильность диагноза, а порой и жизнь человека.*

### Почему вы решили посвятить свою жизнь неврологии и эпилептологии? Что вас особенно привлекало в этих специальностях?

– Уже на последних курсах медицинской академии я точно знала, что буду неврологом. Неврология привлекла меня как самая объемная и одна из самых сложных медицинских дисциплин. В неврологии существует множество направлений, и чтобы разобраться во всём этом многообразии, требуется учиться всю жизнь. Постепенно, год за годом, я погружаюсь в узкие направления неврологии, повышаю свою квалификацию в ведущих неврологических школах. Самыми первыми и наиболее сложными были эпилептология, экстрапирамидные расстройства и когнитивные нарушения, затем – наиболее востребованные цефалгология и вестибулология. Углубленные знания в разных областях неврологии помогают мне

разобраться практически в любой, даже самой сложной ситуации. Одно могу сказать точно: в некоторых специальностях происходит выгорание от монотонной работы, но только не в неврологии.

### Расскажите про свой первый опыт работы.

– Будучи врачом-ординатором, я целый год работала в отделении вертеброневрологии. Это отделение для пациентов с болью в спине, радикулопатиями. Меня поразило, что многие больные госпитализируются с повторными обострениями в течение года, а причина – элементарное несоблюдение рекомендаций по профилактике боли в спине. Тогда я организовала «Школу боли в спине». Собирала пациентов в холле отделения и рассказывала им о строении позвоночника, причинах боли, о том, как правильно стоять, ходить, переносить тяжести и т. д. Школа пользовалась большим успехом. До сих пор считаю, что тематические школы для пациентов с различными заболеваниями – это очень эффективный вид медицинской помощи, и их необходимо создавать на базе специализированных отделений.

### Как показывает практика, к неврологу идут с любой нерешаемой задачей. Можете дать какой-нибудь совет, как правильно формулировать неврологу задачу и с какой проблемой нужно приходить именно к врачу этой специальности?

– Работа с каждым пациентом неврологического профиля занимает много времени и требует высокой квалификации специалиста. Ведь задачей невролога является диагностика и лечение заболеваний, связанных с нару-







шением деятельности нервной системы. А это нарушения памяти, внимания, мышления, речи, болевые синдромы любой локализации, головокружение, нарушения равновесия, пошатывание, падения, нарушения координации движений, нарушения мышечной силы, чувствительности, непроизвольные движения, подергивания, тремор, судороги, повышенная утомляемость, нарушения сна и многое другое. Очень часто на первичном приеме выясняется, что у одного пациента есть и головная боль, и боль в спине, и приступы с потерей сознания, и тремор. Каждая из этих жалоб требует пристального внимания, проведения дополнительных тестов и проб. В таких случаях часа времени, выделенного на прием, не хватает.

Чтобы первичный прием у невролога прошел наиболее эффективно, пациенту следует быть готовым подробно изложить свои жалобы, историю заболевания, предоставить врачу необходимую медицинскую документацию, четко знать, какие препараты и в каких дозах он принимает. Именно поэтому на сайте Клиники неврологии и эпилептологии «ТОНУС ЛАЙФ» мы создали такой раздел, как «Амбулаторный прием», где изложены все правила подготовки к первичному приему.

### Мария Юрьевна, а конкретно к вам на прием с какими диагнозами приходят пациенты?

– В последнее время ко мне приходят сложные пациенты, которые уже «обошли всех». Когда пациент с порога заявляет: «Вы моя последняя надежда!», чувствуешь, как мера ответственности возрастает в десятки раз.

А диагнозы совершенно разные, вся неврология. Конечно, много пациентов с эпилепсией, паркинсонизмом, деменцией, головокружением, стойкой головной болью.

### Были ли какие-нибудь интересные и запоминающиеся случаи в вашей практике?

*– В моей практике было много интересных и запоминающихся случаев. Но почему-то в первую очередь вспоминаю тех пациентов, которым не смогла помочь. Это и трагедия, и урок, и осознание, что ты не всесилен...*

Всё же поделюсь историей благополучного выздоровления. Одной из частых жалоб на приеме у невролога является боль в ротовой полости. Стойкая боль зачастую приводит к удалению здоровых зубов, имплантов и протезов. Одной из пациенток из-за боли за десять лет удалили все зубы, но это не помогло, неприятные ощущения только усиливались с каждым днем. Женщина могла есть только полужидкую пищу. Из-за постоянных болей у нее развилась депрессия, дошло до психиатрического стационара, но и это не помогло. Каково же было удивление пациентки, когда на фоне приема всего лишь одного препарата, не являющегося обезболивающим средством, боль стала постепенно отступать и вскоре прошла совсем. Давно потерявшая надежду на полноценную жизнь, женщина наконец-то смогла сделать протезирование и теперь сверкает голливудской улыбкой.

В народе существует поверье, что «все болезни от нервов». Как вы к нему относитесь? Действительно ли нервная система связана с другими органами и системами организма? К каким серьезным последствиям могут привести проблемы с нервной системой относительно здоровья организма?

– Выражение «все болезни от нервов» очень близко к истине. Сбои в работе нервной системы незамедлительно вызывают неполадки в работе других систем человеческого организма. Особенно это касается так называемых психосоматических расстройств, при которых страдает тело, но причина страдания – психоэмоциональное напряжение, стресс. Это такие заболевания, как вегетативно-сосудистая дистония, гипертоническая болезнь, язвенная болезнь, бронхиальная астма, синдром раздраженного кишечника, псориаз, синдром хронической усталости и многие другие.

**Как создавалась Клиника неврологии и эпилептологии «ТОНУС ЛАЙФ»? Почему было необходимо создать целый центр?**

– Ни один даже самый опытный невролог не может знать всю неврологию одинаково глубоко. Поэтому в неврологии выделено множество узких направлений. При этом большинство пациентов даже не догадываются о существовании таких специалистов, как вертеброневролог, цефалголог, вестибулолог, эпилептолог, паркинсонолог, нейропсихолог, сомнолог.

*Не знают, что обращение именно к узкому специалисту, а не к просто неврологу, является наиболее эффективным способом решения проблем с болью в спине, головной болью, головокружением, нарушением сна, не говоря уже о таких специфических заболеваниях, как эпилепсия, болезнь Паркинсона, деменция.*

Так зародилась идея объединить в одних стенах ведущих специалистов в узких областях неврологии, а также мощную диагностическую базу, включающую наиболее современные и информативные методы исследования в неврологии, чтобы пациент с любым неврологическим заболеванием мог получить высококвалифицированную медицинскую помощь в рамках одного медицинского учреждения, а не обивать пороги множества больниц. В процессе создания центра стало понятно, что без смежных специалистов не обойтись – слишком тесно переплетается неврология с психиатрией, кардиологией, эндокринологией и ревматологией.

В результате появилась эксклюзивная для Нижнего Новгорода и ближайших регионов Клиника неврологии и эпилептологии, включающая в себя Центр эпилептологии, Центр лечения головной боли, Центр лечения головокружения и нарушений равновесия, Центр лечения боли в спине, Центр церебро-васкулярных заболеваний, Центр лечения нарушений памяти, Центр экстрапирамидных заболеваний и ботулинотерапии, Центр психиатрии, Центр детской неврологии и психиатрии и Центр лечения нарушений сна. В рамках каждого центра пациент с соответствующими заболеваниями получает в свое распоряжение передовые знания в данной области, имеет возможность пройти диагностику и лечение на самом высоком уровне.

**Профессия невролога наверняка очень сложная и напряженная. К вам постоянно приходят люди со своими проблемами, каждому нужно помочь. Как вы отвлекаетесь от работы и что вам помогает сохранять самообладание при работе с особо сложными и нервными пациентами?**

– Самое странное, у меня нет ощущения, что я «работаю». Я получаю огромное удовольствие и удовлетворение от своего дела. Моя работа – это и мое хобби. Могу все выходные посвятить чтению специализированной медицинской литературы. Конечно, у меня есть множе-





ство увлечений: живопись, художественная фотография, путешествия, благодаря которым жизнь становится еще более насыщенной и разнообразной.

Что касается сложных и нервных пациентов – просто нужно уметь сострадать, понимать, что человек болен и все его особенности, в том числе раздражительность, нетерпимость, снижение критики к своему состоянию, обусловлены заболеванием.

**Клиника «ТОНУС ЛАЙФ» была открыта относительно недавно, и вы стояли у ее истоков. Как вы подходите к выбору персонала?**

– Основной критерий при выборе персонала – доверять, как себе. В моем понимании врач должен быть профессионалом своего дела, обладать богатыми знаниями и достаточным опытом работы, а также высокими моральными качествами и ответственностью. Не менее важны энтузиазм и увлеченность тем, что ты делаешь.



Мария Косякина с Александром Крыловым, создателем мастерской по восстановлению знаменитой Янтарной комнаты и мастером по янтарю



*Считаю, что задача руководителя – выявить сильные стороны каждого специалиста и предоставить ему возможность заниматься тем, что у него получается лучше всего, то есть заниматься любимым делом. Наделенный свободой действия, специалист высокого уровня может сделать гораздо больше и для пациентов, и для развития направления в целом, чем специалист, поставленный в жесткие рамки.*

**Есть ли в клинике уникальные специалисты и оборудование, которое на территории Нижегородской области имеется только у нас?**

– Оборудование – только самое лучшее и действительно эксклюзивное для нашего региона.

Это магнитно-резонансный томограф с индукцией 3,0 Тл, позволяющий построить изображения высокого разрешения и выявить патологические изменения головного мозга даже самого небольшого размера, например фокальные корковые дисплазии и гетеротопию серого вещества при эпилепсии, мельчайшие опухоли, сосудистые мальформации, очаги рассеянного склероза.

Это ультразвуковой сканер экспертного класса Philips Epiq 7, позволяющий использовать неинвазивную трехмерную технологию для автоматической визуализации и количественной оценки бляшек в сонных артериях, параметров, характеризующих состав бляшек и процент сужения сосуда, а также проводить эхокардиографию в 3D и 4D с построением трехмерной модели сердца, что имеет важное значение в оценке риска инсульта и сердечно-сосудистых заболеваний.

Это два кабинета видео-ЭЭГ-мониторинга с камерами высокого разрешения и программой трехмерной локализации источников патологической активности Brain Loc, с возможностью проводить исследование любой продолжительности пациентам любого возраста.

Это полисомнография, позволяющая получить максимально полную информацию о функционировании различных систем организма во сне. Благодаря этому обследованию мы можем установить причину нарушений сна, выявить такие серьезные проблемы, как эпизоды остановки дыхания (апноэ) во сне, нарколепсию, уточнить причину стойкой артериальной гипертензии и утренней головной боли.

**Конечно, даже самое современное оборудование ничего не значит без специалистов, которые на нем работают. Мы по праву гордимся нашими докторами: нейрорадиологами, нейрофизиологами, врачами ультразвуковой и функциональной диагностики.**

Пожалуй, нет ни одного информативного метода исследования в неврологии, который не был бы представлен в нашей клинике на самом высоком уровне. В то же время мы отказались от неинформативных методов исследования и не практикуем направление на обследование без показаний, так как это необоснованная трата денег и времени пациента.

#### **Какие отношения у вас внутри коллектива?**

– Большинство наших сотрудников тесно взаимодействовали друг с другом в рамках своей профессиональной деятельности еще до создания медицинского центра «ТОНУС ЛАЙФ». Поэтому отношения в нашем коллективе основаны на сформированном годами взаимоуважении и доверии. Это прежде всего партнерские отношения. Мы делаем общее дело, дополняем друг друга.

#### **Каковы особенности работы с наиболее проблемными пациентами?**

– В работе со сложными пациентами нужно использовать все свои знания и опыт, а также опыт своих коллег и верить в то, что ты сможешь помочь. Когда уверенность и оптимизм врача передаются пациенту, эффективность лечения всегда выше.

**А вот каков всё-таки процент тех пациентов, которые прошли психотерапию и вышли с сознательным улучшением? Я спрашиваю просто потому, что в российском менталите-**

**те не принято обращаться к психотерапевту, мы решаем подобные проблемы другими способами.**

– В психотерапевтическом сопровождении нуждаются до 80 % пациентов с соматической патологией. Причем это и пациенты, у которых действительно имеется какое-либо серьезное заболевание, и пациенты с психосоматикой. Первая группа нуждается в психотерапии в связи с тем, что любое заболевание вызывает тревогу и снижение настроения у человека. Психотерапия в этом случае направлена на коррекцию настроения. Ведь давно доказано, что чем позитивнее настрой пациента, тем эффективнее лечение любого заболевания. Во втором случае психотерапия нужна, чтобы снизить напряжение и тревожность, позволить пациенту переключиться с внутренних переживаний, увести от постоянного ожидания болезни. Страх обращения к психиатру и психотерапевту в нашей стране обусловлен только недостаточной осведомленностью основной массы людей о реальных функциях и задачах, которые стоят перед этими специалистами.



Мария Косякина с сыном Ильей



**В России не совсем понимают разницу между неврологом, психологом, психиатром, психотерапевтом. Чем они отличаются друг от друга? С какими вопросами к ним приходят и может ли один врач заменить другого?**

– Разница между этими специалистами огромная. Психиатр – это врач, который занимается диагностикой и лечением душевных болезней. Психиатр имеет право назначать лекарственные средства и проводить психотерапию. Психотерапевт – это психиатр, который использует в лечении различные виды безмедикаментозной терапии, такие как когнитивно-поведенческая терапия, гештальт-терапия, гипноз и прочее. Психотерапия наиболее эффективна при пограничных психических расстройствах: тревоге, депрессивных состояниях, навязчивых мыслях и действиях, страхах, телесных болях психогенного характера. Психиатр же может работать как с легкими, так и с более серьезными нарушениями эмоций, интеллекта и поведения у детей и взрослых: тяжелыми формами депрессии, шизотипическими расстройствами, галлюцинозно-бредовыми состояниями, биполярными нарушениями, шизофренией, различными формами аутистических расстройств, умственной отсталостью и др.

Психолог врачом не является. Он не может определить тяжесть и истинную причину психического расстройства, не может назначить медикаментозное лечение. Основная задача психолога – психологическое консультирование. С помощью знаний человеческой психологии этот специалист помогает людям, оказавшимся в сложной жизненной ситуации и испытывающим определенные эмоциональные затруднения. Но в случае если пациент имеет проблемы с психикой, хороший психолог всегда направит его к психиатру. Коррекцию нарушений у пациентов, имеющих психические расстройства, психолог может проводить только параллельно с медицинским сопровождением. Другим направлением работы психолога является психодиагностика. С помощью проведения специальных тестов клинический психолог может помочь врачу определить те или иные психические особенности пациента.

Таким образом, перечисленные выше заболевания находятся в компетенции психиатра или психотерапевта, а никак не невролога, а уж тем более не стоит обращаться с такими проблемами к психологу. Это грозит несвоевременной диагностикой, отсутствием адекватного лечения и, как следствие, утяжелением заболевания. Наиболее эффективным является комплексный междисциплинарный подход, когда специалисты разной направленности работают в одной команде.

**Что бы вы пожелали своим пациентам в новом году?**

– Я хочу пожелать всем людям в новом году гармонии, спокойствия, душевного равновесия и, конечно же, здоровья. От того, насколько человек гармоничен, зависит вся его жизнь, его взаимоотношения с другими людьми, с самим собой, с окружающим миром.

**Благодарный пациент**

*Я слов признательных немного  
Хочу сказать Вам от души,  
Про то, что доктор Вы – от Бога,  
И что как медик – хороши!  
О том, что Вы умелы в деле,  
И врач Вы просто высший класс.  
Что в ремесле Вы преуспели,  
И это правда, без прикрас!  
Раденье Ваше и старанье,  
Что людям, доктор, Вы несете,  
И навык тонкий врачеванья,  
Что Вы от сердца отдаете,  
Под слоем скромности скрываясь,  
Для Вас естественностью ясны  
Дарить здоровье, улыбаясь,  
Тем людям, что больны, несчастны,  
На ноги их спокойно ставить  
И в жизнь большую возвращать,  
Там, где болит, суметь исправить,  
И там, где ноет, боль унять.  
Что может быть того полезней?  
Что может быть того нужней?  
Людей избавить от болезней –  
Нет ремесла того добрей...  
Суть благодарности глубокой  
Вам радость в жизнь несет пускай.  
Удачливостью полнит многой,  
Вокруг чтоб был цветущий рай.  
Легко чтоб грудью Вам дышалось,  
Все получалось на ура,  
За чтоб ни бралось – получалось,  
И жизнь Вас к счастью чтоб вела!*

Елена

# МРТ ВСЕГО ОРГАНИЗМА ОНКОСКРИНИНГ

ВЫСОКАЯ ТОЧНОСТЬ ДИАГНОСТИКИ

МИНИМАЛЬНОЕ ОБЛУЧЕНИЕ

БЫСТРЫЙ РЕЗУЛЬТАТ



1,5 Тесла!

3,0 Тесла!

**ТОНУС** *Life*  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

*Располагает к доверию*  
**ТОНУС**  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

ул. Родионова 190 Д, т. (831) 411-11-30  
ул. Ижорская 50, т. (831) 415-22-00

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



# ПРОЙДИ ОБСЛЕДОВАНИЕ ВОВРЕМЯ



**Ольга Маркина,**  
заведующая отделением  
МРТ сети медицинских  
клиник «Тонус»,  
врач-рентгенолог, к. м. н.,  
ассистент кафедры  
лучевой диагностики  
ФПКВ НижГМА



Специалисты всегда говорят своим пациентам, что своевременная диагностика – залог успешного лечения и выздоровления. При любых тревожащих симптомах следует незамедлительно обращаться к врачу, чтобы не спровоцировать осложнений болезни. Такое смертельно опасное заболевание, как рак, на ранних стадиях протекает бессимптомно, поэтому диагностируется оно в большинстве случаев либо случайно, либо когда болезнь достигла последних стадий.

## ВНИМАНИЕ! ОПАСНОСТЬ!

Отсутствие внешних симптомов вовсе не исключает наличия злокачественной опухоли. На ранних стадиях, как правило, раковая опухоль может никак себя не проявлять: нет боли, неприятных ощущений, не наблюдаются кровотечения, не изменяется вес. Пациент продолжает жить в своем обычном ритме, в то время как в его организме происходят серьезные изменения, с каждым новым днем приближая неблагоприятный исход.

## ИСТОРИЧЕСКАЯ СПРАВКА

Раковые опухоли – это не современное «изобретение» природы, как считают многие. Впервые упоминания о них зафиксированы около 4000 года до н. э. в египетских папирусах: древнеегипетские медики обнаружили у одной из египтянок стремительное разрастание молочной железы, но никак не могли его остановить. Кроме того, археологи уверяют, что новообразования мягких

тканей и костей были обнаружены на мумиях Древнего Египта. Описание отдельных форм опухолей можно найти и у древних медиков: рак изучали Гален, Гиппократ, Авиценна, но никак не могли понять, откуда он берется и как с ним можно бороться, поэтому их лечение не было эффективным, люди просто сгорали на глазах.



## ЧТО ТАКОЕ ОНКОСКРИНИНГ?

Онкоскрининг с помощью МРТ представляет собой современную комплексную профилактическую диагностику всего тела с целью выявления патологических изменений в организме. С его помощью можно как впервые выявить

новообразования, так и проследить метастазирование на соседние и отдаленные участки тела у группы онкопациентов, что позволяет скорректировать план лечения для достижения наилучшего результата.

### ВАЖНО!

Специалисты рекомендуют периодически проходить диагностику тем пациентам, в семье у которых родственники болели онкологическими заболеваниями. Чем ближе степень родства, тем выше риск возникновения опухоли.

Онкоскрининг можно пройти по назначению врача или по своему желанию, в качестве профилактики, чтобы убедиться в отсутствии поводов для беспокойства. В отличие от других методов комплексной диагностики с помощью онкоскрининга всего за одно посещение можно обследовать практически весь организм.

**Онкоскрининг всего тела включает в себя исследование:**

- головного мозга;
- мягких тканей шеи;
- органов брюшной полости и забрюшинного пространства;
- органов малого таза;
- костей скелета (по коленные суставы включительно);
- всех групп лимфатических узлов\*.

\*Диагностические ограничения: полые органы, молочные железы, легкие.

Процедура длится около часа. За время исследования получают тысячи изображений органов и тканей. Такого полного объема диагностической информации при абсолютной безопасности и комфорте для пациента не дает ни одно из предлагаемых на сегодняшний день исследований.



## ВСЕ В ЗОНЕ РИСКА!

### ФАКТ!

Рак – это широкая группа заболеваний, сопровождающихся нерегулируемым ростом клеток, которые теряют контроль и начинают самостоятельную жизнь. В нашем организме каждую секунду рождаются и умирают клетки, в том числе раковые. Однако злокачественная опухоль образуется далеко не у каждого. Здоровая иммунная система может найти и уничтожить раковые клетки. Если образовалась опухоль, это значит, что иммунная система дала сбой.

Всемирная организация здравоохранения считает, что 70 % онкологических заболеваний возникает под действием внешних причин, главная из которых – **плохая экология**. Вредные выхлопы, радиоактивное излучение, канцерогены, ультрафиолет человек впитывает как губка. Всё это провоцирует снижение иммунитета, и, как следствие, формируются новые клетки с измененной генетической структурой, имя которым – рак!

Очень часто злокачественные опухоли в организме **образуются из-за нарушения работы эндокринной системы**

**и гормонального сбоя**. Гормоны оказывают на организм стимулирующее или подавляющее действие, управляют некоторыми органами, обеспечивают связь функций самих эндокринных желез и контролируют функции почти всего организма. Когда происходит гормональный сбой, система перестает нормально функционировать, снижается противоопухолевый иммунитет, вследствие чего создаются благоприятные условия для развития злокачественных новообразований.

### ВАЖНО!

Возрастной гормональный дисбаланс у женщин старше 40 лет повышает риск развития онкологических заболеваний. В женском организме присутствуют так называемые «ткани-мишени», жизнедеятельность которых зависит от взаимодействия с женским половым гормоном – эстрадиолом. Поэтому по статистике самыми распространенными онкологическими заболеваниями у женщин являются злокачественные новообразования в молочных железах, яичниках, матке.

В случае **отягощенного наследственного анамнеза** по раку определенной локализации рекомендуется прицельно исследовать этот орган на онкоскрининг.

Если у человека имеется **склонность к развитию доброкачественных новообразований**, это повышает риск возникновения злокачественных опухолей с возрастом. Даже неопасные на первый взгляд новообразования могут послужить серьезным толчком к перерождению в рак. В этом случае онкологи рекомендуют незамедлительно удалять новообразования и ежегодно наблюдаться у специалиста.

Рак молодеет с каждым годом. Если 30–40 лет назад он возникал преимущественно у людей в 60+, то сейчас этот возраст стремительно снижается. Врачи настоятельно рекомендуют проходить онкоскрининг всего организма **людям старше 35 лет**. Согласно статистике, это наиболее благоприятный возраст для развития злокачественных новообразований.

Злокачественным опухолям особенно подвержены люди, ведущие неправильный образ жизни. Вредные привычки, нездоровое питание, малоактивный образ жизни – это «стартовые» факторы развития рака, которым подвержены все. Даже пассивное курение удваивает шансы заработать рак.

Исследования показали, что подверженность стрессам повышает риск рака. Если верить статистике, 50–70 % онкобольных незадолго до постановки диагноза испытывали сильный эмоциональный стресс. Дело в том, что наш организм под действием стрессовых ситуаций ведет себя не так, как обычно. Он начинает «теряться» и «выключать» некоторые системы, в том числе иммунную. Даже несколько часов человеку с «выключенным» иммунитетом достаточно, чтобы опухоль начала прогрессировать и не могла остановиться.

## ФАКТ!

Во всем мире примерно одна из каждых восьми смертей вызвана раком. Это заболевание порождает больше смертей, чем малярия, туберкулез и СПИД вместе взятые.

Злокачественным опухолям особенно подвержены люди, ведущие **неправильный образ жизни**. Вредные привычки, нездоровое питание, малоактивный образ жизни – это «стартовые» факторы развития рака, которым подвержены все. Даже пассивное курение удваивает шансы заработать рак.

Исследования показали, что **подверженность стрессам** повышает риск рака. Если верить статистике, 50–70 %

онкобольных незадолго до постановки диагноза испытывали сильный эмоциональный стресс. Дело в том, что наш организм под действием стрессовых ситуаций ведет себя не так, как обычно. Он начинает «теряться» и «выключать» некоторые системы, в том числе иммунную. Даже несколько часов человеку с «выключенным» иммунитетом достаточно, чтобы опухоль начала прогрессировать и не могла остановиться.

## НОВЫЙ УРОВЕНЬ ДИАГНОСТИКИ: МРТ 3,0 ТЕСЛА

Онкоскрининг на МРТ 3,0 Тесла – комплексное исследование при поиске метастазов рака, а также при диагностике в качестве профилактики. Наилучшими возможностями обладает МРТ с напряженностью 3,0 Тесла. С ее помощью можно максимально определить локализацию и особенности новообразований. Также исследование может применяться для оценки эффективности лечения при онкологическом заболевании.

Снимки, полученные на МРТ 3,0 Тесла, отличаются непревзойденным качеством и детальностью визуализации, что дает специалисту максимум информации о состоянии организма. Особенно важно проходить онкоскрининг людям, у которых на клеточном уровне (после гистологии и цитологии) обнаружили злокачественное новообразование.

Комплексный онкоскрининг на МРТ 3,0 Тесла в совокупности с ведущими опытными специалистами поможет максимально точно поставить диагноз и своевременно назначить лечение, спасая человеку жизнь.



## РАК – НЕ ПРИГОВОР!

Около 20 лет назад диагностика не была настолько информативной, а лекарственные препараты для рака не давали и 30 % гарантий, что лечение пройдет успешно и человек больше никогда не встретится со смертельно опасным заболеванием. Благодаря техническому прогрессу и развитию медицины процент выздоровления вырос в два раза и сейчас составляет 62 %, особенно если выявить наличие опухоли в организме на ранних стадиях. На начальных этапах не всегда даже требуется

химиотерапия и операция – некоторые виды рака можно победить с помощью гормональной и иммунной терапии. Именно поэтому так важно своевременно проходить обследование, обращать внимание даже на незначительные отклонения от нормы в своем организме. Своевременная и инновационная диагностика поможет вовремя обнаружить злокачественное новообразование и начать эффективное лечение, которое в большинстве случаев приводит к ремиссии и полному выздоровлению.



# ТОНУС ПРОТИВ РАКА!

## ДИАГНОСТИКА ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ:

- МРТ всех органов и систем, в том числе онкоскрининг всего тела
- УЗИ всех органов и систем
- КТ (компьютерная томография)
- Цифровая маммография
- Эндоскопические исследования
- Цифровой рентген
- Лабораторные исследования

## ОТДЕЛЕНИЕ ХИМИОТЕРАПИИ

ведущие специалисты  
современные схемы лечения  
комфортабельные палаты



*Располагает к доверию*  
**ТОНУС**  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

ул. Ижорская, 50  
т. (831) 415-44-88

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# Не чихайте на насморк!



**Ирина Антипина,**  
врач-отоларинголог  
высшей категории сети  
медицинских клиник  
«Тонус»

*Не секрет, что люди занимаются самолечением, тем более что большинство необходимых лекарств находятся в свободной продаже. Нужны антибиотики, капли для носа, спрей для горла или противовирусные таблетки? Рецепт врача не нужен – идешь в аптеку и покупаешь. Только мало кто задумывается, что самолечение может привести к серьезным последствиям. Бытует мнение, что если лечить насморк, он проходит за семь дней, если не лечить – за неделю. Доверившись этой «формуле», люди игнорируют походы к врачу и самостоятельно назначают себе капли для носа и таблетки, поддавшись на рекламные уловки. Хорошо, если вы угадаете с лечением и насморк действительно пройдет за неделю, а если нет? Он перейдет в хроническую форму или, что серьезнее, – в гайморит.*



## Любопытный факт

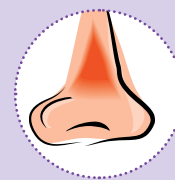
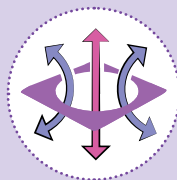
Врач, к которому обратился великий французский писатель Оноре де Бальзак, не найдя эффективного средства от хронического насморка, просто прописывал ему носовые платки.



# Причины хронического насморка



ОСТРЫЙ РИНИТ

ИНФЕКЦИИ  
(бактериальные,  
вирусные и грибковые)ОКРУЖАЮЩАЯ  
СРЕДАИСКРИВЛЕНИЕ НОСОВОЙ  
ПЕРЕГОРОДКИВДЫХАНИЕ СЛИШКОМ  
СУХОГО ИЛИ ВЛАЖНОГО  
ВОЗДУХААДЕНОИДЫ,  
ПОЛИПЫ

АЛЛЕРГИЯ

ТАКЖЕ ОДНОЙ ИЗ СЕРЬЕЗНЫХ ПРИЧИН ХРОНИЧЕСКОЙ ЗАЛОЖЕННОСТИ НОСА НАЗЫВАЮТ ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЕ СОСУДОСУЖИВАЮЩИМИ КАПЛЯМИ.

## ВАЖНО!

Сосудосуживающие капли для носа содержат специальные вещества, которые вызывают сужение кровеносных сосудов, устраняют отечность и нормализуют носовое дыхание. Но при длительном их использовании отключаются естественные механизмы контроля тонуса сосудов, поэтому без новой порции препарата сосуды снова расширяются, что приводит к заложенности носа. Это вызывает желание снова закапать лекарство, чтобы вновь свободно задышать. Раз за разом вы все больше и больше будете закапывать в нос, уже не в силах остановиться, ведь капли действительно помогают. При этом не каждый человек может распознать зависимость от сосудосуживающих капель, потому как контролировать дозировку и кратность использования бывает очень сложно. Многие люди годами сидят на назальных средствах, не обращаются к врачу и думают, что все само собой рассосется. Но самостоятельно избавиться от вредной привычки капать в нос практически никому не удастся – в любом случае придется обращаться за квалифицированной помощью к врачу-отоларингологу, который постепенно отучит вас закапывать в нос, подобрав другое действенное средство от хронического насморка и заложенности носа.



Для диагностики хронического насморка применяют эндориноскопию. С ее помощью выявляют причины нарушения носового дыхания, хронические воспалительные процессы в полости носа. Она дает возможность визуально оценить состояние слизистой оболочки полости носа, носоглотки, выявить наличие дополнительных образований.

## Лечение хронического насморка назначается в зависимости от причин, его вызывающих



В случае когда хронический насморк перешел из острой формы ринита и сопровождается простудным заболеванием, используются лекарственные препараты, такие же, как при обычной простуде: противовирусные, антибактериальные и растительные лекарства. Данные медикаменты препятствуют воздействию вирусов на организм и активизируют иммунную систему.



Инфекционную форму можно победить путем излечения инфекции медикаментозной терапией: антибиотиками, противовоспалительными и иммуностимулирующими лекарствами, которые подбираются только врачом на основе типа инфекций.



При регулярном воздействии раздражающих химических и физических факторов достаточно устранить их из своей жизни, и насморк пройдет и не будет вас больше беспокоить.



Аллергическую форму хронического насморка купируют приемом антигистаминных препаратов и исключением аллергенов из жизни.



С сухим воздухом в квартире, который тоже может стать причиной хронической заложенности носа, можно бороться, установив специальный прибор – увлажнитель.



## Любопытный факт

Газированный напиток Coca-Cola был придуман в США в 1886 году. В то время его использовали не просто для питья – он являлся популярным средством от заложенности носа. Дело в том, что плоды растения колы, из которого готовят напиток, обладают противовоспалительным, вяжущим и дренирующим действиями, поэтому снимают симптомы насморка и многих других вирусных заболеваний



### КРИОТЕРАПИЯ

Хорошо себя зарекомендовала криотерапия, особенно при злоупотреблении сосудосуживающими каплями для носа. На действие холода мелкие артерии и сосуды реагируют резким и сильным спазмом, после чего расширяются, сильно увеличиваясь в объемах и обильно наполняясь кровью. Облегчение наступит не сразу после процедуры, а спустя два-три часа. За это время ткани насытятся кислородом, кровообращение ускорится, и носу ничего не будет мешать дышать.



### ФИЗИОТЕРАПИЯ

Для лечения хронической заложенности носа широко применяют физиотерапию, включающую в себя ряд тепловых процедур, благодаря которым усиливается кровообращение в носовой полости, сосуды расширяются, снижается отечность и происходит быстрое восстановление слизистой оболочки.

Когда ни один из консервативных методов не приносит результата и заложенность носа продолжает мучить пациента, используют метод радиоволнового и лазерного лечения.



### ЛАЗЕРНАЯ ТЕРАПИЯ

Лазерная терапия считается на сегодняшний день одним из самых щадящих и результативных методов лечения хронического насморка. Полное выздоровление наступает в 90 % случаев, лишь для 10 % пациентов требуется проведение повторного курса лазеротерапии через 30 дней после окончания первого курса процедур. Во время операции хирург удаляет кровеносные сосуды из слизистых оболочек полости носа. После такой процедуры сосуды не смогут больше расширяться, соответственно, слизистая не будет набухать, вследствие чего неприятные симптомы хронического насморка исчезнут совсем и не будут о себе напоминать. Но при условии, что вы снова не запустите очередную болезнь и не займетесь самолечением. В основном хирургическое вмешательство назначают, если хронический насморк вызван искривлением носовой перегородки или новообразованиями в полости носа. В этом случае перегородку исправляют, а образования удаляют.



### РАДИОВОЛНОВАЯ ХИРУРГИЯ

Радиоволновая хирургия – второй щадящий метод после лазерной терапии. Во время операции в носовую раковину вводится электрод с двумя тонкими иглами. Под воздействием радиоволновых частот происходит уменьшение носовой раковины, носовое дыхание улучшается уже в момент манипуляции. Процедура занимает около 15 минут, после чего вы забудете о своем хроническом насморке.

## Благодарный пациент

«Выражаю огромную благодарность Антипиной Ирине Александровне за прекрасно сделанные операции по исправлению носовой перегородки, удалению кист из гайморовых пазух. Шесть лет я дышала носом только при помощи сосудосуживающих капель. Все время врачи твердили об операции, но было очень страшно... ЭТО ЖЕ НОС!!! В этом году жить стало невозможно: капли перестали помогать, от них даже стало хуже, после закапывания начинало зудеть в носу, затем мучительные приступы чиханья, при наклоне головы отдавало в лоб, а про бессонные ночи я вообще молчу! Не жизнь, а мучения!!! Долго мучилась, но все-таки приняла твердое решение об операции! По совету знакомых обратилась Антипиной Ирине Александровне! Она внимательно осмотрела мой нос, расспросила все нюансы про здоровье, назначила небольшое кол-во анализов и КТ пазух носа. По готовности анализов была назначена дата операции. И вот я сижу в палате, жду. Пришел анестезиолог Меркулов Сергей Полиэктович. Все расспросил, померил давление, и через некоторое время меня пригласили в операционную. Не успела я заснуть, как меня уже будят! Отдельное спасибо Сергею Полиэктовичу за прекрасный легко перенесенный наркоз. Полноценно нос задышал у меня через 3 недели! Так что, люди, не повторяйте моей ошибки, делайте все вовремя, не тяните время! Еще раз очень благодарю Ирину Александровну, Сергея Полиэктовича, медсестер и весь коллектив клиники „ТОНУС ПРЕМИУМ“ за доброе отношение!»

Наталия Кондратьева

## Благодарный пациент

«В клиниках „Тонус“ предоставляют действительно качественное квалифицированное медицинское обслуживание. При потере сознания я упала с высоты собственного роста. В больнице сделали рентген, поставили диагноз „трещина носа“, ничего не сделали, сказали, что само заживет, и отправили домой. По рекомендации сестры решила сходить к Мухиной Оксане Георгиевне для перепроверки диагноза, врач рекомендовала сделать КТ и посетить невролога. По итогу обследования – „перелом носа со смещением отломков и перегородки“. Оксана Георгиевна поставила отломки и перегородку на место. Была проделана колоссальная и ювелирная работа! Несказанно рада, что попала к ней на прием!!! Отличный специалист, каких еще надо поискать! Теперь буду рекомендовать ее всем своим знакомым и родственникам!»

Елена



## На пути к новым свершениям!

С 26 ноября по 1 декабря 2017 года в Чикаго, штате Иллинойс, проходил **ежегодный Конгресс Северо-Американского общества Радиологов (RSNA)**, который собрал руководителей крупнейших государственных и частных медицинских учреждений, ведущих врачей-радиологов, рентгенологов и УЗ-диагностов, ученых, инженеров-разработчиков медицинской аппаратуры и других заинтересованных специалистов, которые приехали с разных уголков планеты с целью получения новых знаний в области радиологии. В мероприятии активное участие приняла **генеральный директор сети медицинских клиник «Тонус» О. В. Михалева**.

С момента своего основания конкурентным преимуществом сети медицинских клиник «Тонус» было и остается оснащение высокотехнологичным и инновационным оборудованием. На данный момент **сеть медицинских клиник «Тонус» обладает самой мощной и современной базой лучевой диагностики в Нижегородской области**, поэтому участие в Конгрессе Северо-Американского общества



Радиологов было знаковым событием, определяющим дальнейшее развитие сети.

На Конгрессе RSNA со своими докладами и лекциями, посвященными новым тенденциям лучевой диагностики и крупнейшим мировым исследованиям и открытиям, выступали **лучшие в своей деятельности ученые и врачи со всего мира**, занимающиеся радиологией, рентгенологией, магнитно-резонансной томографией и ультразвуковой диагностикой.

На базе Конгресса работал **впечатляющий по масштабам выставочный комплекс**, вмещающий в себя около 700 стендов, где крупнейшие транснациональные компании-разработчики представляли глобальные новинки в области диагностического радиоволнового оборудования: **аппараты МРТ, КТ, УЗИ, ПЭТ/КТ-томографы**.

Руководство сети медицинских клиник «Тонус» делает все возможное, **чтобы уровень Нижегородской медицины соответствовал лучшим мировым стандартам!**





## Отделению МРТ 3,0 Тесла исполнился 1 год!

Ровно год назад, 5 декабря, в сети медицинских клиник «Тонус» открылось отделение МРТ, где начал работать **единственный в Нижнем Новгороде и области сверхвысокопольный флагманский томограф SIEMENS MAGNETOM SKYRA** с напряженностью 3,0 Тесла. Ведущие специалисты-радиологи признают SIEMENS MAGNETOM SKYRA лучшим аппаратом МРТ напряженностью 3,0 Тесла во всем мире, что подтверждают многочисленные успешные исследования и испытания. SIEMENS MAGNETOM SKYRA установлен в ведущих медицинских учреждениях мира. Сеть медицинских клиник «Тонус» гордится столь глобальным приобретением и надеется, что аппарат еще не раз проявит свои высокотехнологичные возможности в диагностике самых сложных клинических случаев.

Точность постановки диагноза – самое главное для успешного лечения больного. **SIEMENS MAGNETOM SKYRA МРТ 3,0 Тесла** обладает огромными техническими пре-

имуществами и открывает новый уровень диагностики во всех областях медицины! Благодаря ему в сети медицинских клиник «Тонус» появилась возможность детально обследовать различные органы и ткани, выявлять локализацию опухолей размером от 1 мм, что было не под силу ни одному из ранее существующих томографов. Снимки, полученные при МРТ 3,0 Тесла, **отличаются непревзойденным качеством и детальностью визуализации**, что даёт специалисту максимум информации о состоянии организма, позволяет выявить заболевания на ранних стадиях, а, следовательно, своевременно поставить правильный диагноз и назначить результативное лечение, спасая пациентам жизни.

Сеть медицинских клиник «Тонус» развивается с каждым годом, приобретая только инновационное и высокотехнологичное оборудование, тем самым выводя Нижегородскую медицину на качественно-новый уровень!







**Осень и зима для сети медицинских клиник «Тонус» - особенная пора! Ведь именно этот период богат на Дни Рождения!**



7 ноября 5 лет со дня открытия исполнилось **центру эндоскопической хирургии «ТОНУС ПРЕМИУМ»**, где высококвалифицированные специалисты с безупречной репутацией каждый день проводят десятки операций, спасая жизни своих пациентов и заботясь о здоровье своих пациентов.

26 декабря **первый День Рождения** отметил салон оптики «Тонус АМАРИС», где есть возможность подобрать и изготовить очки и контактные линзы любой степени сложности, а также приобрести очки для работы за компьютером, солнцезащитные очки, брендовую оптику и стильные аксессуары.

## Парад Дней Рождений клиник «Тонус»!



26 октября 1 год исполнился **семейной стоматологии «Тонус» на улице Коминтерна**, где работают только лучшие специалисты с большим опытом работы, современные кабинеты оборудованы по последнему слову техники, применяются исключительно современные методы лечения зубов и представлен широкий спектр услуг – от эстетической стоматологии до хирургического лечения.

3 года назад, 15 ноября, на базе офтальмологической клиники «Тонус АМАРИС» произошло открытие современного центра лечения глаукомы и заболеваний сетчатки, а также отделения витреоретинальной хирургии, где операции проводит один из лучших витреоретинальных хирургов России Дмитрий Геннадьевич Арсютюв, который также является главным врачом ГУЗ Республиканской клинической офтальмологической больницы в Чебоксарах. Дмитрий Геннадьевич по-настоящему уникальный специалист и эксперт в области заболеваний сетчатки и микроинвазивной хирургии глаукомы. На его счету тысячи успешных операций – он берется даже за самые сложные случаи и всегда достигает положительных результатов!



25 октября исполнился 1 год со дня открытия **клиники «Тонус» в городе Семенов**. Здесь ведут прием не только доктора из Семенова, но и врачи узких специальностей из Нижнего Новгорода, поэтому мы можем с уверенностью и гордостью сказать, что областная медицина вышла на принципиально новый уровень! За небольшой срок работы мы расширили спектр медицинских услуг, пополнили свой штат новыми высококвалифицированными специалистами, которые ежедневно помогают жителям города и ближайших районов, таких как Красные Баки, Варнавино, Воскресенск, Урень, Ковернино и т.д. заботиться о своем здоровье.



Особенно хотелось бы также отметить, что в декабре нашему **журналу о здоровье и здоровом образе жизни «Тонус Life» исполнилось 3 года!** С каждым новым номером мы стараемся сделать журнал еще ярче и интереснее, затрагивая только актуальные медицинские темы, отвечая на вопросы наших пациентов, рассказывая о значительных новостях клиник «Тонус». Над журналом работает целый штат сотрудников – от врачей до дизайнеров, чтобы, в первую очередь, он был не просто интересным, а действительно полезным для наших читателей.



Революция в мире ультразвуковой диагностики! Аппарат экспертного класса, предлагающий широкие возможности в визуализации всех органов и систем, позволяющий достичь такой точности диагностики, о которой раньше можно было только мечтать. Siemens Acuson S 2000 является незаменимым при оценке механической плотности глубоких образований печени, а также для изучения эластических характеристик ткани молочных желез. Такая функция стала возможна благодаря пространственной соноэластографии – исследование, которое дает возможность подробно изучить с помощью цветового картирования характеристики плотности и эластичности структуры тканей. Уникальной особенностью Siemens Acuson S 2000 является получение изображения с использованием контрастных препаратов, которое успешно применяется для выявления границ патологических изменений и их дифференциальной диагностики. Данная опция незаменима при планировании медицинских операций, для изучения опухолей на ранних стадиях, что в некоторых случаях позволяет избежать биопсии. Кроме того это один из лучших УЗИ-аппаратов, который на ранних стадиях выявляет эндометриоз, что помогает своевременно избрать эффективную тактику лечения. Также Siemens Acuson S 2000 позволяет получить сверхточное объемное видеозображение (4D) плода и его детальное измерение в режиме реального времени.

## Siemens Acuson S 2000



## Magic ONE

С момента основания руководство сети медицинских клиник «Тонус» особое внимание уделяет техническому оснащению каждого подразделения. Сочетание высококвалифицированных кадров и инновационного оборудования является залогом своевременного и качественного лечения пациентов. Мы никогда не жалеем средств и ресурсов для обновления парка медицинской техники.

## Обновление парка оборудования в сети медицинских клиник «Тонус»!

Клиника «Тонус» всегда в курсе новинок рынка медицинского оборудования, наши специалисты регулярно посещают зарубежные и российские выставки, где представлены новейшие экземпляры диагностических и аппаратов, лучшие из которых непременно приобретаются для «Тонуса». Только за последние три месяца сеть клиник «Тонус» сделала следующие важнейшие приобретения.

## Philips EPIQ 7



## Siemens Acuson X 700

Это инновационная экспертная ультразвуковая система премиум-класса, которая выполняет панорамные и наиболее качественные изображения сердца и сосудов, позволяя решать сложные клинические задачи! Philips EPIQ 7 обладает сверхмощной платформой из когда-либо использовавшихся в УЗИ-диагностике, что позволяет в подробностях исследовать сердечно-сосудистую систему, выявить мельчайшие патологические изменения, что особенно важно при диагностике больных, перенесших инфаркты, а также для пациентов в преинфарктовом состоянии и для неинвазивного определения непроходимости сосудов. Кроме того, с помощью инновационной ультразвуковой системы можно получить объемную визуализацию сердца плода, выявив в утробе матери возможные отклонения и патологии.

Это интеллектуальная ультразвуковая система нового поколения, обеспечивающая исключительное качество изображений сердца, в том числе его трехмерную и панорамную визуализацию, а также позволяющая детально исследовать сосуды. Режим составного многолучевого сканирования ускоряет диагностику и дает возможность объединять снимки, полученные под разными углами, что помогает специалисту оценить общее состояние сердца. Siemens Acuson X 700 позволяет провести внутрисердечную эхокардиографию, благодаря полнофункциональным интракардиальным катетерам, а также использовать контрастные вещества для поиска забитых сосудов в сердце.

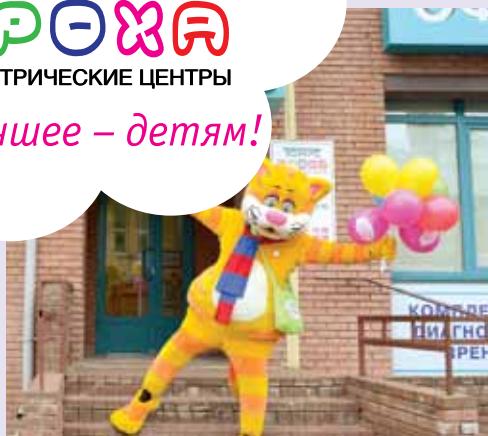


12 октября педиатрические центры «Тонус КРОХА» отметили свой 7-й день рождения! Вот уже 7 лет мы делаем все, чтобы наши маленькие пациенты были здоровыми, счастливыми, бодрыми и веселыми. В «Тонус КРОХА» детишки всегда улыбаются, не боятся уколов, с радостью приходят на прием к врачам и с нетерпением ждут встречи со своим добрым другом – КРОХА-котом и аниматором, который проводит познавательные и веселые занятия в игровой зоне.



**ТОНУС**  
**КРОХА**  
ПЕДИАТРИЧЕСКИЕ ЦЕНТРЫ

*Все лучшее – детям!*



Сеть педиатрических центров «Тонус КРОХА» не только заботится о здоровье маленьких пациентов и поднимает им настроение в пределах клиники, но также выходит за рамки лечебных процедур, регулярно участвуя в городских и областных мероприятиях. Этой осенью клиника «Тонус КРОХА» приняла активное участие в чемпионате по бегу в ползунках «Карапузы, на старт!», конкурсе «Мистер-первоклашка», Дне города Семенов, провела дни здоровья в школах и садах. На каждом из мероприятий детишки прекрасно

провели время в компании своего рыжего знакомого КРОХИ-кота. Он подбадривал малышей на конкурсах, обнимал детишек, водил хороводы, шутил, фотографировался, проводил познавательные игры и делал все, чтобы детишкам было весело. КРОХА-кот не только развлекал ребят, но и дарил фирменные подарки от сети клиник «Тонус»: цветные карандаши, яркие значки, шарик, зубные щетки и другие.





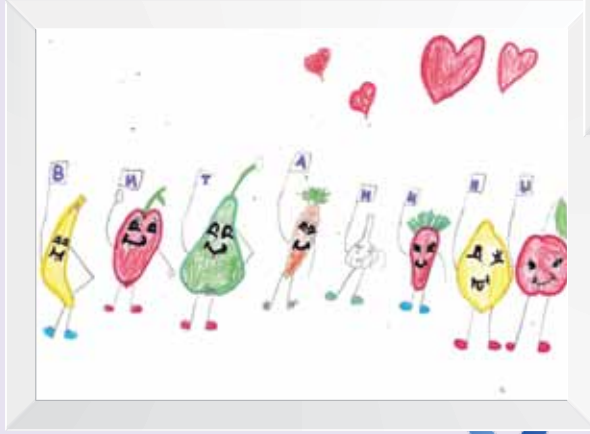
Помимо участия в городских мероприятиях «Тонус КРОХА» регулярно проводит конкурсы и дарит подарки детям. Этой осенью мы предложили нашим малышам нарисовать, как с их точки зрения выглядит здоровье. Каждый ребенок проявил себя с творческой стороны, необычно подошел к теме конкурса, а главное, понял, что здоровье – самое важное, что есть у человека, и о нем нужно заботиться с самого детства. Работ было очень много, но победителей, к сожалению, всего три:



1-е место – Анастасия Казакова (6 лет)



2-е место – Анастасия Максимова (10 лет)



3-е место – Денис Шибаршин (7 лет)



*Специалисты клиники высоких репродуктивных технологий «Тонус МАМА» посетили уникальную конференцию Ovarian Club IX, прошедшую под девизом «Строительство моста между наукой и практикой».*

С 15 по 16 сентября в Барселоне (Испания) состоялась уникальная конференция Ovarian Club IX, которая объединила экспертов в вопросах, касающихся всех аспектов функции яичников. На встрече присутствовали одни из лучших репродуктологов, гинекологов, эмбриологов, генетиков, ученых и клиницистов из разных уголков мира. От сети медицинских клиник «Тонус» на мероприятии присутствовала главный врач центра высоких репродуктивных технологий «Тонус МАМА» Елена Васильевна Красновская.

Во время сессий и докладов обсуждались важнейшие вопросы эмбриологии и репродуктологии: как улучшить качество получаемых ооцитов, как восстановить рецептивность эндометрия, как оформить яйцеклетку из стволовых клеток, как влияет размер яичников на протекание беременности и т. д. Докладчиками и слушателями были представлены новейшие исследования и результаты на интерактивной платформе, что позволило присутствующим

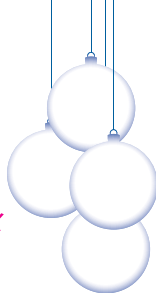
наглядно рассмотреть инновационные методики и задать необходимые вопросы исследователям.

На конференции Елена Васильевна Красновская обменялась опытом и обсудила необычные случаи из практики с иностранными коллегами и лучшими представителями репродуктологии России. Вместе им удалось выйти на новый уровень достижений в области фундаментальной, молекулярной, клеточной и репродуктивной биологии, поделиться своими последними положительными результатами в области диагностики рецептивности эндометрия, а также узнать о том, как создается резерв для яичников. Благодаря опыту, полученному Еленой Васильевной Красновской, клиника высоких репродуктивных технологий «Тонус МАМА» встала на одну ступень выше на пути помощи женщинам в обретении долгожданного счастья – родить здорового и крепкого ребенка!

*Специалисты клиники «Тонус АМАРИС» посетили Euretina Congress, XXXV Конгресс Европейского общества катарактальных и рефракционных хирургов (ESCRS-2017) и XVI Всероссийскую научно-практическую конференцию с международным участием «Современные технологии катарактальной и рефракционной хирургии».*

С 7 по 10 сентября в Барселоне (Испания), с 7 по 10 октября в Лиссабоне (Португалия) и с 20 по 21 октября в Москве прошли самые важные, значимые и масштабные события года в сфере офтальмологии, в которых приняли участие несколько тысяч лучших в мире катарактальных, рефракционных, витреоретинальных хирургов из 74 стран.

В рамках данных мероприятий работала выставка специализированного офтальмологического оборудования ведущих мировых производителей, где были представлены инновационные разработки, которые выведут уровень оказания помощи в лечении различных заболеваний глаз на принципиально новый уровень.



клиника высоких репродуктивных технологий

**ТОНУС**  
*мама*

**ТОНУС**  
**AMARIS**  
офтальмологическая клиника



Мировые эксперты выступали с докладами по различным офтальмологическим темам, выносили на обсуждение самые сложные вопросы диагностики и лечения глазных заболеваний и рассказывали интересные случаи из своей практики. Особое внимание было уделено вопросам хирургии катаракты в осложненных случаях, фемтолазер-ассистированной факоэмульсификации, имплантации различных моделей ИОЛ, рефракционных операций, патологии роговицы и исследованию ее биомеханики, кросслинкингу и др.

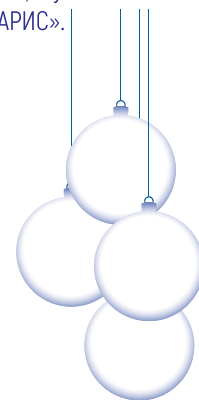
Специалисты офтальмологической клиники «Тонус АМАРИС» не могли пропустить столь масштабные события. Euretina Congress посетила А. П. Шахалова, ESCRS –

Л. А. Антипенко, Ю. М. Кудрявцев, М. В. Кочеткова, а московскую конференцию – Л. А. Антипенко, Ю. М. Кудрявцев, О. Я. Поддубная, Е. Н. Блохина, Е. А. Вилкова, М. В. Кочеткова, О. В. Калачева.

В рамках мероприятий специалистам клиники «Тонус АМАРИС» удалось обменяться опытом с коллегами из зарубежных стран и разных городов России, прослушать доклады ведущих офтальмологов мира, обсудить последние достижения в диагностике и лечении различных глазных заболеваний, изучить возможности нового диагностического и хирургического оборудования, лучшее из которого будет приобретено для «Тонус АМАРИС».



*Заведующая лазерным отделением сети офтальмологических клиник «Тонус АМАРИС» А.П. Шахалова награждена серебряной медалью им. Академика А.П. Нестерова с присвоением Почетного звания Лауреат Премии Российского глаукомного общества*



1 и 2 декабря в Москве, в отеле «Holiday Inn Sokolniki», состоялся XV юбилейный Конгресс Российского глаукомного общества: «Глаукома: Теории, тенденции, технологии».

На Конгрессе были представлены многочисленные доклады и научные работы ведущих Российских и зарубежных специалистов по различным разделам изучения и лечения глаукомы и сочетанной офтальмопатологии. Для обмена опытом и получения новых знаний на мероприятие съехались около 1500 участников из 29 стран. Сеть офтальмологических клиник «Тонус АМАРИС» на конгрессе представляли лазерные хирурги Людмила Геннадьевна Мамонтова и Анна Павловна Шахалова.

Завершающим и статусным этапом мероприятия стало вручение ежегодной награды Российского глаукомного общества за выдающийся вклад в исследовании глаукомы – серебряной медали им. Академика А.П. Нестерова.

В этом году медалью с присвоением Почетного звания Лауреат Премии Российского глаукомного общества в составе группы ученых «Научный Авангард» была награждена заведующая лазерным отделением сети офтальмологических клиник «Тонус АМАРИС» Анна Павловна Шахалова.

Мы гордимся нашими специалистами, которые каждый день помогают людям бороться со всевозможными болезнями глаз. Приятно осознавать, что врачи сети офтальмологических клиник «Тонус АМАРИС» лучшие в своей области и их заслуги отмечены не только в Нижнем Новгороде, но и в других городах России! Мы надеемся, что эта награда только придаст стимула в работе и приведет к дальнейшему развитию сети офтальмологических клиник «Тонус АМАРИС», благодаря чему еще больше пациентов будут смотреть на мир с любовью!





**ТОНУС**  
**Амарис**

Центр детской  
офтальмологии

ЛЕЧЕНИЕ БЛИЗОРУКОСТИ, ДАЛЬНОЗОРКОСТИ, АСТИГМАТИЗМА  
ЛЕЧЕНИЕ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ГЛАЗ, АМБЛИОПИИ  
ДИАГНОСТИКА ЗРЕНИЯ • ЛЕЧЕНИЕ КОСОГЛАЗИЯ  
КОНТАКТНАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ



**ВСЕ ЛУЧШЕЕ -**  
**ДЕТЯМ!**

ул. Новая, 51 т. (831) 411-10-10

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ: АЛЛЕРГИЯ У ДЕТЕЙ



**Светлана Сулоева,**  
врач аллерголог-иммуно-  
лог медицинского центра  
«Тонус КРОХА», к. м. н.

*В последнее время многие родители столкнулись с тем, что у их малышей или у детей друзей и близких стали появляться различные признаки аллергии. Специалисты связывают этот факт с ухудшением экологии, качеством продуктов питания, бесконтрольным использованием антибактериальных препаратов, стрессами, генетической патологией и т. д.*

## ЧТО ТАКОЕ АЛЛЕРГИЯ?

Аллергией называют повышенную чувствительность к различным веществам, которые у большинства людей не вызывают болезненных реакций. Это могут быть продукты питания, пыль, пыльца и многое другое. Если вы предполагаете у своего ребенка наличие аллергии, необходимо обратиться к врачу-аллергологу. Посещение специалиста включает в себя подробный сбор анамнеза для выявления возможных причин аллергии, осмотр ребенка и, при необходимости, клинико-лабораторное обследование.

Существует миф, в том числе и во врачебных кругах, что аллергия может пройти с возрастом, однако практика показывает обратное. Чем старше становится ребенок, тем более сложным и длительным становится лечение.



**ВАЖНО!**  
Своевременное обращение к врачу для диагностики аллергического заболевания и установления причины его появления – это первый шаг на пути к выздоровлению.



### Физиологическая незрелость

Первые три-четыре года идет становление систем жизнедеятельности ребенка, поэтому ЖКТ до конца «не созрел». Это может повлечь за собой аллергию или непереносимость продуктов питания (например, цитрусовые, яйца, орехи, томаты и другие продукты, которые освобождают или содержат гистамин). Именно этим объясняется, что до определенного возраста ребенок страдал диатезом, а потом реакция проходит.



### Наследственная предрасположенность

Это основная причина развития аллергии. Если мама или папа малыша страдают от того или иного вида аллергии, то вероятность развития болезни у ребенка достигает 40 %. Если оба родителя страдают аллергией – вероятность возрастает до 75 %. Но даже если в семье никто никогда не страдал этим заболеванием, в 20–30 % случаев ребенок может стать аллергиком.



### Физическое состояние и привычки матери

Здоровье малыша напрямую зависит от физического состояния мамы. Хронические болезни, частые простуды, злоупотребление антибиотиками, пониженный иммунитет, вредные привычки, частые стрессы у матери во время беременности и грудного вскармливания увеличивают шансы ребенка стать аллергиком.



### Неправильное питание

Оно может начаться еще в утробе матери, которая слишком часто употребляла вредные и аллергенные продукты. Ситуацию может обострить ранний отказ от грудного вскармливания или полное его отсутствие, использование вместо адаптированных молочных смесей коровьего или козьего молока, раннее введение в рацион «взрослой» пищи, злоупотребление сладостями или продуктами, содержащими красители и консерванты.



### Плохая экология

Это мощный провокатор аллергии у детей. Регулировать количество смога в городском воздухе мы не в силах и не все готовы уезжать жить в глухую деревню. Но родители могут улучшить экологию своего жилья: отказаться от сигарет, ароматизаторов, содержать в чистоте квартиру, использовать очистители воздуха, почаще проветривать квартиру и т. д.

# ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ АЛЛЕРГИИ У ДЕТЕЙ



# САМЫЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ АЛЛЕРГЕНЫ



Лекарственные препараты



Яд насекомых



Продукты питания



Плесень



Домашняя пыль  
(клещ домашней  
пыли)



Шерсть  
животных  
и перья птиц



Пыльца  
(поллиноз)

## КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ АЛЛЕРГИЯ?

### Кожные проявления

Они наиболее характерны для пищевой и лекарственной аллергии, а также при реакции на укусы насекомых. Среди первых признаков – покраснение, шелушение, сыпь и зуд кожи.

#### ВАЖНО!

Если у ребенка длительное время наблюдаются выделения из носа, он часто чихает или кашляет, у него слезятся глаза, появились высыпания на коже или даже отечность и пигментация под глазами – это повод обратиться к аллергологу. Серьезная ошибка, когда родители подбирают для ребенка лекарство от аллергии с помощью фармацевта в аптеке или рекламы по телевизору. Такой подход не вылечит малыша, а лишь усугубит симптомы.

**ВАЖНО!**  
Симптомы, похожие на проявление аллергических реакций, могут возникать при скрытых вирусных и паразитарных инфекциях, а также при иммунодефицитных состояниях.

### Респираторные проявления

К ним относятся зуд глаз, слезотечение, насморк, чихание, затрудненное дыхание. Эти признаки наиболее характерны для аллергической реакции на животных, пыльцу и пыль. Однако у детей раннего возраста встречаются при пищевой сенсibilизации (молоко или яйцо и т. д.).

### Поведенческие симптомы

Если вы заметили, что ребенок стал капризным и раздражительным, у него резко меняется настроение, он испытывает какой-то необъяснимый дискомфорт – это тоже может свидетельствовать об аллергии. Подобные признаки характерны для поллиноза и формирования бытовой бронхиальной астмы.

# ЛЕЧЕНИЕ ДЕТСКОЙ АЛЛЕРГИИ

## Метод элиминации

Предполагает удаление причинно-значимых аллергенов, которые вызывают болезнь. Например, при лечении пищевой аллергии элиминация заключается в назначении диеты, полностью исключающей продукт питания, который вызвал реакцию. При аллергии на пыль специалисты советуют содержать квартиру в чистоте и по возможности избавиться от мягкой мебели, ковров и других «пылесборников». При реакции на животных придется минимизировать контакт ребенка с ними, а домашнего любимца отдать в добрые руки.

## Лекарственная терапия

Используется в основном когда метод элиминации неэффективен или необходимо срочно снять симптомы аллергии.

Выделяют три основные группы препаратов:

антигистаминные – частично и на короткое время избавляют от симптомов аллергии; не обладают лечебным и профилактическим действием;

кромоглициевая кислота и антилейкотриеновые препараты – используются в основном в профилактических целях;

глюкокортикостероиды – эта группа лекарственных средств назначается при среднетяжелых и тяжелых случаях аллергии на пыльцу и пыль или когда невозможно устранить аллерген из жизни маленького пациента. Существуют разные формы доставки препаратов, в том числе топические, которые обладают высокой степенью безопасности даже для детей раннего возраста. Данная группа препаратов может быть использована как для лечения, так и для профилактики аллергии.

**ВАЖНО! АСИТ проводится только под наблюдением детского аллерголога, который контролирует введение препарата, что гарантирует эффективность и безопасность терапии.**

## Аллергенспецифическая иммунотерапия (АСИТ)

Единственный метод, направленный на лечение причины аллергии. Суть его состоит в том, что в организм пациента вводится экстракт того аллергена, который является причиной болезни (пыльца деревьев или трав, клещ домашней пыли). Организм ребенка постепенно «привыкает» к аллергену, переставая реагировать на него как на опасность. Минимальная продолжительность курса лечения – три года, после чего наступает длительная ремиссия (иногда аллергия вообще не возвращается).

*Аллергия – неприятное и опасное явление. Симптомы аллергии причиняют значительный эмоциональный и физический дискомфорт не только ребенку, но и родителям. Могут стать причиной возникновения тяжелых заболеваний в дальнейшем. Поэтому своевременное обращение к специалистам, даже при умеренных аллергических реакциях, будет способствовать правильному формированию, развитию и здоровью ребенка.*



## Благодарный пациент



*«Хочу публично высказать слова благодарности великолепному хирургу и просто замечательному человеку, Стриженюк Дарье Сергеевне, и рассказать историю нашего с ней знакомства. Дело в том, что несколько месяцев назад у моей трехлетней дочурки вылезла шишка в паху. Я очень испугалась, а начитавшись страшилок в Интернете, панически стала искать консультацию в этот же день. Руководствуясь большинством положительных отзывов, решила попасть на прием именно к Дарье Сергеевне. Даже несмотря на то, что в тот самый день у нее был прием, врач пришла пораньше и приняла нас с дочкой. Дарья Сергеевна быстро нашла общий язык с ребенком. Она у меня девочка домашняя, с чужими в контакт вступает неохотно. Доктор ее разговорила, заболтала какими-то историями и «кошечками-собачками», а в ходе разговора непринужденно и ненавязчиво ее осмотрела. Так что дочурка совсем не испугалась, а даже наоборот, уходить от тети доктора не хотела. После осмотра доктор рассказала нам диагноз (паховая грыжа), еще больше меня успокоила тем, что она не ущемленная, но сказала, что оперироваться надо. Операцию делали на базе центра лучевой диагностики и эндоскопической хирургии «ТОНУС ПРЕМИУМ». Дарья Сергеевна была с нами на связи на всем догоспитальном этапе, пока мы находились в стационаре, а также в послеоперационном периоде, когда мне было что-то непонятно. Операция прошла быстро, от наркоза дочь отошла легко и без тошноты. На следующий день, утром, после перевязки, мы были отпущены домой с подробными рекомендациями. Швы нам не накладывались, а использовали специальные стрипы, разрез оказался крошечным, и спустя несколько месяцев рубца практически не видно! Сами понимаете, как это важно для девочки! На контроль через три месяца дочь шла с удовольствием, и теперь всё спрашивает, когда мы пойдем к Дарье Сергеевне еще. Спасибо всем сотрудникам клиник „Тонус“ за слаженную и высококачественную работу! А Дарье Сергеевне низкий поклон за ее нелегкий, но такой нужный нам труд!»*

Анна

## Благодарный пациент



*«Выражаю благодарность и искреннюю признательность специалисту высокого уровня врачу-маммологу Пегову Сергею Анатольевичу. Не первый раз обращаясь к нему, полностью доверяю его профессионализму. Сергей Анатольевич – замечательный врач и, что очень важно, деликатный, тактичный, внимательный и доброжелательный человек, который не назначает необоснованные анализы. Еще раз спасибо за Ваш нелегкий труд!»*

Светлана Викторовна



# ПАТРОНАЖ с «Тонус»

ПАТРОНАЖ - это услуги персонального педиатра и других детских специалистов, лабораторное и инструментальное обследование (УЗИ, ЭКГ), вакцинопрофилактика

## ПРОГРАММЫ ПАТРОНАЖА:

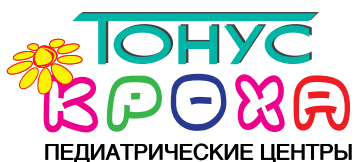
- Базовый
- Базовый +
- Комплексный
- VIP
- Super VIP



Стандартные и  
индивидуальные программы



Наблюдения детей на дому  
и амбулаторно



ул. Ванеева, 4 т. 411-11-55  
ул. Коминтерна, 139 т. 411-11-77

г. Кстово, пл. Мира, 3  
т. 8(83145) 2-73-99

г. Арзамас, пр-т Ленина, 204  
т. 8(83147) 2-08-80



Фиксированная стоимость услуг  
на все время действия договора

# ЛИЧНЫЙ ГРАМОТНЫЙ ВРАЧ

# КРОХА» от 18 690 рублей

«Тонус КРОХА» - это:

- **Высококвалифицированные специалисты:** доктора и кандидаты медицинских наук, врачи высшей категории
- **Передовое оборудование** - техническое оснащение наших клиник соответствует лучшим мировым стандартам
- **Индивидуальный подход:** каждый маленький пациент - самый важный для нас



**Личный доктор  
всегда на связи**



**Мы всегда Вам напомним  
о датах прививок и осмотров**



**Предоставление 15% скидки  
на консультацию специалистов,  
не включенных в договор патронажа**



**Никаких очередей:  
прием в приоритетном порядке**

## -МЕЧТА ЛЮБОГО РОДИТЕЛЯ!



**Наталья Звонова,**  
врач-эндокринолог  
сети медицинских  
клиник «Тонус»



## Эффект бабочки

*Один известный метеоролог, Эдвард Лоренс, предположил, что взмах крыла бабочки где-нибудь в Сингапуре может запросто стать причиной возникновения мощного торнадо в Северной Каролине. Так и со щитовидной железой: малейшие изменения в работе органа, похожего на небольшую бабочку и располагающегося внутри шеи, моментально отражаются на общем самочувствии, внешнем виде и здоровье человека.*

### О важности щитовидной железы

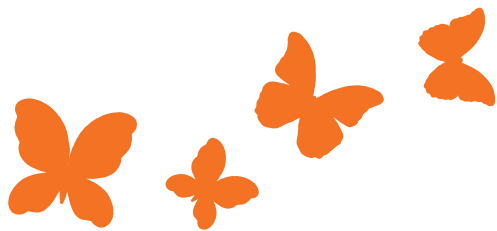
Щитовидная железа отвечает за выработку и хранение двух гормонов: тироксина и трийодтиронина. Эти гормоны участвуют во многих биологических процессах организма:

- повышают артериальное давление;
- ускоряют обменные процессы;
- контролируют гормональный фон и массу тела;
- регулируют уровень глюкозы в крови
- поддерживают постоянную температуру тела;
- отвечают за распад жира.

Именно благодаря такой масштабной деятельности гормоны обеспечивают бесперебойную работу всех органов и систем в организме человека. Сердце, желудочно-кишечный тракт, почки, печень, легкие, мочеполовая система – все они дадут сбой, если щитовидка перестанет нормально функционировать.

«Топливо» для такого маленького, но важного органа особенное. Из всех элементов периодической таблицы Менделеева щитовидная железа выбрала себе довольно редкое и неравномерно распределенное в природе вещество – йод. Он является главным источником питания для тироксина и трийодтиронина.





# 8

## причин заболеваний щитовидки:

дефицит йода в организме;  
неправильное питание;  
инфекционные заболевания;  
травмы шеи и гортани;  
наследственная предрасположенность;  
радиоактивное и токсическое облучение;  
травмы головного мозга.

### **ВАЖНО!**

*Различают две разновидности нарушения работы щитовидной железы: гипотиреоз – недостаточная выработка гормонов щитовидной железы; гипертиреоз – избыточная выработка гормонов щитовидной железы.*

## Проявление гипотиреоза

### **ВАЖНО!**

*Гипотиреоз чаще всего развивается в результате аутоиммунных нарушений в щитовидной железе, после ее оперативного лечения или при использовании лучевой и полихимиотерапии в процессе лечения онкологических заболеваний различной локализации.*

**Замедление метаболизма.** В результате люди могут страдать от ожирения, появляются проблемы с кожей, волосами и ногтями. Эти проблемы не решаются сменой питательного крема, шампуня, бальзама или визитом к косметологу и трихологу.

**Нарушение психического здоровья человека.** Отмечается вялость, ухудшение памяти, заторможенность, апатия. Человек постоянно чувствует усталость, даже после полноценного 8-часового сна. Усталость не проходит в течение всего дня, даже если деятельность не связана с тяжелыми физическими нагрузками.

**Проблема функций ЖКТ** Нехватка гормонов щитовидной железы сопровождается упорными запорами, снижением аппетита.

**Нарушение теплового обмена.** Из-за невозможности щитовидной железы поддерживать оптимальную температуру тела человек постоянно мерзнет. Неважно, +25 за окном или -10, ощущения будут одинаковыми. Ни один обогреватель и даже теплый свитер не сможет согреть.

**Половая дисфункция.** Наряду с половыми гормонами тироксин и трийодтиронин влияют на половое влечение (либидо), регулярность менструального цикла, а также на способность зачатия ребенка естественным путем. Часто, когда организму женщины не хватает гормонов, развивается бесплодие, а если беременность все-таки наступила, нередко случаются выкидыши. У мужчин проблемы со щитовидной железой приводят к импотенции.



## История из жизни



Молодая супружеская пара на протяжении длительного времени не могла зачать ребенка естественным путем. Они обращались к урологам, гинекологам, репродуктологам – диагноз «бесплодие» никто не ставил. Все оказалось гораздо проще: у девушки было пониженное содержание тиреоидных гормонов в организме, у мужчины же, наоборот, повышенное. После восстановления гормонального баланса у обоих супругов женщина благополучно забеременела и родила здорового малыша.

## Проявление гипертиреоза

### ВАЖНО!

Избыток тиреоидных гормонов оказывает токсическое действие на все органы и системы. При гипертиреозе щитовидная железа перестает подчиняться регулирующему действию гипофиза и работает в автономном режиме. Чаще всего это происходит после активного отдыха на море (вследствие усиления кровотока в щитовидной железе), может быть после родов, иногда при приеме йодсодержащих лекарств.

**Проблемы с сердцебиением.** При гипертиреозе отмечается учащенное сердцебиение, иногда нарушение сердечного ритма. Развивается сердечная недостаточность. Обычно с такими симптомами люди обращаются к кардиологу, но необходимо пройти комплексное обследование, включающее эндокринолога.

**Нарушение психического здоровья** человека проявляется плаксивостью, раздражительностью, возбудимостью, перепадами настроения, необоснованной тревогой.

**Проблема функций ЖКТ.** Со стороны желудочно-кишечного тракта обычно учащенный до двух-трех раз в сутки разжиженный стул, повышенный аппетит, снижение веса.

**Нарушение теплового обмена.** За счет усиления основного обмена человеку с гипертиреозом всегда жарко, его кожа сухая и горячая. Даже зимой он будет ходить в легкой одежде, без перчаток и спать с открытым окном.

**Половая дисфункция** проявляется снижением полового влечения. Недиагностированный гипертиреоз во время беременности может быть причиной ее невынашивания или осложниться массивной кровопотерей в родах, что приводит к инвалидизации матери или гибели ребенка.

## История из жизни



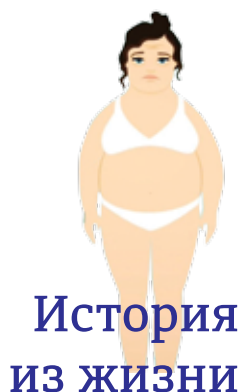
Пациент очень долго страдал от избыточного потоотделения и частого сердцебиения. Прогулки даже на короткие дистанции и подъем на второй этаж вызвали сильную одышку. Не зная, что у него проблемы со щитовидной железой, он обратился к кардиологу, где ему поставили диагноз тахикардия, прописали бета-блокаторы и со спокойной совестью отпустили домой. Только лечение не помогло, потому что основная проблема не была решена. Обегав множество врачей из разных областей медицины, он наконец-то добрался до эндокринолога. Когда пациент сдал анализ на гормоны, оказалось, что у него гипертиреоз, который впоследствии был успешно вылечен.

**ВАЖНО!** Патология щитовидной железы очень часто маскируется под заболевания других органов и систем. Поэтому грамотный врач любой специальности обязательно направит пациента к эндокринологу.

Посещать эндокринолога (особенно женщинам) желательно хотя бы один раз в год. При необходимости врач назначит УЗИ или компьютерную томографию щитовидной железы, анализы крови на тиреоидные гормоны, при наличии крупных узловых образований более 1 см возьмет пункционную биопсию узла, чтобы не пропустить онкологический процесс.

Подобрать правильное, а главное, эффективное лечение поможет только высококвалифицированный врач-эндокринолог.

**ВАЖНО!** Самолечение – под строгим запретом! Щитовидная железа не лечится «народными методами»: кремами, янтарными бусами и т. п.



Женщина тучного телосложения, сидя на диетах и регулярно занимаясь в тренажерном зале с тренером, никак не могла сбросить вес. Обратилась к гастроэнтерологу, проверили вдоль и поперек, ничего существенного не нашли. Назначили лечебную диету и физиопроцедуры – не помогло. Из-за этого женщина даже начала принимать таблетки для похудения. Результат был, но незначительный, и после завершения курса приема препаратов она снова начала стремительно полнеть. К эндокринологу женщина обратилась только после того, как случайно сделала УЗИ щитовидной железы по акции в одной из клиник. Поставили диагноз «гипотиреоз», назначили соответствующее лечение, и буквально через восемь месяцев ей удалось похудеть до желаемых объемов.

**ВАЖНО!** Никогда не покупайте препараты для лечения щитовидной железы, основываясь на рекламе! Только врач-эндокринолог после комплексного обследования назначит вам необходимое лечение

Все заболевания щитовидной железы, включая онкологические, даже на поздних стадиях **ВЫЛЕЧИВАЮТСЯ!!!**

Щитовидная железа – один из важнейших элементов в эндокринной системе, расстройства которого провоцируют серьезные изменения гормонального баланса в организме человека. Своевременное выявление эндокринной патологии и ее успешное лечение позволит вам избежать часто бесполезных трат времени и средств у других специалистов.





# ЗИМА Здоровый



**Овен**  
(21.03–20.04)

Зимой Овнам придется освоить азы правильного питания. Не налегайте на слишком жирные и соленые блюда, ограничьте употребление мучных изделий и не перегибайте с алкоголем, особенно в новогоднюю ночь. Помните, что в этот период возрастает риск обострения заболевания желудочно-кишечного тракта, так что даже при незначительных болях в желудке и кишечнике запланируйте обследование у гастроэнтеролога.



**Близнецы**  
(22.0–21.06)

Звезды советуют Близнецам не увлекаться празднованием Нового года, иначе можно заработать серьезные проблемы с печенью. Чтобы всю зиму не бегать к гепатологу и не принимать лекарственных препаратов, сбалансированно питайтесь и не переедайте.



**Телец**  
(21.04–21.05)

Внимательнее смотреть под ноги следует Тельцам. Синоптики обещают суровую снежную зиму. Возрастет риск переломов. Чтобы укрепить кости, пейте витамины и налегайте на продукты, содержащие кальций. Если старые травмы дадут о себе знать, запишитесь на лечебный массаж или на прием к мануальному терапевту.



**Дева**  
(24.08–22.09)

Зима обещает быть холодной – одевайтесь по погоде и держите ноги в тепле, иначе рискуете заработать цистит или другие воспалительные заболевания мочеполовой системы. Как только почувствуете малейший дискомфорт внизу живота или проблемы с мочеиспусканием, незамедлительно обращайтесь к урологу.



**Рак**  
(22.06–22.07)

Раки могут почувствовать обострение своих хронических заболеваний уже с самых первых дней зимы. Своевременное обращение к профильному специалисту, выполнение всех его предписаний, позитивный настрой и концентрация на скорейшем выздоровлении помогут привести себя в форму и забыть о проблемах со здоровьем до конца года.



**Лев**  
(23.07–23.08)

В зимнем сезоне Львам стоит особое внимание уделить здоровью глаз. Старайтесь как можно чаще делать паузы во время работы за компьютером, принимайте поливитаминные комплексы и не игнорируйте обследование у офтальмолога. Своевременная комплексная диагностика поможет избежать серьезных проблем в будущем и сохранить 100 %-ное зрение.

# гороскоп



## Весы

(23.09–22.10)

Этой зимой Весам следует уделять особое внимание здоровью сердечно-сосудистой системы. Звезды рекомендуют сделать передышку в работе, сходить на консультацию к кардиологу, ограничить употребление холестеринасодержащих продуктов и больше времени отдыхать на природе – ведь ничего полезнее для здоровья сердца еще не придумали!



## Козерог

(22.12–20.01)

Зубы – слабое место Козерогов этой зимой. Если будете налегать на шоколад, конфеты, печенье, мармелад и прочие сладости, кариес не заставит себя долго ждать. Не откладывайте визит к стоматологу в долгий ящик и постарайтесь как можно быстрее сходить на профгигиену полости рта. Ведь здоровые и красивые зубы – залог приятного впечатления и хорошего настроения!



## Водолей

(21.01–19.02)

Трудолюбие и упорство Водолеев не пройдут незамеченными! В погоне за результатом вы совсем забудете о себе, что негативно скажется на состоянии кожи. Так что не ждите, пока акне, черные точки и прочие высыпания покроют ваше лицо, а своевременно посетите косметолога, сделайте чистку и пилинг.



## Скорпион

(23.10–21.11)

Слабое место у Скорпионов зимой – уши и горло. Носите шапку и шарф потеплее, особенно в сильные морозы, пейте чай с облепихой, а если почувствуете першение в горле или «стрельбу» в ухе, обратитесь к ЛОРу и не занимайтесь самолечением.



## Стрелец

(22.11–21.12)

Зимой Стрельцам грозит переутомление, тяжелым грузом может навалиться депрессия, возможны нервные срывы из-за семейных конфликтов и проблем на работе. Старайтесь не принимать все близко к сердцу, чаще отдыхайте и найдите время для посещения психотерапевта. Он поможет наладить душевное равновесие.



## Рыбы

(20.02–20.03)

В начале зимы физической форме и активности Рыб можно будет только позавидовать. Вы точно сможете свернуть горы. Будьте аккуратнее, не перетрудитесь, иначе есть риск повредить суставы. Ведь артроз не дремлет! Как только суставы начнут ныть, не ждите, что они успокоятся самостоятельно, – запишитесь на консультацию к врачу-ортопеду.







офтальмологическая клиника

# ЛАЗЕРНАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ

Super LASIK  
Femto LASIK  
Femto Super LASIK  
ReLEx FLEx  
ReLEx SMILE

- ГАРАНТИЯ РЕЗУЛЬТАТА
- Высококвалифицированные специалисты ПФО
- Ультрасовременное оборудование

ул. Белинского, 38 т. (831) 411-10-10

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ





**Юрий Кудрявцев,**  
заместитель главного  
врача клиники  
«Тонус АМАРИС»,  
рефракционный хирург,  
врач высшей категории

# КОМПЬЮТЕРНАЯ ДИАГНОСТИКА ЗРЕНИЯ

*Наша жизнь все больше становится похожа на мир будущего, о котором мы грезили, смотря очередной фантастический фильм или сериал. На многих фабриках и заводах людей заменили роботы, крошечные компьютеры помогают человеку управлять всем: рулем автомобиля, штурвалом самолета, домашними бытовыми приборами. Даже обычную дверь теперь можно закрыть без использования ключа. Невероятный прогресс не оставил в стороне и медицину: с каждым годом появляется все больше инновационного оборудования, которое вместе с врачами борется за жизнь и здоровье пациентов.*

Офтальмология, как и остальные сферы, продвинулась далеко вперед. В настоящее время уровень медицины настолько высок, что посещение офтальмолога больше похоже на эпизод из фильма про будущее. Параметры здоровья глаз измеряются при помощи компьютеров, практически любые заболевания зрительной системы поддаются бесконтактному лечению, а человек только руководит процессом.



## ЗРИ В КОРЕНЬ

### ЭТО ИНТЕРЕСНО

В Древней Греции Гиппократ предложил проверять остроту зрения по звездам. В ночное время нужно было посмотреть на созвездие Большой Медведицы. Если на ручке ковша удастся увидеть маленькую еле заметную звездочку, значит, острота зрения в порядке. Такой метод проверки пользовался большой популярностью у воинов, у которых острота зрения должна была быть безупречной, чтобы можно было увидеть врага издали, и предупредить об опасности остальное войско.



Путешествие по просторам «фантастической офтальмологии» начинается с компьютерной диагностики зрения. Только компьютерной она является весьма условно. На самом деле этот вид обследования представляет собой ультрасовременный способ измерения параметров глаз с помощью комплекса высокотехнологичных аппаратов, которые позволяют провести максимально полный осмотр всех структур глаза и выявить практически любое заболевание даже на начальных стадиях. С ее помощью можно не только поставить диагноз, но и узнать причины, по которым ухудшается зрение, следовательно, быстро среагировать на изменения и назначить квалифицированное лечение.

Современные диагностические кабинеты офтальмологических центров оснащены мыслимыми и немыслимыми приборами для максимально точной проверки здоровья глаз: цифровыми фундус-камерами, бесконтактными оптическими когерентными томографами, ротационными шемпфлюг-камерами, бесконтактными пневмотонометрами, компьютерными периметрами, авторефрактометрами и т. д. При входе в кабинет создается впечатление, что вы не просто пришли проверить зрение, а находитесь в научно-технической лаборатории секретного объекта, где представлены умные машины, каждая из которых «знает», за какой параметр зрения отвечает.

Благодаря полному оснащению современных офтальмологических клиник у пациентов есть возможность проверить:

- рефракцию;
- остроту зрения;
- состояние глазного дна и сетчатки;
- внутриглазное давление;
- возможность развития заболевания (например, глаукомы);
- диаметр роговицы и зрачка;
- толщину роговицы и хрусталика;
- глубину передней камеры;
- размер глазного яблока.

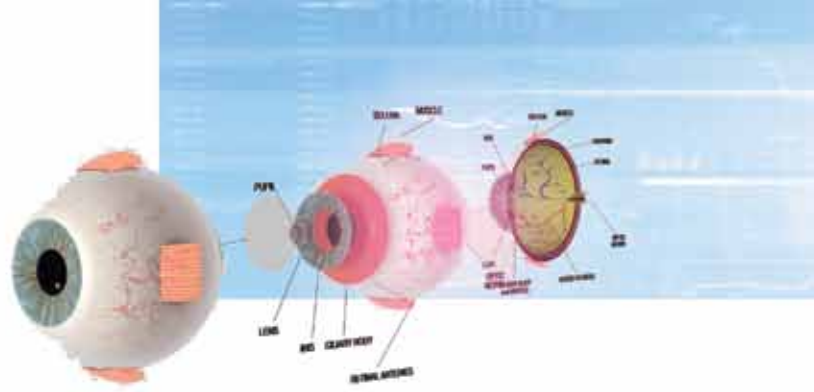
### ВАЖНО!

Компьютерная диагностика обязательна для каждого человека, даже при отсутствии жалоб на ухудшение зрения, потому что многие серьезные заболевания глаз на ранних стадиях часто протекают бессимптомно, и своевременное их обнаружение повышает шансы на успешное выздоровление и сохранение 100 % зрения в будущем.



## ВАЖНО!

Компьютерная диагностика зрения – единственно возможный способ определить предрасположенность человека к определенному заболеванию глаз, даже когда нет никаких предвестников.



Фиксируя каждый параметр глаз, аппараты сводят результаты воедино и выдают полное заключение, на основании которого офтальмолог дает рекомендации по лечению и при необходимости назначает тот или иной вид операции. Благодаря полностью автоматизированному процессу диагностики зрения исключается возможность человеческой ошибки, которая может стоить пациенту зрения.

Инновационное высокотехнологическое оборудование мировых производителей всего за несколько часов позволяет провести максимально полный осмотр всех структур глаза и выявить практически любое заболевание органа зрения даже на начальных стадиях:

нарушения рефракции  
(миопию, гиперметропию, пресбиопию, астигматизм);

катаракту;

глаукому;

заболевания сетчатки и роговицы.

Компьютерная диагностика полностью исключает механическое вмешательство в глаза. Пациент чувствует себя максимально комфортно и не испытывает никаких неприятных ощущений ни во время обследования, ни после него. Нет ни жжения, ни зуда, ни сухости глаз.

## ВАЖНО!

К работе на такой профессиональной и дорогостоящей технике допускаются лишь высококвалифицированные специалисты, которые предварительно прошли обучение и знают все тонкости обращения с аппаратами, а также – как правильно расположить пациента на том или ином оборудовании, управлять процессом и дать рекомендации.

Хорошую результативность компьютерная диагностика зрения проявила при обследовании детской глазной патологии. Многие дети на приеме у врача-офтальмолога не дают проверить свои глаза «по старинке».

Они не могут сконцентрироваться на одной точке и прочитать буквы, закрывают глаза при ярком свете, не понимают, что нужно следить за молоточком, и т. д. Аппаратная диагностика зрения решает эти проблемы. Специально рассчитанный на детей от 3-месячного возраста авторефрактометр Plusoptix S08 позволяет проводить диагностику в игровой форме. Малыш будет спокоен, обследование пройдет быстро, а главное – результативно.





## КОМУ И КОГДА ПОКАЗАНА КОМПЬЮТЕРНАЯ ДИАГНОСТИКА ЗРЕНИЯ?

При снижении качества зрения, когда появляется дискомфорт, усталость и боль в глазах.

Детям в период активного роста и формирования органа зрения. Компьютерная диагностика позволяет вовремя выявить и исправить появившиеся нарушения в процессе формирования глаз ребенка; не допустить развития косоглазия или амблиопии.

Всем беременным женщинам на ранних и поздних сроках, особенно пациенткам при близорукости средней и высокой степени. Своевременное обследование поможет выявить патологии сетчатки, что позволит свести к минимуму риск ее отслоения во время вынашивания ребенка и самих родов, а также предупредить слепоту.

Людям старше 40 лет, особенно при наследственном факторе риска, то есть в том случае, если у родственников наблюдались заболеваниями органа зрения: глаукома, катаракта, нарушения рефракции и др.

При наличии таких хронических заболеваний, как сахарный диабет и гипертония.

При подготовке к офтальмологической операции. В этом случае компьютерная диагностика зрения дает специалисту возможность составить план и выбрать оптимальный и максимально безопасный способ хирургического вмешательства.

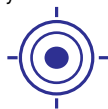
Регулярная проверка зрения является гарантией своевременного выявления начальных стадий заболеваний глаз, которые успешно поддаются лечению.

## ПРЕИМУЩЕСТВА КОМПЬЮТЕРНОЙ ДИАГНОСТИКИ ЗРЕНИЯ

Объективность



Максимальная точность результата



Быстрота получения результата



Безболезненность



Бесконтактность



Комфорт маленьких пациентов



Важно понимать, что современная комплексная компьютерная диагностика зрения возможна только в хорошо оборудованном профильном медицинском центре, поскольку для исследования различных параметров зрительной системы недостаточно одного «компьютера», необходим целый ряд дорогостоящих приборов. Поэтому не стоит верить рекламе некоторых недобросовестных салонов оптики, предлагающих пройти «компьютерную диагностику» за 5 минут. Скорее всего, вам будет предложена только процедура определения остроты зрения на авторефрактометре и последующий подбор очков и контактных линз. Однако для выявления серьезной патологии такой «диагностики» недостаточно.

Продолжение следует



**ВАЖНО!** Ежегодная компьютерная диагностика зрения обязательна людям с дальнозоркостью, близорукостью и астигматизмом.

Благодарный  
пациент



*В «Тонус АМАРИС» делал коррекцию зрения по методике ReLEx SMILE, так как на тот момент ее нигде больше не делали. Хотелось меньше осложнений, да и зря я, что ли, ждал столько времени перед тем, как сделать операцию? Выбором остался доволен. Прошло полгода, зрение 100 %. Без очков ясно вижу все листочки на деревьях и различаю вдалеке лица людей. Как раньше жил без этого – непонятно. Осложнений действительно никаких не было. Восстановительный период, на самом деле, дольше, чем 2 часа. В моем случае он составил около двух дней – в это время был небольшой дискомфорт, изображение двоилось, и читать на близком расстоянии я не мог. В «Тонус АМАРИС» – однозначно лучшие врачи в Нижнем Новгороде. Попал на весеннюю скидку, сэкономил немало денег. В общем, большое спасибо врачам и персоналу клиники, в особенности Антипенко Ларисе Анатольевне!»*

Роман Волков

Благодарный  
пациент



*Четыре года назад сделала лазерную коррекцию зрения в «Тонус АМАРИС» и вот только сейчас решила написать свой отзыв о клинике. Мне очень понравилась атмосфера, царившая в стенах центра, внимательное отношение медицинского и административного персонала, который не позволил мне сойти с пути, когда я в самый последний момент чуть не испугалась и не отказалась от операции, думая, что совершаю большую ошибку! Слава Богам, что операция прошла успешно, и я в тот же день уже все оптимивно видела без очков и линз (зрение у меня, между прочим, было -4,5). Первое время было дико непривычно, даже голова кружилась от такого яркого и четкого изображения. Но прошло 4 года, а я все также оптимально вижу, что и после операции. Никаких проблем вообще нет, зрение не село ни на один процент, несмотря на то, что каждый день я довольно долго работаю на компьютере. В общем, огромное спасибо всему персоналу клиники! Всем своим друзьям и знакомым я советую именно вашу клинику, где всего за 20 минут мне вернули не просто зрение, а позволили взглянуть на этот мир абсолютно другими глазами!*

Василиса



офтальмологическая клиника

# ЛЕЧЕНИЕ КАТАРКТЫ

от **23 000** р.



*Отличное зрение за 15 минут!*

ул. Белинского, 38 т. **(831) 411-10-10**

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ





Наталья Валит,  
заведующая отделением  
косметологии  
«ТОНУС ПРЕМИУМ»,  
врач-косметолог

С появлением лазера в эстетической медицине мир облетела новость: раскрыт секрет вечной молодости, красоты и неувядающей кожи голливудских звезд. Благодаря инновационным методам лазерной терапии стали доступны абсолютно новые процедуры для лица и тела, о которых 50 лет назад не могла мечтать ни одна женщина. Спектр применения лазеров практически ничем не ограничен: омоложение, удаление рубцов, шрамов, татуировок, борьба с акне и нежелательными волосами. Все процедуры абсолютно безопасны за счет индивидуального подбора времени, глубины и силы воздействия в зависимости от типа и чувствительности кожи пациента.

# ВСЕМОГУЩИЙ ЛАЗЕР



Историческая  
справка



История изобретения лазера уносит нас в 1916 год, когда Альберт Эйнштейн открыл теорию, согласно которой можно использовать квантовые усилители и генераторы электромагнитных волн для взаимодействия с веществами или предметами. В 1960 году американский физик Теодор Мейман сконструировал первый рубиновый лазер, длина волны которого была равна 0,69 мкм. В том же году Леон Голдман решил, что изобретение можно использовать для разрушения волосяных фолликул, и не прогадал: волосы выпадали прямо на глазах и со временем прекращали свой рост. Однако, не поверив в чудодейственную силу луча и опасаясь новинки, косметологи начали использовать лазер для проведения эпиляции лишь через 36 лет.

## ОБЛАСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ЛАЗЕРОВ В КОСМЕТОЛОГИИ

Лазер зарекомендовал себя как уникальный и высокорезультативный метод решения проблем в косметологии. С его помощью стало возможно всего за несколько процедур превратить женщину в Богиню, идеальности которой позавидуют самые ухоженные и благородные голливудские дивы.



### Лазерное омоложение

Лазерное омоложение кожи лица является современным безоперационным методом борьбы с морщинами и другими возрастными изменениями кожи. С помощью лазера можно значительно подтянуть кожу, улучшить ее структуру, избавиться от глубоких и мимических морщин и выровнять цвет лица. После процедуры не остается шрамов, восстановление проходит максимально быстро, уже через два-три дня можно вернуться к привычному образу жизни и наслаждаться обновленной, гладкой, сияющей и молодой кожей. Омолаживающий эффект от процедуры сохраняется долгие годы. Лазерное омоложение делится на **фракционное** и **фотоомоложение**.

#### Фотоомоложение

воздействует **на верхний слой эпидермиса** интенсивным импульсом светового потока, ускоряя микроциркуляцию в сосудах и регенерацию клеток, запуская метаболические процессы, стимулируя выработку коллагена и эластина, благодаря чему кожа восстанавливает естественную эластичность и выглядит моложе. После фотоомоложения мимические морщины становятся менее заметными, пигментация, различные воспаления и купероз полностью исчезают, тон кожи выравнивается, контур лица подтягивается. Кроме того, фотоомоложение может применяться в качестве лечебной процедуры для борьбы с акне и комедонами.

#### Фракционное омоложение

– идеальное оружие в борьбе с возрастными изменениями кожи! Рекомендуется проводить женщинам старше 30 лет. Луч лазера проникает **в срединно-глубокие слои кожи**, запуская восстановительные процессы, активную выработку коллагена и эластина, заставляя кожу моментально реагировать и восстанавливать клетки. Эффект заметен уже после первой процедуры и имеет накопительный эффект, т.е. усиливается с каждым днем: разглаживаются поверхностные и срединно-глубокие морщины, кожа становится намного ровнее, исчезают носогубные и носослезные складки, сужаются расширенные поры, удаляются выраженные рубцы, шрамы и пигментация.

#### Термолифтинг лица

– современная косметологическая альтернатива пластическим операциям, которую часто называют «безоперационной подтяжкой». Процедура по праву считается совершенным методом омоложения и формирования четкого контура лица. Показана женщинам старше 40 лет, поскольку воздействует **на самые глубокие слои кожи** и разглаживает даже выраженные сформировавшиеся морщины. С помощью процедуры обеспечивается мощный прогрев глубоких слоев эпидермиса, за счет чего формируется плотный каркас лица, усиливаются коллагеновые структуры, обеспечивается стойкий лифтинг и улучшается структура кожи. Даже после одной процедуры термолифтинга заметен впечатляющий результат: контур лица становится четким, ровным и рельефным, повышается тонус и упругость кожи, исчезают дряблость и жировые отложения, цвет лица становится естественным и натуральным. Термолифтинг можно применять не только в области лица и шеи, но и для подтяжки и укреплении кожи живота, обвисшей после родов или резких потерь веса.

## 3D-омоложение – настоящий прорыв в косметологии!

Комбинация фотоомоложения, фракционного омоложения и термолифтинга привело к появлению методики 3D-омоложения! Три мощнейших процедуры позволяют произвести ошеломляющий омолаживающий эффект без хирургического вмешательства, что заметно сокращает время реабилитации и позволяет не волноваться за возможные побочные эффекты и результат! 3D омоложение – это настоящий прорыв в эстетической медицине, после которого исчезают любые несовершенства кожи и лицо становится на 10 лет моложе:



Устраняются морщины во всех слоях эпидермиса (мигические, срединно-глубокие, глубокие);

Исчезают шрамы, рубцы, акне, постакне, пигментация;

Кожа становится гладкой, эластичной и подтянутой;

Выравнивается рельеф кожи;

Сужаются расширенные поры;

Контур лица подтягивается, становится четким и упругим;

Улучшается цвет лица.

Эффект от 3D-омоложения сравним с комплексом пластических операций, но по сравнению с ним имеет минимальный восстановительный период и не требует нахождения в стационаре, поэтому вы можете сразу отправиться домой, где будете наблюдать, как лицо меняется на глазах!



**Это  
интересно**

*Как известно, Клеопатра не славилась красотой, но была первооткрывательницей всевозможных средств для продления молодости и повышения привлекательности. Именно она придумала универсальную питательную и омолаживающую маску, которая была способна разгладить абсолютно любые морщинки, придать коже бархатистость, сияние и упругость. В качестве ингредиентов для чудодейственной маски она использовала мед, овсянку, молоко, косметическую глину.*





*Избавление от растяжек и целлюлита*



*Эпиляция*



*Устранение рубцов и шрамов*



*Лечение угревой сыпи и акне*



*Избавление от веснушек и пигментных пятен*



*Избавление от сосудистых звездочек*

## ПРЕИМУЩЕСТВА ЛАЗЕРА В КОСМЕТОЛОГИИ

### *Быстрота*

Всего за полчаса-час можно избавиться от эстетических дефектов, а отсутствие хирургических манипуляций сокращает период реабилитации.

### *Отсутствие специальной подготовки*

Перед процедурой не нужно сдавать никакие анализы, которые, как правило, необходимы хирургу для проведения обычных операций.

### *Минимальные болевые ощущения*

В зависимости от особенностей кожи и болевого порога специалист подбирает индивидуальную мощность лазера и при необходимости наносится обезболивающее средство. Во время процедуры может ощущаться тепло, покалывание, пощипывание, но боли как таковой не будет.

### *Неинвазивность*

Заживление происходит быстро и качественно, за счет чего сокращается время реабилитации.

*Лазерные технологии являются инновационным, перспективным и быстро развивающимся направлением эстетической медицины. Уникальные свойства лазерных методов имеют неоспоримые преимущества перед традиционной медициной, позволяя скорректировать практически любой косметический дефект быстро, безболезненно, с минимальным реабилитационным периодом и гарантированным результатом. Это определяет ведущие позиции лазерных технологий в косметологии, где они давно завоевали заслуженное уважение у самых впечатлительных и требовательных клиентов.*



# 3D-ЛАЗЕРНОЕ ОМОЛОЖЕНИЕ

PALOMAR ICON. САМЫЙ МОЩНЫЙ ЛАЗЕР В МИРЕ



ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

**ТОНУС**  
*Premium*

ул. Б. Покровская, 62

т. (831) 411-11-75

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



**Адель Муссаид,**  
врач стоматолог-хирург, имплантолог, ортопед центра эстетической медицины «ТОНУС ПРЕМИУМ»

# Голливудская улыбка

*Здоровые, ровные, белые зубы – мечта каждого современного и успешного человека. От природы «голливудская улыбка» достается всего 7 % людей. Если каких-то 30 лет назад приходилось либо реже улыбаться, либо мириться с недостатками и принимать свою естественность, то сейчас проблему можно решить буквально за несколько дней! Достаточно обратиться к стоматологу-ортопеду, который с помощью виниров сделает вашу улыбку предметом зависти многих голливудских звезд!*

Виниры – это тонкие пластинки, которые накладываются на переднюю поверхность зубов. Современные виниры создаются с учетом всех пожеланий пациента. Стоматолог-ортопед индивидуально изготавливает форму и цвет новых зубов, учитывая не только пожелания, но и состояние родных зубов.

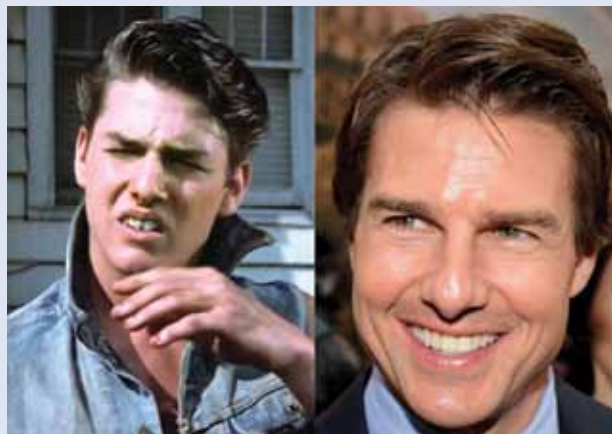
*До и после*





## ЭТО ИНТЕРЕСНО:

*Знаменитый голливудский актер Том Круз долгое время стеснялся своей улыбки из-за кривых зубов. В начале карьеры агенты и режиссеры настоятельно рекомендовали ему обратиться к стоматологу-ортопеду, иначе о головокружительной карьере можно было забыть, а о больших и заметных ролях даже не мечтать. Послушав советы, Круз полностью исправил эстетику зубов с помощью винирования, и теперь его приглашают только в лучшие голливудские блокбастеры.*



Композиционные виниры представляют собой тонкие накладки из композитного пломбирочного материала. Они размещаются исключительно на фронтальной стороне зуба и изготавливаются непосредственно во рту пациента за одно посещение. Пластины из композита врач чаще всего советует, когда необходимо выполнить реставрацию срочно и за короткий промежуток времени. При необходимости реставрации большого количества зубов чаще применяют керамические виниры.



Керамические виниры намного тоньше композиционных (0,3–0,5 мм) и производятся из медицинской керамики. Такие пластинки обладают высокой прочностью, изготавливаются по индивидуальным слепкам в зуботехнической лаборатории. Керамические виниры идеально передают естественный оттенок и структуру натуральных зубов и даже при детальном рассмотрении не выдают своей «поддельности».



Люминиры («голливудские виниры») можно смело называть ультратонкими, а подбираются они исключительно под особенности зубного ряда. Их главное преимущество заключается в том, что перед установкой зубы не нужно обтачивать (в некоторых случаях требуется минимальная обточка), значит, они не портятся и не разрушаются со временем. К тому же люминиры не меняют цвет от красящих веществ, сохраняя улыбку ровной и белоснежной на длительное время.

## В каких случаях рекомендуется ставить виниры?



Цветовые нарушения зубной эмали (желтизна или устойчивые пятна).



Трещины на зубах.



Выраженные межзубные промежутки, которые нарушают эстетику улыбки.



Нарушение формы зубов.



Положение зуба вне зубного ряда.



Сколы зубов.



Недовольство цветом родных зубов.

## В каких случаях не рекомендуется устанавливать виниры?

**Выраженное нарушение прикуса.** Если установить виниры, когда налицо выраженное нарушение прикуса, это может привести к сколу пластин и неправильной нагрузке на ткани зуба, которые удерживают его в челюсти (периодонт).

**Травмоопасный спорт.** Если вы занимаетесь такими видами спорта, в которых не предусмотрена специальная защита зубов (например, футбол, волейбол, баскетбол и т. п.), виниры (особенно люминиры) ставить не рекомендуется из-за возможных сколов конструкции.

**Бруксизм (скрежет зубами).** Виниры считаются крепким, но довольно хрупким материалом для придания улыбке эстетически привлекательного вида, поэтому, если вы будете скрипеть зубами во сне, можете неосознанно повредить пластины.

**Разрушенные зубы.** Если отсутствует большой процент естественных тканей, то керамические накладки не обеспечат полного восстановления не только эстетической, но и функциональной ценности.

**ВАЖНО!** Если в ряду нет основных жевательных зубов, то ни в коем случае не рекомендуется ставить виниры, поскольку создается сверхсильная нагрузка на резцы и клыки, что может привести к повреждению пластинок.

## Секреты ухода за винирами

Чтобы максимально продлить срок службы и сохранить здоровье зубов под винирами, необходимо осуществлять грамотный уход. Основные правила не отличаются от обычной гигиены полости рта, поэтому менять свой привычный образ жизни в угоду зубам не придется.

Если вы установили композиционные виниры, придется минимизировать употребление в пищу красящих продуктов и напитков (вино, шоколад, ягоды, кофе, чай, свекла и т. п.), чтобы сами пластинки не поменяли свой цвет.



Виниры, как и родные зубы, нельзя перегружать чрезмерными нагрузками. Ни в коем случае не пытайтесь колоть орехи зубами, открывать бутылки и упаковки с их же помощью, в противном случае есть риск расколоть протез и даже сам зуб.

Чистить виниры необходимо так же, как и родные зубы, – дважды в день. Не забывайте про полоскание рта после каждого приема пищи – под винирами, особенно композиционными, скапливаются бактерии, которые не подвластны зубной щетке, а полоскание полости рта минимизирует риск развития кариеса. Для чистки зубов можно пользоваться той же зубной щеткой, что и раньше, но зубную пасту, если установлены композиционные виниры, рекомендуется выбирать с низким содержанием абразивных частичек. Это обусловлено тем, что линия стыка между винирами и зубами – это самое слабое место. Наличие абразивных веществ нарушает целостность и гладкость скрепления, пластинки начинают отходить.

*Беспрекословно соблюдайте рекомендации стоматолога. В случае если зубы начали беспокоить, заметили воспаления и шишки на деснах, обнаружили шероховатости и зазоры в месте крепления виниров к зубам, стоит немедленно обратиться к специалисту, чтобы без ущерба для здоровья полости рта исправить возникшую проблему.*

*С эстетической точки зрения виниры – прекрасное решение в погоне за идеальной улыбкой. Они быстро и надолго облагораживают зубной ряд – пациент и думать забывает о том, что когда-то его улыбка была далека от совершенства, ведь теперь он может наслаждаться красивыми и безупречными во всех отношениях зубами.*



**ВАЖНО!** В случае если керамические виниры изменились в цвете, отчистить их может зубной порошок.

Благодарный  
пациент

«Хочу выразить огромную признательность врачу-стоматологу Индейкиной Евгении Викторовне, благодаря которой было осуществлено довольно сложное лечение моих зубов. Евгения Викторовна, используя все свои знания, упорство и добросовестное отношение к своим обязанностям, сделала для меня невозможное – она спасла мне зубы, которые предлагали удалить в другой клинике! Помимо того, что Евгения Викторовна высокопрофессиональный специалист, она еще и необыкновенно добрый человек, всегда одаривает пациентов своей лучезарной улыбкой. Я с огромной радостью шла к ней на прием. Также хочу поблагодарить медицинскую сестру Любу, которая безупречно относится к своим профессиональным функциям и является очень исполнительным помощником врача, поэтому их работа всегда протекает слаженно и успешно».

Сафонова Н.В.

Благодарный  
пациент

«Хочу выразить благодарность замечательному врачу-хирургу Муссаид Адель Мурадовичу за прекрасно выполненную работу по удалению зуба мудрости, который не взялись удалять в другой платной клинике из-за особенностей. Но все прошло отлично, боли никакой не почувствовал. Врач очень доброжелательный, настраивает на позитивный лад, оценивает наличие показаний для удаления и старается сохранить зуб. Большое спасибо за терпение, пусть все Ваши надежды и надежды тех, кто приходит к Вам за помощью, будут оправданы, пусть Ваши желания исполняются и мечты сбываются, здоровья и благополучия Вам и Вашим близким!»

Молодовский Максим Игоревич



# Семейная стоматология

- ВСЕ ВИДЫ СТОМАТОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ
- ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫЕ СПЕЦИАЛИСТЫ
- ИННОВАЦИОННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ И МАТЕРИАЛЫ



ЛЕЧЕНИЕ



УДАЛЕНИЕ



ПРОТЕЗИРОВАНИЕ  
ИМПЛАНТАЦИЯ



ЧЕЛЮСТНО-ЛИЦЕВАЯ  
ХИРУРГИЯ

ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ  
**ТОНУС**  
*Premium*

*Располагает к доверию*  
**ТОНУС**  
СТОМАТОЛОГИЯ

**ТОНУС**  
**ВРОХА**  
СТОМАТОЛОГИЯ

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ

от *А до Я*



**ЭСТЕТИЧЕСКАЯ  
СТОМАТОЛОГИЯ**



**ИСПРАВЛЕНИЕ  
ПРИКУСА**



**ДИАГНОСТИКА  
(ПАНОРАМА, КТ, МРТ)**



**ДЕТСКАЯ  
СТОМАТОЛОГИЯ**

ул. Б. Покровская, 62 т. (831) 411-11-75

ул. Ванеева, 4 т. (831) 411-11-85

ул. Коминтерна, 139 т. (831) 411-11-77

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# 10 МИФОВ ОБ ЭКО



**Елена Красновская,**  
главный врач клиники  
высоких репродуктивных  
технологий «Тонус МАМА»,  
врач акушер-гинеколог,  
репродуктолог высшей  
категории

## МИФ

# 1

**ЭКО ВСЕГДА  
ПРИВОДИТ  
К МНОГОПЛОДНОЙ  
БЕРЕМЕННОСТИ**

На самом деле вероятность двойни (тройни и даже четверни) при ЭКО есть, но не повсеместно. Этот миф возник из-за того, что пациентке могут перенести более одного эмбриона: в Швеции – не больше двух, во Франции и России – трех. Считается нормальным, если оплодотворилось 70 % яйцеклеток, из которых выделяются самые здоровые и крепкие эмбрионы. Но даже перенос самых сильных эмбрионов не может гарантировать наступление многоплодной беременности. Может прижиться как один-два-три эмбриона, так и вообще ни одного.

## МИФ

# 2

**ЭКО – ОЧЕНЬ  
БОЛЕЗНЕННАЯ  
ПРОЦЕДУРА**

При экстракорпоральном оплодотворении у будущей мамочки сначала берется генетический материал, после чего готовый эмбрион переносят в матку. Неудобства, испытываемые женщиной, это больше психологический дискомфорт, чем реальная физическая боль. При этом совершенно безболезненной процедуру назвать нельзя, поэтому она выполняется под общей анестезией.

## МИФ

# 3

**ДЕТИ, ЗАЧАТЫЕ  
С ПОМОЩЬЮ ЭКО,  
ПОЯВЛЯЮТСЯ  
НА СВЕТ СЛАБЫМИ  
И БОЛЕЗНЕННЫМИ**

Чаще всего к ЭКО прибегают женщины, которые не способны сами забеременеть по тем или иным причинам (возраст, хронические заболевания и т. д.). Из-за этого врачам приходится использовать не самые безобидные методы поддержания беременности, что в некотором роде может сказаться на здоровье будущего малыша. Но не стоит забывать, что беременность после ЭКО находится под строжайшим контролем лечащего врача, который вовремя контролирует процесс ее протекания. Риск рождения нездорового ребенка существует независимо от того, наступила беременность естественным образом или с помощью ЭКО.

## МИФ

# 4

**ЗАБЕРЕМЕНТЬ ПОСЛЕ ЭКО  
С ПЕРВОЙ ПОПЫТКИ НИКОГДА  
НЕ ПОЛУЧАЕТСЯ**

Все сугубо индивидуально и зависит от того, чем обусловлено бесплодие (состояние здоровья, возраст). По статистике, успешность искусственного оплодотворения с первого раза возникает в 35–40 % случаев. Этот процент может повыситься до 70 %, но только у молодых женщин. Но если пациентке «далеко за ...дцать» и в ее медицинской карте нет ни одного чистого листика, то для успешного зачатия может понадобиться несколько попыток.





### МИФ 5 ЭКО – ПРЕРОГАТИВА ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ЖЕНЩИН В ВОЗРАСТЕ

Если каких-то 30 лет назад женщины старались как можно быстрее выйти замуж и родить ребенка, то в настоящее время все поменялось: сначала высшее образование, потом карьера, затем желание встать на ноги, чтобы в случае чего была своя «подушка безопасности». Семья и дети давно ушли на последний план. Поэтому неудивительно, что частые пациентки клиник репродуктологии – это женщины 35+. Современные реалии таковы, что не только женщины за 35 не могут самостоятельно забеременеть – некоторые молодые девушки, которым еще не исполнилось 30, тоже не могут зачать ребенка естественным путем. Дело в том, что гинекологические и репродуктивные заболевания молодеют, яйцеклетка может «износиться» и к 25 годам, да и количество бесплодных мужчин растет с каждым годом. Поэтому считать ЭКО способом, который подходит только женщинам в возрасте, – неправильно. Есть пациентки, которые и в 22 года прибегают к экстракорпоральному оплодотворению по тем или иным причинам.



### МИФ 6 ПОСЛЕ ЭКО ЖЕНЩИНА СРАЗУ НАЧНЕТ НАБИРАТЬ ВЕС

Набор веса – естественный процесс при и после беременности, независимо от того, искусственным или естественным было оплодотворение. Гормональная стимуляция яичников во время ЭКО иногда вызывает существенный набор веса, но это можно исправить путем правильного подбора препаратов с учетом особенностей женского организма. Чтобы минимизировать набор веса, женщине нужно следить за своим питанием, не бегать к холодильнику каждый раз, как проголодается, не есть на ночь, устраивать только легкие перекусы, не злоупотреблять вредными продуктами, вести здоровый образ жизни и чаще бывать на свежем воздухе.



### МИФ 7 РОЖАТЬ ПОСЛЕ ЭКО МОЖНО ТОЛЬКО ПУТЕМ КЕСАРЕВА СЕЧЕНИЯ

Экстракорпоральное оплодотворение не является показанием к проведению кесарева сечения. Все сугубо индивидуально. Этот миф появился из-за того, что к ЭКО в основном обращаются женщины с определенными проблемами со здоровьем, которые по тем или иным причинам не могут сами забеременеть. Только врач может определить, естественным или искусственным путем будет появляться на свет ребенок. Если противопоказаний к естественным родам нет, женщина может прекрасно справиться без хирургического вмешательства.

К процедуре ЭКО не обращаются исключительно здоровые женщины – это факт. Но то, что именно экстракорпоральное оплодотворение приведет к ухудшению состояния, – это миф. При ЭКО репродуктологу необходимо получить одновременно несколько эмбрионов, но в обычных условиях это сделать невозможно, поскольку в организме женщины только одна яйцеклетка и один менструальный цикл. Для того чтобы созрело несколько яйцеклеток, врачу необходимо провести женщине гормональную стимуляцию яичников. Стимуляция не приводит к истощению яичников – это было показано на многочисленных исследованиях с донорами ооцитов, у которых проводились многократные стимуляции и пункции. Также ЭКО не вызывает онкологических заболеваний, однако может ускорить рост гормонозависимых опухолей при их наличии. Именно поэтому все пациентки перед ЭКО проходят детальное обследование с целью исключения возможных противопоказаний.



### МИФ 8 ЭКО НЕГАТИВНО СКАЗЫВАЕТСЯ НА ЖЕНСКОМ ЗДОРОВЬЕ

МИФ



**ЭКО – ИДЕАЛЬНЫЙ СПОСОБ ЛЕЧЕНИЯ БЕСПЛОДИЯ**

Экстракорпоральное оплодотворение на сегодняшний день считается единственным способом, с помощью которого женщины, неспособные забеременеть самостоятельно, могут иметь детей. Только ЭКО не является панацеей лечения бесплодия – метод не может на 100 % гарантировать беременность. Причин неудачных попыток искусственного оплодотворения столько же, сколько и удачного. К ним относят некачественные эмбрионы, недостаточную толщину эндометриального слоя матки, воспалительные процессы женской репродуктивной системы, генетические и иммунные отклонения, несоблюдение рекомендаций врача, ожирение и т. д.

МИФ



**ЭКО ДЕТИ = ЭКО ВУКИ**

Один из самых распространенных страхов, связанных с ЭКО, – то, что дети, появившиеся на свет благодаря этому методу, не смогут продолжить свой род естественным путем. С реальностью это утверждение не имеет ничего общего. Искусственное оплодотворение никак не влияет на способность детей «из пробирки» зачать ребенка естественным образом. Конечно, у выросших ЭКО-детей тоже могут возникать проблемы репродуктивной сферы, однако вероятность и возможные причины развития бесплодия у них абсолютно те же, что и у всех окружающих: наследственные заболевания, нарушение гормонального фона, иммунная и генетическая несовместимость супругов, воспалительные заболевания и т. д.

Благодарный пациент

*«Хочу написать отзыв и поблагодарить от всей души Бопхоеву Хадидшат Мухамедовну! Она гудесный врач и опытный специалист, отлично знает свое дело! Попала к ней по рекомендации и ни разу не пожалела. Она вела обе мои беременности, и благодаря ее гуткому и профессиональному отношению – прием и обследования проходили с огромным удовольствием! Побольше бы таких врачей! Спасибо огромное!! Если пойдем за третьим малышом, пойду наблюдаться только к ней! Также хочу сказать отдельное спасибо всем девозкам-администраторам, которые работают в «Тонус Кстово», всегда очень внимательные и приятные, что очень важно для общего восприятия клиники. Спасибо руководству клиники за то, что у пауменатов даже в таких небольших городках есть возможность наблюдаться у хороших специалистов и получать качественные медицинские услуги! Спасибо вам огромное!»*

Наталья Кондратьева

Благодарный пациент

*«Здравствуйте! Хочу выразить благодарность врачу-репродуктологу Терещенко Светлане Викторовне за тройное счастье, появившееся в нашей семье. Долгих 8 лет мы с мужем не могли завести ребенка. Мы проходили лечение в трёх клиниках, но долгожданная беременность так и не наступила. Обратившись в клинику „Тонус МАМА“, я ни разу не пожалела и стала мамой сразу трех мальчишек! Это чудо случилось только благодаря профессионализму Светланы Викторовны и всего коллектива клиники. Светлана Викторовна быстро смогла решить проблему, мешавшую нам, и уже с первой попытки инсеминации мы получили долгожданный результат! Теперь всем знакомым я рекомендую только вашу клинику и замечательного врача Светлану Викторовну Терещенко!»*

Светлана

# РЕБЕНОК БУДЕТ!



**ТОНУС**  
*мама*

клиника  
высоких  
репродуктивных  
технологий

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ  
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



## ЛЕЧЕНИЕ БЕСПЛОДИЯ ЭКО ИКСИ

Нижний Новгород, ул. Воровского, 22  
т. (831) 411-11-20 [www.tonusmama.ru](http://www.tonusmama.ru)



# 2018 Год собаки

Чтоб год собаки был успешным,  
Пес-звездочет собрал врачей  
Фотопроектom интересным  
Поздравить с праздником друзей!



В роли  
звездочета  
далматин  
СЭМУЭЛЬ ХАММЕР,  
для друзей  
просто СЭМ





# Фотопроект-сказка 12 Месяцев

12 месяцев погряг  
12 знаковых событий  
Мы шлем здоровья Вам заряд,  
Чудес, веселья и открытий!




Стилист-визажист  
Евгения Пертова  
Фотограф  
Мария Соболева




*Январь*  
*Месяц волшебства*

*Людмила Леонтьева,*  
врач акушер-гинеколог,  
репродуктолог



  
Рождение ребенка –  
небесное чудо,  
Нет миссии  
в жизни важней!  
Сегодня я  
доброю силой побуду,  
Потому вам  
волшебных детей!

ул. Воровского, 22  
 (831) 411-11-20



КЛИНИКА ВЫСОКИХ  
РЕПРОДУКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

**ТОНУС**  
*мама*





**Юрий Кудрявцев,**  
врач - офтальмолог,  
рефракционный хирург

*Февраль  
Месяц любви*



*С добротой в своем сердце живите  
И на мир вы с любовью смотрите!  
Пусть глаза ваши счастьем сияют,  
Краски яркие жизни наполняют.*



**ТОНУС**  
**AMARIS**  
офтальмологическая клиника

ул. Белинского, 38  
(831) 411-10-10



*Март*  
*Месяц женственности*

Мария Косякина,  
врач-невролог,  
эпилептолог



*Желаю стойкости и доброты.  
Чтоб дом ваш всегда наполнял цветы!  
Чтоб сердце с умом жила в вечной гармонии,  
Душа была счастьем, любовью наполнена!*

ул. Родионова 190 Д  
☎ (831) 411-11-31

**ТОНУС** Life  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР





*Анна Рязанцева,*  
врач-офтальмолог,  
заведующая оптикой

*Апрель*  
*Месяц юмора*



*Без розовых очков  
жизнь будет пресной!  
Чтоб получать от жизни  
вечный кайф!  
Чтоб каждый день был  
самым интересным!  
Очки на нос  
помаще надевай!*



**ТОНУС  
АМАРИС**  
салон оптики

ул. Белинского, 38  
(831) 411-10-10



**ТОНУС  
АМАРИС**  
Центр Детской  
офтальмологии




*Май  
Месяц победы*

Елена Овчинникова,  
врач-онколог,  
химиотерапевт



*Желаю вам жить без войны.  
И не сражаться за свое здоровье!  
Чтоб были телом и душой сильны!  
Чтоб жизнь была наполнена любовью!*



ул. Ижорская, 50  
 (831) 411-11-22

*Разнокавалит Е. Овчинникова*  
**ТОНУС**  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР



Мария Гурвич,  
детский  
врач-отоларинголог

*Июнь  
Месяц детства*

*Пусть каждый ребенок побольше смеется  
И хмурится только от яркого солнца!  
Пусть жизнь малышек будет вечной сказкой,  
Где только здоровье, веселье и ласка.*

**ТОНУС**  
**ВРОХА**  
ПЕДИАТРИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

ул. Ванеева, 4  
(831) 411-11-55



*Июль  
Месяц семьи*

Нина Кувакина,  
заведующая КДЛ



*Формула счастья довольно простая:  
Вам от души я ее пожелаю!  
Здоровые дети, родители рядом,  
Семья – крепкий тыл  
и по жизни награда!*

ул. Юбилейная, 41 А  
☎ (831) 438-33-94

*Располагает и доблестно*  
**ТОНУС**  
ЛАБОРАТОРИЯ





Наталья Валий,  
врач-косметолог

Адель Муссаид,  
врач-стоматолог,  
имплантолог

*Август  
Месяц свадеб*



*Желаем красоты души и тела,  
Чтоб свет от вас был виден далеко!  
Мы можем вам сказать уверенно и смело,  
Что с «Тонусом» красивым стать легко!*

ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ  
**ТОНУС**  
*Premium*

ул. Б.Покровская, 62  
☎ (831) 411-11-75

Сентябрь  
Месяц знаний

Елена Пейтелина,  
врач-офтальмолог

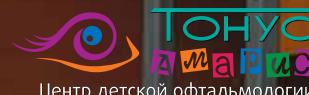


С 1 сентября!

Все хорошее у нас называют  
первый класс.  
Первоклассного здоровья  
пожелаю вам сейчас.  
Видеть все с последней парты  
вплоть до самых мелочей  
И довольны улыбаться  
на приеме у врачей.



ул. Новая, 51  
(831) 411-10-10



Центр детской офтальмологии





*Сергей Петров,*  
врач-онколог,  
маммолог



*Октябрь*  
*Месяц борьбы*  
*с раком груди*

*Желаю весело идти по жизни,  
И с песней преодолевать невзгоды,  
Чтобы о болезнях не было и мысли,  
Грусть навредила только нейтогда*



Центр лучевой диагностики  
и эндоскопической хирургии

**ТОНУС**  
*Premium*

ул. Б.Покровская, 62  
(831) 411-13-13



*Ноябрь  
Месяц России*

*Константин Ситрианский,  
врач-невролог,  
мануальный терапевт*



*Так сладко песня Родине поется!  
И кровь кипит, и сердце гордо бьется!  
Жаль героем быть в каждом движении  
С прямой спиной, не стывая колени!*

ул. Б.Покровская, 62  
☎ (831) 411-13-13



Центр лучевой диагностики  
и эндоскопической хирургии

**ТОНУС**  
*Premium*





Игорь Лобанов,  
врач МРТ

*Декабрь  
Третьегодний  
месяц*



*Будьте здоровы сегодня и завтра.  
И зайланировано, и внезайно,  
Реалистически и срантистически,  
Разнообразно здоровы, срантистически!*

**ТОНУС** *Life*  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

ул. Родионова 190 Д  
☎ (831) 411-11-31





**Лада Покровская,**  
главный врач центра  
лучевой диагностики  
и эндоскопической  
хирургии  
«ТОНУС ПРЕМИУМ»,  
врач акушер-гинеколог

## Ткантное оформление

История интимной пластики уходит своими корнями намного дальше, чем можно подумать. Если верить мифам Древней Греции, богиня красоты и любви Афродита после бурных ночей со своим возлюбленным Адонисом омывала тело в «волшебной» купальне. Чудодейственная сила водички помогала Афродите снова стать невинной. Эта процедура была прародительницей современной гименоластики (восстановления девственной плевы). С тех пор прошло много времени, мир кардинально поменялся, женские потребности стали изысканнее и разнообразнее, а видов интимной пластики значительно больше, чем во времена Древней Греции.

Интимная пластика – одно из направлений пластической хирургии, к которому прибегают по разным причинам: эстетический дефект, утрата сексуальной привлекательности, неуверенность в себе, физический дискомфорт и, что немаловажно, – сексуальная неудовлетворенность.



## ВИДЫ ИНТИМНОЙ ПЛАСТИКИ

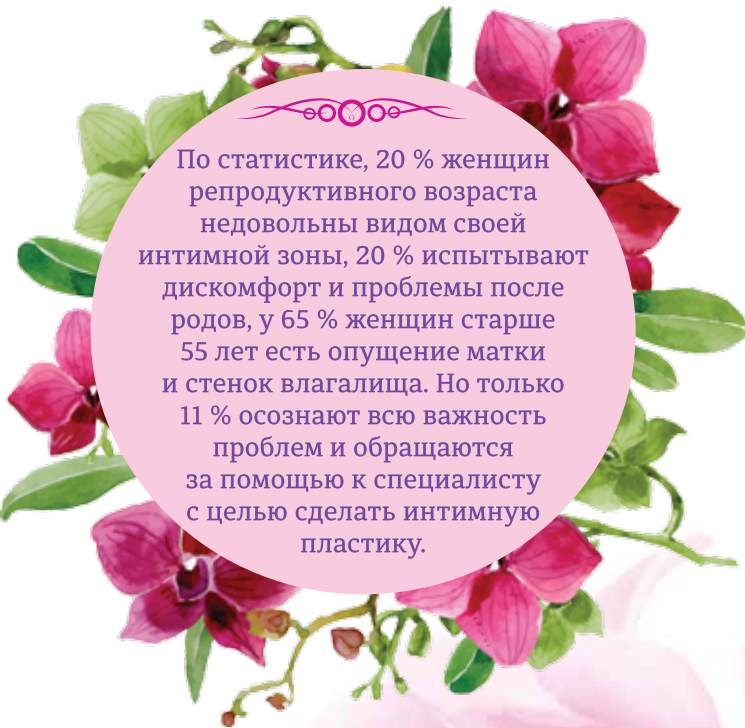
### Лабиопластика

Один из самых популярных видов интимной пластики. Она направлена на улучшение эстетики половых губ и устранение деформаций. Чаще всего лабиопластику делают при удлинении, асимметрии или новообразованиях малых половых губ. После удаления избытков кожи хирург накладывает косметический шов, который после заживления остается практически незаметным. Половые губы заживают довольно быстро, рубцов и шрамов обычно не остается.



### Вагинопластика

Операция по восстановлению формы влагалища. Операция проводится как по медицинским, так и по эстетическим показаниям. Чаще всего к ней прибегают в случае, когда изменяется анатомия влагалища и промежности после родов: снижается тонус мышц, увеличивается объем, растягиваются стенки, образуются рубцы. Во время вагинопластики хирурги иссекают поврежденные участки тканей и при необходимости сужают стенки влагалища, возвращая мышцам прежний тонус. После операции улучшается качество жизни женщины, в первую очередь в интимной сфере.



По статистике, 20 % женщин репродуктивного возраста недовольны видом своей интимной зоны, 20 % испытывают дискомфорт и проблемы после родов, у 65 % женщин старше 55 лет есть опущение матки и стенок влагалища. Но только 11 % осознают всю важность проблем и обращаются за помощью к специалисту с целью сделать интимную пластику.

### Контурная интимная пластика

Осуществляется с помощью введения в интимную зону филлеров с гиалуроновой кислотой. К ней прибегают в случаях, когда решение проблемы не связано с увеличением размеров малых половых губ (сухость и атрофия слизистой вульвы и нижней трети влагалища).







## ИСТОРИЯ ИЗ ЖИЗНИ

Одна девушка решила разыграть своего молодого человека, который на долгое время уезжал в командировки. Решившись на операцию по гименопластике, она хотела показать ему, что отсутствие секса вызывает срастание девственной плевы и девушка вновь становится девственницей. Естественно, это неправда, но парень попался на удочку и пообещал, что постарается реже ездить в командировки и больше времени проводить с любимой.

## Гименопластика

Та самая операция, к которой обращалась Афродита. Благодаря этому виду интимной пластики можно восстановить девственность путем сшивания остатков девственной плевы. Как правило, гименопластика особенно распространена у девушек из ортодоксальных мусульманских семей, у которых нет права на добрачную половую жизнь, иначе им могут устроить прилюдную порку или закидать камнями. Но не только дочери Востока желают восстановить свою девственность. Некоторые женщины прибегают к гименопластике из-за желания получить новые сексуальные ощущения или удивить своего мужчину.

## ПОКАЗАНИЯ К ИНТИМНОЙ ПЛАСТИКЕ

### Асимметрия или удлинение малых половых губ

Природой задумано так, что большие половые губы должны прикрывать малые – это сделано, чтобы создать биологический барьер для инфекций, а также для поддержания температурного режима. Форма малых половых губ зависит от многих факторов: наследственные причины, гормональные изменения, роды, травмы, увеличение или снижение веса.

Особенности строения наружных половых органов могут доставить существенные физические и эстетические неудобства. Многие девушки испытывают дискомфорт во время занятий спортом, при ходьбе и даже обычном сидении, ношении облегчающей одежды, купальных костюмов. Часто удлинение малых половых губ вызывает раздражение кожи, что является провоцирующим фактором для развития воспалительных реакций.

### Это интересно

В африканских племенах Бенин и Венда самыми привлекательными считаются женщины с длинными малыми половыми губами. Именно поэтому они увеличивают их до 18 см! Ни о какой операции по уменьшению половых губ они и слышать не пожелали бы. Их не смущает даже то, как это может выглядеть со стороны и что такой размер аномален и просто опасен для здоровья.



## Деформация влагалища

С этой проблемой чаще всего сталкиваются женщины после естественных родов. Для восстановления тонуса мышц влагалища после родов требуется время – 10–12 месяцев. Только после этого срока врач оценивает степень изменения анатомии тазового дна. Большинство женщин после рождения ребенка сталкиваются с увеличением влагалища. Из-за этой проблемы у партнеров, ранее подходивших друг другу в сексуальном плане, нарушается «взаимопонимание».

Кроме того, оперативные пособия в родах (перинеотомия, эпизиотомия), проводимые в неотложном порядке, могут оставлять рубцовые изменения стенок влагалища. Эти проблемы впоследствии снижают чувствительность и даже вызывают боль при половом акте. Женщина испытывает не только физические, но и психологические проблемы, не получая удовлетворения от секса и стараясь минимизировать количество половых актов с партнером, что существенно сказывается на взаимоотношениях.

Медицинским показанием к вагинопластике также становится опущение стенок влагалища и матки. Подобные проблемы встречаются не только у женщин, перенесших сложные роды, но и у тех, кто часто носит тяжести. Признаками этого становятся недержание мочи, боли при натуживании, запоры. На начальных стадиях опущения влагалища при гинекологическом осмотре замечает врач. Иногда для решения подобных проблем требуется комплексный подход – совместно с урологом и проктологом.



### СПРАВКА

В 1948 году врач-гинеколог Арнольд Кегель разработал специальные упражнения, которые должны были помочь женщинам вернуть эластичность мышц после родов, предупредить растяжения и разрывы во время рождения ребенка и раннее старение половых органов, улучшить качество интимной жизни, позволить избежать проблем с недержанием мочи и опущением органов. Несмотря на «чудодейственный» эффект гимнастики Кегеля, она не всегда может прийти на помощь, особенно если разрывы после родов очень серьезные.

## Сухость слизистой влагалища

Сухость и атрофия слизистой половых органов чаще всего является возрастной проблемой. Такие изменения приносят женщине довольно выраженный дискомфорт, особенно в интимной жизни. В этом случае вводятся филлеры гиалуроновой кислоты, которая обладает выраженным увлажняющим эффектом.





## МОДНЫЙ ТРЕНД

Интимная пластика как отдельный вид хирургии появилась в 1860 году, когда Даниил Бернулли провел первую операцию по восстановлению девственной плевы. На протяжении веков интимная пластика претерпевала изменения, появлялись новые направления и даже модные тенденции. Каких-то 50 лет назад к данному роду хирургического вмешательства обращались исключительно по медицинским показаниям. В настоящее же время к интимной пластике прибегают все больше молодых нерожавших девушек, которые хотят придать своему влагалищу эстетическую привлекательность, усилить ощущения во время секса, удивить своего партнера новыми эмоциями.


### Сексуальная сторона

В настоящее время главным модным трендом, к которому обращаются многие знаменитости и светские львицы, является контурная интимная пластика. Изначально филлеры использовались лишь с эстетической целью: придать объем, убрать лишние складки, немножко подкорректировать форму половых губ, подтянуть кожу и т. д. Но «побочный» эффект оказался намного интереснее эстетической составляющей: гиалуроновая кислота, введенная в интимную зону, повышает удовольствие от секса из-за увеличения точки G, которая становится более доступной для стимуляции. 80 % женщин после контурной интимной пластики отметили, что оргазм стал наступать ярче и быстрее.

### Увеличение либидо

Не нужно думать, что большинству мужчин все равно, как выглядит женское влагалище. Многие из них просто мечтают об идеальной девушке, у которой будут не только красивая внешность и отличная фигура, но и безупречная интимная область. Эстетически привлекательные женские половые органы повышают заинтересованность мужчины в сексе и увеличивают его возможности в постели.

#### Это интересно

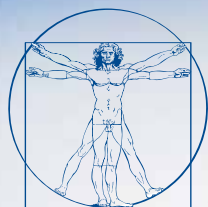


Если клитор расположен менее чем в 2,5 см от входа во влагалище, женщине легче пережить оргазм при половом акте. Чем больше это расстояние, тем дальше фрикции от основного узла нервной ткани и тем сложнее достичь вагинального оргазма без дополнительной стимуляции точки G.

### Психологический аспект

Многих девушек не устраивает состояние своих интимных органов, из-за чего они не могут полноценно вести половую жизнь. Некоторые женщины не уверены в себе, потому что считают, что не имеют идеальных внешних данных интимной области, о которых пишут на форумах и показывают в «фильмах для взрослых». Несмотря на то, что большинство проблем надуманы, интимная пластика – это реальный шанс перестать стесняться своего тела. В настоящее время доступен широкий спектр медицинских эстетических манипуляций и операций. После получения подробной информации от врача о возможностях интимной пластики пациентки могут сделать свой выбор.

# РОЖДЕНИЕ СОВЕРШЕНСТВА



Центр лучевой диагностики  
и эндоскопической хирургии

**ТОНУС**  
*Premium*



**ПЛАСТИЧЕСКАЯ ХИРУРГИЯ В «ТОНУС ПРЕМИУМ»**

**ул. Б. Покровская, 62 тел. 411 13 13**

**[www.tonuspremium.ru](http://www.tonuspremium.ru)**

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



*Располагает к доверию*

**ТОНУС**

СЕТЬ МЕДИЦИНСКИХ КЛИНИК

[www.tonus.nnov.ru](http://www.tonus.nnov.ru)

**СЕТЬ МЕДИЦИНСКИХ КЛИНИК «ТОНУС» В НИЖНЕМ НОВГОРОДЕ:**

**Центр лучевой диагностики и эндоскопической хирургии «ТОНУС ПРЕМИУМ»**  
ул. Большая Покровская, 62  
т. (831) 411-13-13

**Центр эстетической медицины «ТОНУС ПРЕМИУМ»**  
ул. Большая Покровская, 62  
т. (831) 411-11-75

**Клиника «Тонус МАМА»**  
ул. Воровского, 22  
т. 8 (831) 411-11-20

**Детские клиники «Тонус КРОХА»**  
ул. Ванеева, 4  
т. (831) 411-11-55  
ул. Коминтерна, 139  
т. (831) 411-11-77

**Семейная стоматология «Тонус»**  
ул. Ванеева, 4  
т. 8 (831) 411-11-85  
ул. Коминтерна, 139  
т. 8 (831) 411-11-77

**Офтальмологическая клиника «Тонус АМАРИС»**  
ул. Белинского, 38  
ул. Коминтерна, 139  
т. (831) 411-10-10

**САЛОН ОПТИКИ «Тонус АМАРИС»**  
ул. Белинского, 38  
т. (831) 411-10-10

**Детская офтальмологическая клиника «Тонус АМАРИС»**  
ул. Новая, 51  
т. (831) 411-10-10

**Клиника неврологии и эпилептологии «ТОНУС ЛАЙФ»**  
ул. Родионова, 190 Д  
т. (831) 411-11-31

**Отделение МРТ 3.0 Тесла**  
ул. Родионова, 190 Д  
**Отделение МРТ 1.5 Тесла**  
ул. Ижорская, 50  
т. (831) 411-11-30

**Отделение химиотерапии**  
ул. Ижорская, 50  
т. (831) 411-11-22  
(831) 415-44-88

**Поликлинические центры «Тонус» Советский район**  
ул. Ижорская, 50  
т. (831) 411-11-22

**Сормовский район**  
ул. Коминтерна, 139  
т. (831) 411-11-77

**Автозаводский район**  
ул. Веденяпина, 8  
т. (831) 218-60-18

**Канавинский район**  
ул. Есенина, 36  
т. (831) 228-00-58  
ул. Октябрьской революции, 65  
т. (831) 240-38-80

**КЛИНИКИ «ТОНУС» В НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ:**

г. Семенов, ул. 3-й Интернационал, 72, т. 8 (83162) 5-11-55

г. Кстово, ул. 40 лет Октября, 1, т. (83145) 2-41-65, 8-920-005-09-11, Площадь Мира, 3, т. (83145) 2-73-99

г. Арзамас, пр-т Ленина, 204, т. (83147) 2-08-80, (83147) 7-62-80

г. Дзержинск, ул. Гайдара, 47, т. (8313) 34-29-51

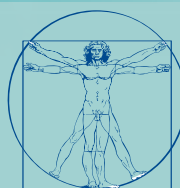
*Мы будем рады получить Ваш отзыв о работе наших клиник! Оставить его можно на сайте или в любой социальной группе сети медицинских клиник «Тонус».*



# ХИРУРГИЧЕСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ «ТОНУС ПРЕМИУМ»

- **Эндоскопическая хирургия**  
в гинекологии, урологии, а также лапароскопическая холецистэктомия, аппендэктомия и др.
- **Сосудистая хирургия**
- **Пластическая хирургия**
- **Лазерная хирургия**
- **Челюстно-лицевая хирургия**
- **Лор-хирургия**
- **Детская хирургия**
- **Круглосуточный стационар**
- **Комфортабельные палаты**

**ул. Б. Покровская, 62**  
**т. (831) 411-13-13**



Центр лучевой диагностики  
и эндоскопической хирургии

**ТОНУС**  
*Premium*

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



*Располагает к доверию*  
**ТОНУС**  
СЕТЬ МЕДИЦИНСКИХ КЛИНИК

*Подарочный  
Сертификат*

**10000**

*Здоровье - идеальный подарок!*

**ПОДАРИТЕ БЛИЗКИМ СЕРТИФИКАТ  
НА УСЛУГИ СЕТИ КЛИНИК «ТОНУС»**

Подробная информация у администраторов  
или по тел. (831) 411-11-22