

№ 3 (49)

ОСЕНЬ 2022

Здоровье

от Евромед

ПРАВИЛА
ПЕРЕНОСА...
ЖИРА

ИЗБАВЛЯЕМСЯ

ОТ ГИПЕРПИГМЕНТАЦИИ

И СОСУДОВ

**ОВОЩНАЯ ТАРЕЛКА –
ПОЛЕЗНАЯ
ПРИВЫЧКА**

ТЕМА НОМЕРА:

**ЭТА УДИВИТЕЛЬНАЯ
СТОМАТОЛОГИЯ**

**«ЕВРОМЕД» –
ЛУЧШИЙ
МЕДИЦИНСКИЙ
ЦЕНТР ГОДА
2022**



16+

 **Евромед**
группа компаний

НАРОДНАЯ ПРЕМИЯ
NGS  **RU**

Онкологическая служба клиники «Евромед»

Высокая техническая оснащённость и применение передовых
диагностических методик



Многолетний
опыт специалистов

Наш приоритет –
ваше здоровье

Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста

БЫСТРОЕ И СОВРЕМЕННОЕ ИСПРАВЛЕНИЕ ПРИКУСА В СТИЛЬДЕНТ

ЭЛАЙНЕРЫ -

самая эстетичная
альтернатива брекетам!





7 НОВОСТИ

12 ТЕМА НОМЕРА
Вооружены до зубов
Рецессия десны
Надо ли удалять зубы мудрости?

18 ТЕМА НОМЕРА
Неправильный прикус —
серьезные последствия

20 ТЕМА НОМЕРА
Запрограммировать
улыбку

22 АКТУАЛЬНО
Что делать, если
разбился ртутный
градусник?

24 ХИРУРГИЯ
Правила переноса...
жира

28 ПЕДИАТРИЯ
Глазки закрывай...
Баю-бай

32 КРАСОТА
Поцелуй уходящего лета

34 ПИТАНИЕ
Полезная привычка
за несколько минут
Завтраки в школу

38 НА ЗДОРОВЬЕ

КОНСУЛЬТАНТЫ НОМЕРА



Ирина Владимировна ПОДВОЛОЦКАЯ
отоларинголог,
кандидат
медицинских наук,
главный врач



Ирина Александровна ЩЕГЛОВА
заместитель
главного врача
по вопросам эстети-
ческой медици-
ны, косметолог,
дерматовенеролог



Ольга Владимировна КУЛИКОВА
руководитель
службы пластической
хирургии ГК «Евро-
мед», пластический
хирург, кандидат
медицинских наук



Наталья Владимировна МИЧУРИНА
эндокринолог,
диетолог,
кандидат
медицинских наук



Анастасия Александровна ГЛОБИНА
заместитель
главного врача,
руководитель
ортопедического
отделения,
стоматолог-ортопед

SHUTTERSTOCK.COM / SAGA PHOTO AND VIDEO, YULGANOV KONSTANTIN, AMELIA FOX

КОНСУЛЬТАНТЫ НОМЕРА



Елена Владимировна ПЛАХИНА
руководитель
отделения детской
стоматологии
«СтильДент»,
детский стоматолог,
стоматолог-терапевт



Любовь Васильевна СТАСЮК
руководитель
пародонтологического
отделения
«СтильДент»,
стоматолог-
пародонтолог



Александр Лёвович ТТЯН
стоматолог-
ортодонт



Евгений Юрьевич АРХИПОВ
стоматолог-хирург,
имплантолог



Диана Александровна ЖУКОВА
стоматолог-
терапевт

Здоровье

от Евромед
ОСЕНЬ 2022

Учредитель и издатель:
ООО «Андромед-клиника»,
Адрес: 630005, ул. Гоголя, 42,
тел. (383) 209-03-03
Лицензия на осуществление медицинской деятельности:
№ ЛО-54-01-005-473 от 28 июня 2019 г.

Создание журнала:
Агентство «Парафраз»,
тел. (383) 299-87-01,
info@2phrase.ru,
www.2phrase.ru

Дизайн и верстка:
К. М. Антипина

Адрес редакции:
630105,
г. Новосибирск, ул. Гоголя, д. 42.

Информация, представленная в статьях, носит исключительно ознакомительный характер.

За конкретными рекомендациями обращайтесь к врачу.

За содержание и достоверность рекламных материалов редакция ответственности не несет.

За достоверность информации ответственность несут рекламодатели.

Отпечатано: типография «Аврора», Новосибирск, ул. Военная, 4/1.

Дата выхода в свет: 3.09.2022 г.

Тираж 950 экз. Распространяется бесплатно.

По вопросам размещения рекламы в журнале обращайтесь по телефону (383) 209-05-45



Ирина Владимировна Подволоцкая,
главный врач

В этом номере особое внимание мы решили уделить вопросам стоматологии. Давно известно, что состояние кожи и зубов многое может сказать о нас. Здоровые зубы, правильный прикус, отсутствие как видимых, так и скрытых проблем в полости рта — это важнейшая составляющая здоровья организма и благополучного внешнего образа. К счастью, современная стоматология позволяет решить даже очень серьезные проблемы, благодаря наличию современных методик, новейших аппаратов и оборудования. Наши врачи постоянно учатся, осваивают новые методики работы, клиники оборудованы по самому последнему слову стоматологической науки. Так что мы рады тому, что можем оказывать высокотехнологичную помощь нашим пациентам на современном уровне.

Также мы поговорим и на другие актуальные темы: о липомоделировании — это пластическая операция, которая позволяет убрать жировую ткань из одной зоны и, обработав ее, пересадить как филлер туда, где требуется дополнительный объем, например, увеличить грудь или ягодицы; об аппаратных методиках в косметологии с использованием IPL (высокоинтенсивного импульсного света), о здоровых привычках в питании.

Надеюсь, что в журнале каждый найдет для себя полезную и интересную информацию.

ОФИЦИАЛЬНО ЛУЧШИЕ

25 августа 2022 года на сцене Новосибирского театра оперы и балета состоялась церемония награждения «Народной премии НГС». «Евромед» одержал победу в номинации «Лучший медицинский центр года»!

Это уже не первая наша победа в этой премии — в прошлом году в номинации «Лучший стоматологический центр года» победила сеть наших клиник «СтильДент», а в 2019 году «Евромед» уже был признан лучшим медицинским центром.

Более 112 тысяч жителей города голосовали за номинантов.

Первый этап премии проводился с 4 по 30 июля — новосибирцы могли выдвинуть свои любимые компании в качестве номинантов премии на сайте ngs.ru — в 10 номинациях и только по одному кандидату в каждой. «Евромед» попал в shortlist, туда вошли по 10 компаний в каждой номинации. С 1 по 24 августа жители города выбирали победителей.

И в итоге — финал! 25 августа состоялась церемония награждения. Мы ужасно волновались, за церемонией следили и мы, и наши пациенты. Ведущие — Андрей Малахов и Пелагея — объявили лучший медицинский центр года, и мы очень гордимся тем, что им стал «Евромед»!

Мэр наукограда Кольцово Николай Красников вручил награду главному врачу группы компаний «Евромед» Ирине Владимировне Подволоцкой.

Дорогие наши пациенты, мы бесконечно благодарны вам!



Только благодаря вашей поддержке, «Евромед» стал лучшим медицинским центром года! Будем стараться и дальше держать высокую планку и оправдывать ваше доверие. Спасибо, наши любимые пациенты!

«ЕВРОМЕД» ДАРИТ ПОДАРКИ!

Группа компаний «Евромед» традиционно активно участвует в интересных городских мероприятиях.

18 июня в BLA BLA BAR мы провели розыгрыш среди посетителей бара. Среди тех, кто был подписан на наши аккаунты в соцсетях, заполнил форму участника и пришел этим вечером в бар, **были разыграны щедрые подарки от компании.**

Участники выиграли сертификаты в размере 100 000 рублей на операцию по увеличению груди, на игольчатый RF-лифтинг, на процедуру увеличения губ, на отбеливание зубов на аппарате ZOOM 4, на лечение зубов на 10 000 и на 8 000 рублей!



ПРАЗДНИК В ЗООПАРКЕ

6 августа 2022 г. клиника «Евромед» организовала настоящий летний праздник для посетителей Новосибирского зоопарка.

У фонтана посетителей встречали веселые аниматоры в костюмах, угощали яблоками и участвовали в фотосессиях. **Мы организовали множество активностей:** провели мастер-классы, поиграли в аэрохоккей, настольные игры.

Финалом праздника стал розыгрыш детского check up от клиники «Евромед»!



НОВАЯ УЛЫБКА ЗА 48 ЧАСОВ — РЕАЛЬНО!

Давно мечтаете о голливудской улыбке, но боитесь, что это сложно и долго?

Эстетическая стоматология уже не первый год предлагает прекрасное решение для быстрого преобразования улыбки — установку виниров.

Виниры — тонкая керамическая пластинка, которая закрепляется при помощи специального материала на передней поверхности зуба, полностью закрывая его и создавая видимость абсолютно натурального идеального зуба.

Виниры изготавливаются в лабораторных условиях индивидуально для каждого пациента.

Клиника «СтильДент» оснащена всем необходимым оборудованием, которое позволяет изготовить идеальные виниры в кратчайшие сроки.



Наш консультант:
ортопед, заместитель
главного врача клиники
«СтильДент»
**Анастасия
Александровна
Глобина**



Стоматолог для начала выполняет сканирование зубов, которое моментально попадает в зуботехническую лабораторию, где техник подготовит 3D проект будущей улыбки на компьютере. После этого стоматолог-ортопед может заранее показать пациенту визуализацию и согласовать необходимые эстетические параметры. Следующий шаг — подготовка зубов для установки виниров и изготовление временных конструкций, снятие оттисков либо сканирование зубных рядов. В минимальные сроки техники изготавливают качественные и красивые виниры **cad/cam методом**, что позволяет буквально через день их установить пациенту.

Благодаря новейшему оборудованию и современному оснащению лаборатории конструкции изготавливаются очень быстро, кроме того, обеспечивается точнейшая посадка виниров.

Для пациента этот процесс комфортнее, так как заранее согласована будущая форма зубов и намного быстрее он получает идеальный результат.

Кабачок

ПРОДУКТ МЕСЯЦА

В Греции и Франции пользуются популярностью цветки кабачков, которые тоже съедобны

Кабачок — родственник тыквы и огурца (одна из его разновидностей).

Мякоть овоща мягкая и нежная, в процессе развития она становится плотной и хорошо держит первичную структуру. Кабачок можно есть как сырым, так и запеченным, жареным, приготовленным на гриле, что дает неограниченное пространство для кулинарных экспериментов. Из кабачков готовят суп, оладьи, их тушат, добавляют в овощное рагу, фаршируют, делают икру и даже варенье.

В кабачках содержится много калия, витаминов А, группы В, пищевых волокон и антиоксидантов. **В 100 граммах кабачка — 30% дневной нормы витамина С!** Также в овоще есть тиамин, пиридоксин, рибофлавин и минералы, такие как железо, марганец, фосфор и цинк.

Для сердца кабачок — идеальный продукт. Высокое содержание калия и низкое — натрия способствуют нормализации давления. Фолиевая кислота, содержащаяся в кабачках, помогает предотвратить сердечные заболевания. Употребление кабачков потенциально может помочь регулировать уровень сахара в крови, что очень хорошо для диабетиков. Является отличным мочегонным средством, поэтому его рекомендуется употреблять при отеках.

Кабачки чрезвычайно малокалорийны — всего 20 ккал на 100 грамм, поэтому их можно употреблять в большом количестве. **Также способствуют похудению низкое содержание в овоще крахмала и высокое содержание клетчатки, которая насыщает, улучшает пищеварение и препятствует перееданию.** Разумеется, речь идет только о сыром продукте, а не о жаренных в масле кабачках.

Кабачки практически не вызывают аллергических реакций. Поэтому именно с кабачков рекомендуют начинать прикорм малышу. Хотя в редких случаях даже кабачки могут оказаться аллергеном, если вам кажется, что у вас или вашего ребенка есть непереносимость кабачков — проконсультируйтесь с врачом.

SHUTTERSTOCK.COM / FELLOWMENO

SHUTTERSTOCK.COM / MWSHOP, NITR



Салат из свежего кабачка с помидорами

- Помидоры
- Огурцы
- Молодой кабачок небольшого размера
- Зелень (любая, на ваш вкус)
- Чеснок
- Соль
- Кефир или сметана для заправки

Кабачок помыть, очистить от кожуры, порезать тонкой соломкой.

Помидоры и огурцы тонко порезать. Зелень измельчить. Чеснок мелко порезать. Всё смешать, заправить кефиром или сметаной.



Осень — это прозрачность и холод, прощальная краса с ее четкостью далей и свежим дыханием. Осень вносит в природу скупой рисунок. Багрец и золото лесов и рощ редуют с каждым часом, усиливая резкость линий, оставляя обнаженные ветви. Глаз привыкает к ясности осеннего пейзажа. Эта ясность постепенно завладевает сознанием, воображением, рукой писателя.

Константин Паустовский

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО?..



ОБОВСЕМ /

Наш консультант:
кандидат медицинских наук,
эндокринолог, диетолог
Наталья Владимировна Мичурина

Жир — это не просто клетки, в которых копится излишек энергии. Жировая клетка и сам субстрат — это полноценный орган, как и, например, печень, почки, сердце.

Если ткани любого органа будут разрастаться, эффективность его работы будет снижаться, так как развиваются различные болезни.

Излишек жира приводит в дисбаланс другие системы организма, вызывает инсулинорезистентность и лептин-резистентность. Эти гормоны созданы для того, чтобы гармонично регулировать углеводный обмен и аппетит. Дисбаланс приводит к тому, что человек не ощущает полноценного насыщения. **Что провоцирует еще больший набор веса.**

Микрофлора кишечника напрямую влияет на то, что вы хотите: цветную капусту и сельдерей или чипсы и пончики. Чем человек обычно питается, то ему и хочется есть снова и снова.

Поэтому к здоровой пище организм тоже надо приучать: постепенно вводя в рацион продукты, богатые клетчаткой, витаминами, полезными веществами. Так постепенно начнут синтезироваться нужные жирные кислоты, которые влюбят мозг в полезную еду.

Кстати, на стр. 34 мы даем советы, как разнообразить свой рацион и сформировать здоровые привычки в питании.





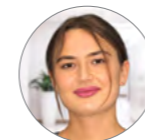
ВООРУЖЕНЫ ДО ЗУБОВ

Идея использования микроскопа при лечении зубов появилась не так давно. Но, как известно, к хорошему быстро привыкаешь, и сейчас уже трудно представить современную стоматологию без применения этих уникальных оптических систем.

Зуб, а особенно канал зуба — это совсем маленький объект. Далеко не всё можно увидеть в прямом смысле невооруженным взглядом. При помощи микроскопа возможно максимально внимательно осмотреть десны, зубы, корневые каналы, оценить состояние полости рта, а также выполнить все необходимые манипуляции, в том числе — и оперативное вмешательство.

МИКРОСКОП ПОЗВОЛЯЕТ ПРОВЕСТИ БОЛЕЕ ТОЧНУЮ ДИАГНОСТИКУ И ЗНАЧИТЕЛЬНО БОЛЕЕ КАЧЕСТВЕННОЕ ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПОЛОСТИ РТА

Использование микроскопа позволяет врачу изучить зуб и корневые каналы под многократным увеличением. Стоматолог сможет найти микротрещины (их невозможно увидеть невооруженным глазом), определить наличие кариеса на самой ранней стадии, при лечении максимально сберечь здоровые ткани зуба, удаляя только поврежденные. Это чрезвычайно важно для сохранения зуба надолго, чем больше тканей зуба сохраняется, тем дольше он служит.



Наш консультант:
стоматолог-терапевт
Диана Александровна Жукова

Незаменим микроскоп для качественного эндодонтического лечения (лечение каналов корня зуба). Ведь чем более тщательно проведена первичная обработка канала, чем аккуратнее и надежнее он запломбирован, тем ниже риск рецидива, воспаления.

Эндодонтическое лечение под микроскопом — это невероятное достижение современной стоматологии. Каналы корня зуба в диаметре всего около 1 мм, при этом они длинные и извилистые. Благодаря использованию микроскопа врач видит зуб и корневые каналы под многократным увеличением, может оценить все ответвления, особенности анатомии каналов; работает при хорошем освещении, а не практически вслепую, как это было раньше.

Использование стоматологом микроскопа — это надежная гарантия высочайшего качества лечения даже при атипичном строении корневых каналов. Таковым может быть количество каналов в зубе или их расположение. Только с появлением 3D-диагностики и с применением микроскопа в стоматологии выяснилось, что нередко зубы имеют большее количество каналов или они нетипично располагаются. Если канал атипично расположен или очень извилистый, то при работе вслепую повышается риск перфорации — нарушения целостности зуба или канала. Перфорация может появиться, когда стоматолог при работе вслепую не в том месте ищет канал или повел иглу в искривленном корне не в том направлении. Или при перелечивании канала, запломбированного цементом, — в какой-то момент игла упирается в цемент и уходит в сторону. Благодаря использованию микроскопа такого не происходит — врач всё видит.

Пломбирование всех каналов в зубе — гарант успешного лечения. Если незамеченным и незапломбированным остается хоть один канал, в целом, прогноз для зуба становится неблагоприятным. А при помощи микроскопа доктор собственными глазами может увидеть все каналы, их количество и строение.



ГДЕ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ МИКРОСКОП В СТОМАТОЛОГИИ?

Диагностика под микроскопом:

- трещин и микротрещин;
- кариеса на начальном этапе;
- перфораций в корневых каналах;
- степени очистки внутриканального пространства;
- выявление дополнительных и атипичных каналов.

Лечение под микроскопом:

- установка микропломб;
- реставрация композитными материалами;
- извлечение штифтов (в т. ч. стекловолоконных), культовых вкладок;
- удаление посторонних элементов из корневых каналов;
- повторное лечение некачественно запломбированных каналов;
- высококачественная герметизация каналов;
- тепловая конденсация гуттаперчи (при эндодонтическом лечении).

Так что можно сказать, что использование микроскопа — это удивительный прорыв в стоматологии. Теперь мы лечим зубы под четким визуальным контролем всего процесса, что, несомненно, приводит к новому уровню качества лечения. **EM**



РЕЦЕССИЯ ДЕСНЫ



Мы попросили рассказать об этом заболевании, его причинах и способах лечения

Любовь Васильевну Стасюк,
руководителя
пародонтологического
отделения «СтильДент»,
стоматолога-пародонтолога

ЗАГАДОЧНОЕ СЛОВСОЧЕТАНИЕ «РЕЦЕССИЯ ДЕСНЫ» ЗНАКОМО НЕМНОГИМ. ТЕМ СТРАШНЕЕ УСЛЫШАТЬ ЭТОТ ДИАГНОЗ ВО ВРЕМЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ОСМОТРА СТОМАТОЛОГА. К СОЖАЛЕНИЮ, ЭТА ПАТОЛОГИЯ ПОЯВЛЯЕТСЯ НЕ ТАК РЕДКО, КАК ХОТЕЛОСЬ БЫ, И В ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ ЗАБОЛЕВАНИЕ СТРЕМИТЕЛЬНО «МОЛОДЕЕТ». ЕСЛИ РАНЬШЕ ЭТО СОСТОЯНИЕ ТКАНЕЙ СЧИТАЛОСЬ СВОЙСТВЕННЫМ ЛЮДЯМ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА, ТО СЕЙЧАС ВСЁ БОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ СТРАДАЮТ ОТ РЕЦЕССИИ ДЕСНЫ

РЕЦЕССИЯ ДЕСНЫ — ЭТО ПАТОЛОГИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ ДЕСНЕВОЙ ТКАНИ, СВЯЗАННЫЕ С ЕЕ УБЫЛЬЮ; ПРОЩЕ ГОВОРЯ: УМЕНЬШЕНИЕ ОБЪЕМА МЯГКИХ ТКАНЕЙ В ОБЛАСТИ ОДНОГО ИЛИ НЕСКОЛЬКИХ ЗУБОВ, СОПРОВОЖДАЮЩЕЕСЯ ОГОЛЕНИЕМ ШЕЕК И КОРНЕЙ ЗУБОВ.

Рецессия десны может возникать в области одного зуба и носить локальный характер, а может быть в области многих зубов или всего зубного ряда.

ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ

Появление рецессии может быть обусловлено различными причинами:

- неправильная гигиена полости рта: слишком частая агрессивная чистка зубов, формирование зубного камня;
- ортодонтические проблемы: нарушение прикуса, неровный зубной ряд;
- давление нависающей некачественной пломбы, коронки;
- вестибулярное положение зубов, аномалия положения зубов;
- воспалительные заболевания десен и тканей пародонта;
- биотип состояния слизистой оболочки — пациенты с тонким биотипом более склонны к появлению рецессий;
- высота прикрепленной десны;
- мелкое преддверие полости рта и др.

НЕ ПРЕНЕБРЕГАЙТЕ ВИЗИТАМИ К СТОМАТОЛОГУ, ТОЛЬКО ДОКТОР СМОЖЕТ ОЦЕНИТЬ СОСТОЯНИЕ ВАШИХ ЗУБОВ И ДЕСЕН

ЛЕЧЕНИЕ

Эта проблема имеет два аспекта: **1) эстетический, 2) повышение чувствительности зубов, болевые ощущения.**

Поскольку во время рецессии десны оголяется корень зуба, повышается чувствительность к температурным и химическим раздражителям. Если с эстетической точки зрения пациента ничего не беспокоит, то лечение предлагается консервативное, направленное на снижение чувствительности: аппаратное лечение, плазмолифтинг, подбор подходящей зубной пасты.

Лечение эстетического дефекта выполняется хирургическим методом. Проводится операция, которая позволяет восстановить десневую ткань и закрыть оголенные корни.

Есть несколько способов хирургического вмешательства при рецессии десны. Чаще всего используется туннельная методика с применением соединительнотканного трансплантата — это наименее травматичный метод создания достаточного объема десны в области рецессии. Трансплантат (необходимые ткани для пересадки)

берется с нёба пациента. Трансплантат фиксируется, закрывается расщепленным лоскутом десны. Трансплантат успешно приживается, прорастает капиллярами, и вскоре становится неотличим от родных тканей. Операция выполняется под местной анестезией.

РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ

После хирургического вмешательства на 10 день снимаются швы. Период полного заживления составляет 2-3 недели.

Чрезвычайно важно поведение пациента и правильная гигиена полости рта в послеоперационном периоде. От пациента напрямую зависит успех операции и то, насколько хорошо приживется трансплантат.

Успешное лечение рецессии десны во многом зависит от стадии развития заболевания — если 1-2 стадия рецессии успешно лечатся, то 3 или 4 — это уже высокий риск потери зуба. Поэтому не пренебрегайте профилактическими визитами к стоматологу, ведь только доктор сможет квалифицированно оценить состояние ваших зубов и десен. **EM**

ПОЧЕМУ «ЗУБЫ МУДРОСТИ» ТАК НАЗЫВАЮТСЯ?

ТАКОЕ ИНТЕРЕСНОЕ НАЗВАНИЕ У ВОСЬМЫХ ЗУБОВ ВОЗНИКЛО ПОТОМУ, ЧТО ОНИ ПОЯВЛЯЮТСЯ ЗНАЧИТЕЛЬНО ПОЗЖЕ ОСТАЛЬНЫХ ЗУБОВ, И СЧИТАЕТСЯ, ЧТО В ЭТОМ ВОЗРАСТЕ ЧЕЛОВЕК УЖЕ УМНЕЕ, ЧЕМ В ДЕТСТВЕ. ТО ЕСТЬ ЗУБ МУДРОСТИ — ЭТО ЗНАК, ЧТО ВЫ УЖЕ ДОСТИГЛИ ВОЗРАСТА, КОГДА ПОРА БЫТЬ МУДРЫМ

Зубы мудрости, на самом деле, — очень интересное явление. По сути, они являются прямым доказательством того, что эволюция человека всё еще продолжается. В чем это выражается? Челюсти современного человека меньше, чем у его предков, — это связано с тем, что наше питание очень сильно отличается от той грубой, жесткой пищи, которую приходилось потреблять древним людям. Ну и, соответственно, так как челюсти меньше, сами зубы тоже уменьшаются, а «восьмерки» — зубы мудрости порой даже не вырастают. Несмотря на то, что зачатки всех зубов закладываются в период формирования нашей зубочелюстной системы ещё во время внутриутробного развития и находятся внутри челюсти у всех людей, восьмые зубы прорезываются далеко не всегда. Такое явление называется «ретенированный зуб».

РЕТЕНИРОВАННЫЙ ЗУБ — ПОЛНОЦЕННО СФОРМИРОВАВШИЙСЯ, НО ДО КОНЦА НЕ ПРОРЕЗАВШИЙСЯ. ТАКИЕ ЗУБЫ ЯВЛЯЮТСЯ УЖЕ ПРАКТИЧЕСКИ РАЗВИТЫМИ, НО НАХОДЯТСЯ ПОЛНОСТЬЮ ПОД ДЕСНОЙ ИЛИ ОСТАЮТСЯ ВНУТРИ КОСТНОЙ ТКАНИ. НАЛИЧИЕ ЗУБА МЫ МОЖЕМ ОПРЕДЕЛИТЬ ТОЛЬКО ПРИ ПОМОЩИ РЕНТГЕНОВСКОГО СНИМКА. ТАКЖЕ ВСТРЕЧАЮТСЯ ЧАСТИЧНО РЕТЕНИРОВАННЫЕ ЗУБЫ — КОГДА ПЕРВАЯ ЧАСТЬ КОРОНКИ ЗУБА ПРОРЕЗАЛАСЬ НАД ДЕСНОЙ, А ДРУГАЯ ОСТАЕТСЯ «СПРЯТАННОЙ» В ТКАНЯХ.

НАДО ЛИ УДАЛЯТЬ ЗУБЫ МУДРОСТИ?

«Восьмерки» прорезываются последними, зачастую во взрослом возрасте. У людей, живших много веков назад, к этому возрасту уже выпадала часть зубов, так что зубы мудрости были весьма кстати, и места на челюсти для них было достаточно. Сейчас же, при адекватном уходе за зубами, мы с вами имеем шанс сохранить их все до достаточно зрелого возраста. В результате этого нередко с зубами мудрости связано немало хлопот, так как часто им просто некуда нормально расти. В таком случае они двигают соседние зубы, искривляя зубной ряд. «Восьмерки» растут медленно и вызывают неоднократные болезненные ощущения в деснах. Зубы мудрости и — особенно — их корни могут вырастать под неправильным углом, давить на соседние зубы, вызывая боль и разрушая их. «Восьмерки» достаточно сложно хорошо прочистить и лечить из-за затрудненного доступа в самый дальний угол челюсти. Они довольно хрупкие и часто поражаются кариесом, некоторые врачи предпочитают сразу их удалить, а не лечить. Есть даже мнение, что зубы мудрости надо удалять сразу, не дожидаясь, пока с ними возникнут проблемы.



Мы спросили у стоматолога-хирурга, имплантолога **Евгения Юрьевича Архипова**, надо ли удалять зубы мудрости?

— Разумеется, профилактически удалять никакие зубы не нужно! В медицине вообще и в стоматологии, в частности, к любому вмешательству существуют четкие показания и противопоказания. Показания к удалению зубов могут быть связаны с ортодонтическим лечением, например, при установке брекетов, или с другими патологиями: запущенным кариесом, воспалением на верхушке корня, травматизацией соседних зубов и т.д.

В ситуации, когда показаний к удалению нет, зуб оставляют. Зубы мудрости так же, как и другие на нашей челюсти, выполняют свои жевательные функции, и они нужны и полезны. Ра-

зумеемся, при условии, что они правильно прорезались, нормально выросли, находятся в контакте с зубами противоположной челюсти.

— Что рекомендуется делать с ретенированными зубами?

— Всё зависит от конкретной клинической ситуации. Если имеются показания для их удаления — зуб мешает правильному расположению соседних зубов или как-то их травмирует, скрытый под десной вызывает боль и провоцирует воспаление в челюсти или окружающих мягких тканях и т.д. — тогда он подлежит удалению. Решение об операции принимается после консультации с докторами орто-

донтом и хирургом. Если ретенированные зубы не беспокоят и не мешают, их не удаляют.

— Удаление зубов мудрости и ретенированных зубов — сложная операция?

— Если мы говорим об удалении уже выросшего зуба, то чаще всего, не особо сложная. Хотя, конечно, удаление зуба мудрости всегда отличается от удаления других зубов. Сложнее при удалении ретенированного или полуретенированного зуба, особенно если он находится в нестандартном положении, давит на соседние зубы, ему не хватило места для прорезывания. Корни зуба могут иметь атипичную форму, крепко врастать в челюсть, так что приходится буквально вырывать корень из кости. Современная хирургия не стоит на месте, и существуют методики, которые упрощают работу со сложными зубами. В нашей клинике мы используем **ультразвуковой аппарат Piezotome**. Удаление с помощью ультразвука существенно облегчает операцию, не обжигает кость и не повреждает мягкие ткани. Это менее травматично для пациента, значительно сокращает период реабилитации. Стоматолог всегда предлагает оптимальное решение, исходя из конкретной клинической ситуации пациента. Если есть возможность сохранить зуб, то удаление не рекомендуется. Если же операцию все же необходимо провести, в нашей клинике есть все условия для того, чтобы выполнить вмешательство максимально комфортно для пациента. **EM**



Хочется отметить, что патология прикуса — это одно из проявлений особенностей общего развития. И скученность зубов в детском возрасте может быть как причиной, так и следствием нарушения развития лицевого скелета и скелетных аномалий опорно-двигательного аппарата.

Нужно помнить не только о местных последствиях: затрудненной гигиене полости рта, образовании кариеса и его осложнений, заболеваниях пародонта. Это влечет за собой такие осложнения, как дефекты речи, нарушения пережевывания и проглатывания пищи. Скелетные аномалии прикуса могут вызывать нарушение дыхания.

С патологией прикуса могут быть связаны такие симптомы, как: звон, шум в ушах, боли в области уха, головная боль. Это происходит из-за того, что нару-

шение смыкания зубов может приводить к смещению нижней челюсти к положению назад и к гипертонусу мышц. При этом идет излишнее давление на зону иннервации и кровоснабжения сустава. Поскольку височно-нижнечелюстной сустав находится очень близко к уху, то нарушение в его структурах может напрямую провоцировать неприятные ощущения в области ушей, а также вызывать головные боли.

Нарушение прикуса ведет к патологиям развития лицевого скелета, болезни височно-нижнечелюстных суставов и даже к психологическим травмам.

Уже многие годы стоматологи прослеживают взаимосвязь развития зубочелюстной системы со скелетными аномалиями в позвоночнике. Патологии прикуса часто сочетаются с различными отклонениями анатомии в шейном отделе позвоночника. Ярким примером являются случаи, когда нарушение осанки влияет на положение головы, что приводит к смещению нижней челюсти или даже ее недоразвитию. Другой пример — положение в пространстве и состояние тазобедренных суставов коррелируют с состоянием височно-нижнечелюстного сустава: если будут отклонения по норме в первом, то, скорее всего, это повлияет и на состоянии второго.

Самое интересное: не удивляйтесь, если ортодонт обратил внимание на стопы пациента! Ведь состояние каждого выше-

С ПАТОЛОГИЕЙ ПРИКУСА МОГУТ БЫТЬ СВЯЗАНЫ ТАКИЕ СИМПТОМЫ, КАК ЗВОН, ШУМ В УШАХ, ГОЛОВНАЯ БОЛЬ

лежащего сустава зависит от нижележащего. А стопы — это фундамент, на котором все держится, поэтому от их состояния многое зависит.

ОПРЕДЕЛИТЬ, ЕСТЬ ЛИ У ВАС ИЛИ ВАШЕГО РЕБЕНКА ПРОБЛЕМА С ПРИКУСОМ, ПОМОЖЕТ ВРАЧ-ОРТОДОНТ.

Как правило, получить первую консультацию ортодонта имеет смысл в возрасте 6-7 лет — когда молочные зубы начинают меняться на постоянные. Врач сможет оценить, насколько правильно идет формирование прикуса.

Если имеются какие-либо показания к лечению, в этом возрасте уже можно начать коррекцию. Врач подберет наиболее подходящую методику, как правило, в этом возрасте рекомендована коррекция на съемной ортодонтической аппаратуре: съемные ортодонтические пластинки, эластопозиционеры и др.

Постоянные зубы полностью прорезываются примерно к 11-12 годам, и если прикус сформировался с нарушениями, для коррекции показано исполь-

зование несъемных брекет-систем: вестибулярных или лингвальных, а также — элайнеров.

Лучший способ сохранить здоровье — обратиться к стоматологу для проведения соответствующего обследования и диагностики.

При планировании ортодонтического лечения применяется комплексный подход к диагностике. Ортодонт всегда уделяет внимание тем факторам, которые могут привести к развитию патологии в челюстно-лицевой области. Чем раньше вы начнете лечение, тем легче и быстрее можно добиться результата и избежать формирования сопутствующих патологий. Разумеется, легче всего исправлять патологии прикуса в детском возрасте — пока еще челюсть не сформирована, продолжается костный рост. Но и взрослые пациенты могут получить эффективное лечение и надежный результат при грамотном подборе лечения и профессиональной помощи ортодонта. **EM**

НЕПРАВИЛЬНЫЙ ПРИКУС — СЕРЬЕЗНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

НЕПРАВИЛЬНЫЙ ПРИКУС — ЭТО ПРОБЛЕМА НЕ ТОЛЬКО И НЕ СТОЛЬКО ЭСТЕТИЧЕСКАЯ. НЕИСПРАВЛЕННЫЙ ПРИКУС И НЕРОВНЫЙ ЗУБНОЙ РЯД МОГУТ КОРРЕЛИРОВАТЬ С МНОЖЕСТВОМ НЕПРИЯТНЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ — В КАКИХ-ТО СЛУЧАЯХ ПРОВОЦИРУЯ РАЗВИТИЕ ПАТОЛОГИИ, В КАКИХ-ТО — ЯВЛЯЯСЬ СИМПТОМОМ И СЛЕДСТВИЕМ ДРУГОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ



ЗАПРОГРАММИРОВАТЬ УЛЫБКУ!

ЦИФРОВИЗАЦИЯ ПРОНИКАЕТ ВО ВСЕ СФЕРЫ НАШЕЙ ЖИЗНИ. И ДАЖЕ ТАКАЯ КОНСЕРВАТИВНАЯ ОБЛАСТЬ НАУКИ, КАК МЕДИЦИНА, НЕ ОСТАЕТСЯ В СТОРОНЕ. ВСЁ ЧАЩЕ ВРАЧИ В СВОЕЙ РАБОТЕ ИСПОЛЬЗУЮТ ДОСТИЖЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ. В ЧАСТНОСТИ, **В ОРТОДОНТИИ ОТНОСИТЕЛЬНО НЕДАВНО ПОЯВИЛСЯ ТАКОЙ СПОСОБ ИСПРАВЛЕНИЯ ПРИКУСА И КОРРЕКЦИИ НЕРАВНОГО ЗУБНОГО РЯДА, КАК ЛЕЧЕНИЕ НА ЭЛАЙНЕРАХ,** — И ЭТА МЕТОДИКА НЕВОЗМОЖНА БЕЗ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ. В БОЛЕЕ ПРИВЫЧНОМ ЛЕЧЕНИИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ БРЕКЕТ-СИСТЕМ ТОЖЕ ИСПОЛЬЗУЮТ НОВЕЙШИЕ МЕТОДЫ



Наш консультант:
стоматолог-ортодонт
**Александр Лёвович
ТТЯН**

Цифровые технологии позволяют наиболее эффективно спланировать лечение в специальной программе. Программное обеспечение позволяет смоделировать расположение зубов пациента в процессе лечения на элайнерах и рассчитать шаблоны, на основании которых фиксируются брекеты.

В ЧЕМ ПРЕИМУЩЕСТВА?

- Более предсказуемый результат — мы сразу можем рассчитать, что получим в конце лечения.
- Выше эффективность — программа рассчитывает до сотых долей миллиметров наиболее подходящее

СПРАВКА

Элайнеры — это прозрачные, очень легкие каппы из твердого полимера, внешне напоминают те, что используются при отбеливании зубов. Элайнеры изготавливаются сразу, на весь период лечения, их форма просчитывается в компьютерной программе индивидуально для каждого пациента. Внутренняя поверхность элайнеров идеально повторяет форму зубов, при этом учитывается и их микроподвижность. Воздействие на зубы осуществляется очень мягко и незаметно. Элайнеры практически незаметны при улыбке, просты в уходе и использовании, не портят дикцию, конструкция съемная, что облегчает процесс принятия пищи и чистки зубов.

Брекет-система — это набор из нескольких маленьких замочков, приклеиваемых на зубы. Брекеты имеют пазы, в которые вставляется металлическая дуга. Дуге задается гармоничная для данного зубного ряда форма, и после фиксации к брекетам она начинает стремиться восстановить эту форму, вытягивая за собой зубы (дуга изготавливается из специальных материалов с памятью формы). Сама фиксация брекетов к зубам совершенно безопасна, а процесс коррекции прикуса максимально комфортен для пациента.



для конкретного пациента расположение ортодонтических конструкций.

- Потребуется меньше визитов к врачу — минимизируется количество корректировки расположения брекетов.
- Более точные сроки окончания лечения.

КАК ВСЁ ЭТО ПРОИСХОДИТ?

Сначала врач осматривает пациента, проводит стандартную диагностику, как при обычном лечении. Делает фотографии. После этого пациенту проводится компьютерная томография челюстей.

Далее выполняется цифровое сканирование зубных рядов при

помощи стоматологического сканера. Всё это дает максимально полную картину состояния зубочелюстной системы пациента.

Результаты обследования загружаются в специальную компьютерную программу, которая обрабатывает их, с ее помощью врач моделирует желаемый результат лечения и показывает его пациенту.

В процессе лечения при необходимости в программу вносятся корректировки.

В результате пациент получает красивую улыбку и идеальный зубной ряд с минимальными затратами времени и сил. **EM**

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РАЗБИЛСЯ РТУТНЫЙ ГРАДУСНИК?

1. НЕ ПАНИКУЙТЕ!



2 Выведите всех из помещения, где разбился градусник, и закройте дверь.



3 Переоденьтесь в одежду, которую потом не жалко будет выбросить, наденьте перчатки.



4 Возьмите стеклянную банку с водой, сложите в нее стекла разбитого градусника с остатками ртути, плотно закройте крышкой.



5 Соберите шарики ртути с помощью одноразового шприца и скотча.



6 Собрав всю ртуть, помойте пол и все поверхности водой с моющим средством и содой.



7 Откройте окно для того, чтобы тщательно проветрить помещение от паров ртути.



8 После того, как уборка окончена, поместите одежду, в которой вы были, перчатки, использованные шприцы и скотч, банку со стеклами, тряпки, которыми делали уборку, в плотный пакет, который надо герметично закрыть (например, тем же скотчем).



9 Позвоните в МЧС по номеру 112, они подскажут, где можно безопасно утилизировать собранную ртуть и предметы, которые были в контакте.

ЧТО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ

- Создавать сквозняк
- Собирать ртуть пылесосом
- Смывать ртуть в канализацию или выбрасывать в мусорное ведро или мусоропровод
- Оставлять одежду, в которой вы убрали ртуть

Если собрать ртуть невозможно, то первым делом надо всем покинуть помещение, после чего сразу звонить в МЧС



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

СТАЦИОНАР

 Евромед

НАШ ПРИОРИТЕТ - ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Многопрофильная клиника «Евромед» - современный медицинский центр с европейским уровнем обслуживания. Высококвалифицированные и опытные врачи обеспечивают пациентам качественное стационарное лечение после оперативного вмешательства.



Круглосуточное наблюдение



Собственная лаборатория



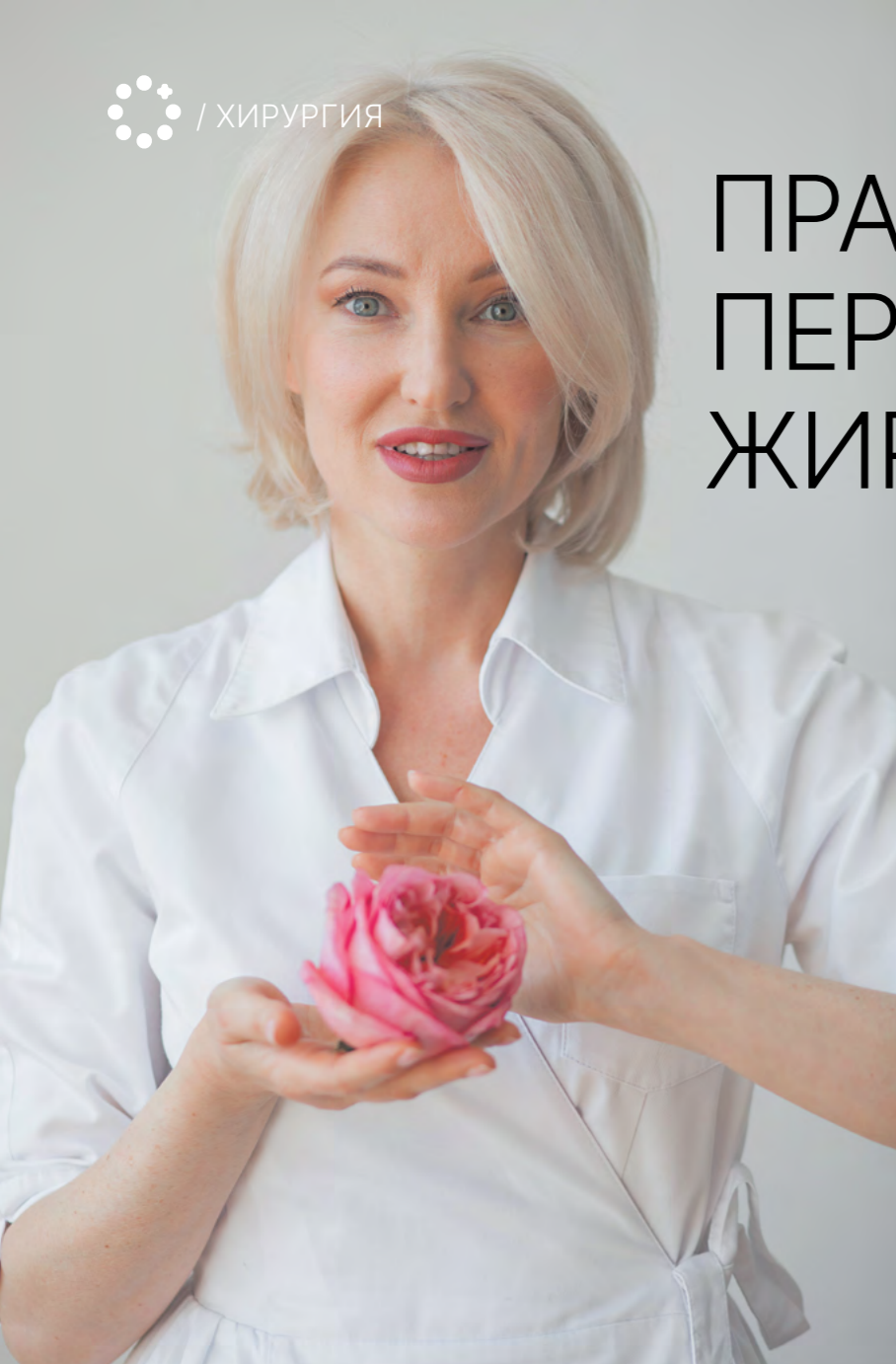
Проведение операций любой сложности



Отделение реанимации и интенсивной терапии



ПРАВИЛА ПЕРЕНОСА... ЖИРА



Мы попросили руководителя службы пластической хирургии, пластического хирурга **Ольгу Владимировну КУЛИКОВУ** рассказать о стремительно набирающей популярность процедуре липомоделирования, которая позволяет создавать контуры тела и лица, скульптурировать их

Липомоделирование — потрясающе эффективная и относительно несложная процедура, это по сути пересадка собственного жира пациента. С помощью этой методики мы убираем лишнюю жировую ткань оттуда, где хотелось бы ее убрать и одновременно используем ее как филлер для тех мест, где требуется добавить объем.

ЧАСТО, РАССМАТРИВАЯ СВОЕ ТЕЛО, МЫ ОСТАЕМСЯ НЕДОВОЛЬНЫ КАКИМИ-ТО ОТДЕЛЬНЫМИ ОБЛАСТЯМИ: НАПРИМЕР, НЕ НРАВИТСЯ ЖИР В ОБЛАСТИ ТАЛИИ ИЛИ ТО, ЧТО ГРУДЬ — НЕ ТОГО РАЗМЕРА, ИЛИ ЯГОДИЦЫ НЕДОСТАТОЧНО СЕКСУАЛЬНО СМОТРЯТСЯ... ПРИ ЭТОМ, **МЫ РЕДКО ЗАДУМЫВАЕМСЯ О ТОМ, ЧТО ЭТО ВСЁ МОЖНО ЛЕГКО ИЗМЕНИТЬ!**

5 ШАГОВ ДО ИДЕАЛА!

1 Доктор делает небольшие проколы в местах, откуда планируется убрать жировую ткань, при помощи инструментов (шприца и канюль диаметром 1,5-2 мм) забирает жировую ткань.

2 Жир попадает в резервуар на специальном аппарате, где он фильтруется, очищается от различных примесей. Там же жир «просеивается» — для пересадки выбираются только самые мелкие жировые клетки.

3 После этого полученную жировую ткань вводят в зоны, требующие коррекции.

4 В конце операции на проколы накладывают косметические швы, асептические (защитные) повязки; на пациента надевается компрессионное белье.

5 Пациент остается в стационаре под наблюдением на несколько часов, если процедура выполнялась под местной анестезией; при использовании наркоза — на одну ночь.

Операция может проходить под местной анестезией, спинальной анестезией или под наркозом. Это зависит от состояния пациента, объема операции, зон, на которых планируется произвести вмешательство. На лице процедура, как правило, проводится под местной анестезией.

Первые дни после операции в местах проколов могут быть синяки и небольшая отечность, которые довольно быстро проходят сами, не оставляя следов. Окончательный результат можно будет оценить через несколько недель — когда отек спадет и жировая ткань приживется на новом месте. Эффект после операции сохраняется на всю жизнь!

ПРЕИМУЩЕСТВА МЕТОДА

- Собственная жировая ткань — пластичный материал, который естественен для нашего организма, абсолютно иммуносовместим, за счет чего прекрасно приживается.
- Липомоделирование можно применять практически на всех зонах.
- Достигнутый результат сохраняется навсегда.
- Количество процедур ограничено только объемом собственной ткани и анатомическими особенностями — процедуру можно повторять до тех пор, пока не добьемся нужного объема.
- Сама операция не травматична для организма, выполняется без разрезов, только с помощью проколов.
- Послеоперационная реабилитация проходит очень мягко, нередко пациенты с первого дня отказываются от приема анальгетиков.

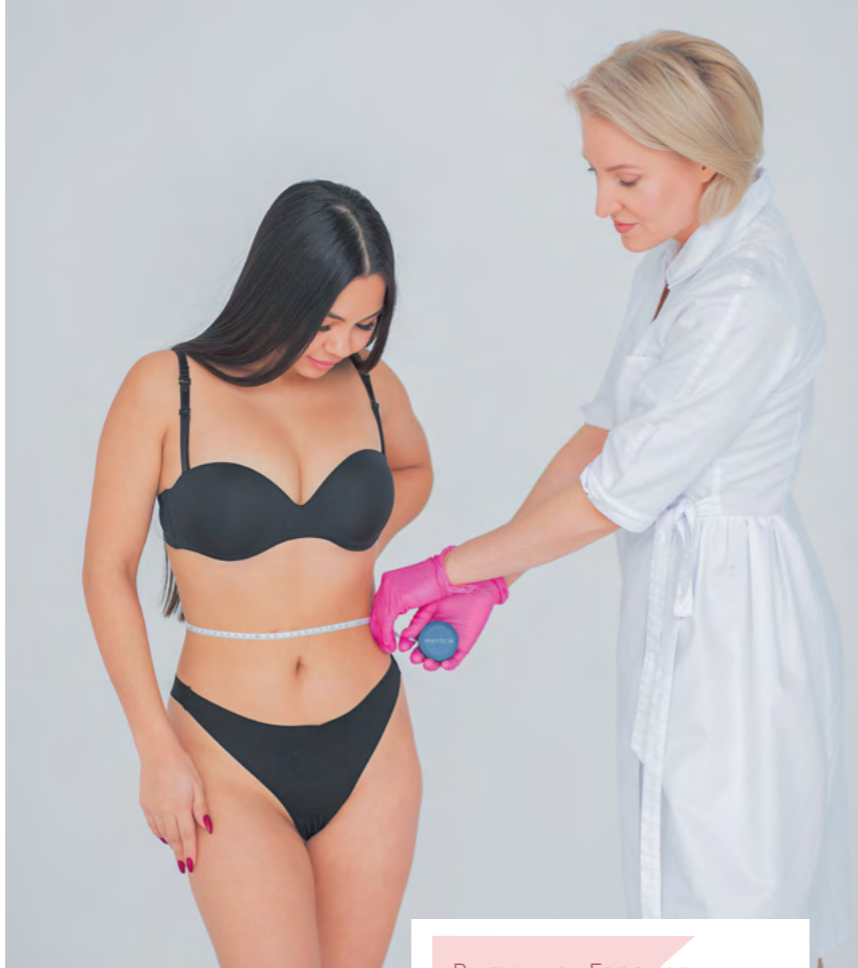
Липомоделирование позволяет скорректировать форму лица, увеличить губы, грудь, изменить форму ягодиц, ног, сформировать красивые икры, голени

ГДЕ МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ?

Практически везде! Липомоделирование позволяет скорректировать форму лица, увеличить губы, грудь, изменить форму ягодиц, ног, сформировать красивые икры, голени. Во время процедуры липомоделирования можно создать спортивный контур тела: прорисовать пресс, ложбинку на животе, ложбинки паховых областей и т. д. То есть добиться потрясающего результата — не только стройной, но и «спортивной» фигуры без утомительных тренировок в фитнес-центре.

Очень хорошие результаты липомоделирование дает при коррекции возрастных изменений лица. Молодость — это не только натянутость, но и наполненность. С возрастом и при резком изменении веса происходит липодистрофия в области лица и молочных желез: ткани становятся менее наполненными, теряется объем. Липомоделирование используется для коррекции глубоких носогубных складок, носослезных борозд, области вокруг глаз и др. Более того — процедура улучшает качество кожи, делает ее более упругой и гладкой, способствует устранению пигментации.

Таким образом, если вы раздумываете о том, как улучшить свою внешность с минимальным хирургическим вмешательством, быстрой реабилитацией, заметным эффектом, который сохранится навсегда — липомоделирование будет лучшим выбором. **EM**



ОГРАНИЧЕНИЯ МЕТОДА

Количество пересаживаемого жира зависит от объема жировой ткани в донорской зоне и в зоне пересадки. Жировую ткань пересаживают только в подкожную жировую клетчатку, соответственно, если у пациента ее совсем мало, то большое количество ткани за один раз не пересадишь. В таком случае врач предложит альтернативу: филлеры, импланты. Но зато у пациентов, «богатых» жировой тканью, можно за одну процедуру добиться значительного изменения форм.

В клинике «Евромед» используется современный новейший аппарат PAL (пр-во США). Он чрезвычайно эффективен, это замкнутая система: жировая ткань сразу помещается в стерильный резервуар, где обрабатывается, после чего поступает в область введения жировой ткани — всё это происходит в рамках одного процесса. Аппарат PAL очень бережно берет жировые клетки, у него повышенная скорость забора — в результате чего сокращается время пребывания пациента на операционном столе.

ПОЛУЧИТЕ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА ПО ОКАЗЫВАЕМЫМ УСЛУГАМ И ВОЗМОЖНЫМ ПРОТИВПОКАЗАНИЯМ

Лицензии на осуществление медицинской деятельности: № ЛО-54-01-003943 от 23.06.2016 г., № ЛО-54-01-004459 от 25.07.2017 г., № ЛО-54-01-002475 от 17.01.2014 г., № ЛО-54-01-004491 от 17.08.2017 г.

Томографический центр клиники «Евромед»

 **Евромед**

КТ, МРТ, рентгено-диагностика, маммография

Все исследования проводятся на самой современной аппаратуре, позволяющей получить снимки высочайшего качества при минимальной лучевой нагрузке.

Ограничение по весу пациента — 150 кг!

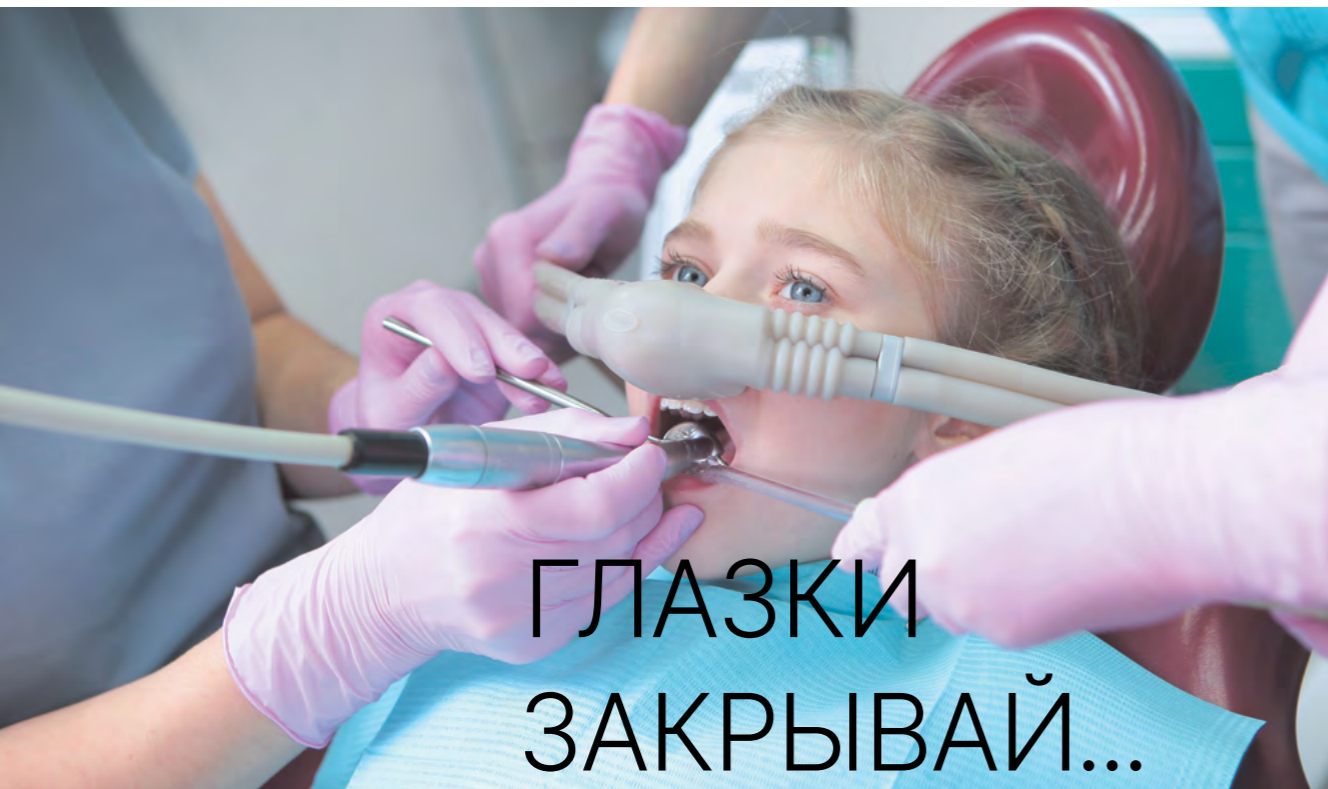
**Достоверный
диагностический
результат**

Травмпункт

**Консультация
травматолога-ортопеда.
Неотложная помощь
при травмах**



Красный проспект, 200 • тел. 209-03-03



ГЛАЗКИ ЗАКРЫВАЙ... БАЮ-БАЙ



Наш консультант:
руководитель
отделения детской
стоматологии
«СтильДент»,
детский стоматолог,
стоматолог-терапевт
**Елена
Владимировна
Плахина**

К СОЖАЛЕНИЮ, ОТ КАРИЕСА ЗУБОВ НИКТО НЕ ЗАСТРАХОВАН. ДАЖЕ САМЫЕ МАЛЕНЬКИЕ ДЕТИ, У КОТОРЫХ ТОЛЬКО-ТОЛЬКО ПОЯВИЛИСЬ ПЕРВЫЕ ЗУБКИ, МОГУТ СТРАДАТЬ ОТ КАРИЕСА. К ТОМУ ЖЕ У ДЕТЕЙ ПРОЦЕСС РАЗРУШЕНИЯ ЗУБОВ ПРОТЕКАЕТ ЗНАЧИТЕЛЬНО БЫСТРЕЕ, ЧЕМ У ВЗРОСЛЫХ. КАК ЛЕЧИТЬ ТАКУЮ КРОХУ У СТОМАТОЛОГА? ВЕДЬ ДЛЯ МАЛЫША, ДА И ДЛЯ ЕГО РОДИТЕЛЕЙ, ЭТО — СЕРЬЕЗНЫЙ СТРЕСС.

*СОВРЕМЕННАЯ СТОМАТОЛОГИЯ ДАЕТ ОТВЕТ НА ЭТОТ ВОПРОС: **ДЕТЕЙ РЕКОМЕНДОВАНО ЛЕЧИТЬ ПОД НАРКОЗОМ**, СОГЛАСНО ПРИКАЗУ МИНЗДРАВА. ЭТОТ МЕТОД СЧИТАЕТСЯ НАИБОЛЕЕ ЩАДЯЩИМ ДЛЯ ПАЦИЕНТА, А ЛЕЧЕНИЕ ПОД НАРКОЗОМ — БОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНЫМ И КАЧЕСТВЕННЫМ. С ЧЕМ ЭТО СВЯЗАНО?*

SHUTTERSTOCK.COM / RUSAKPHOTO

КАЧЕСТВО ЛЕЧЕНИЯ

Маленькие дети обычно просто не в состоянии долго усидеть на месте, а уж терпеть при этом медицинские манипуляции тем более мало кто способен. В такой ситуации врачу достаточно сложно качественно провести лечение, а самое важное, что ребенок после такого посещения клиники может получить психологическую травму, которая зачастую способствует развитию стойкого страха перед врачами.

Под наркозом же малыш просто засыпает, а через полчаса он просыпается с уже вылеченными зубками.

БЕЗОПАСНОСТЬ

В клинике работают по Гарвардскому протоколу, который подразумевает использование всех современных средств анестезиологии-реаниматологии, последних достижений медицины в плане детской стоматологии. Высочайшая квалификация медицинского персонала и использование качественных препаратов гарантирует, что лечение пройдет на высшем уровне и без негативных последствий. Продуманное сочетание лекарственных средств обеспечивает более легкий выход из наркоза для пациента: **проснувшись, ребенок уже полностью адекватен, хорошо себя чувствует.**

В течение всего времени лечения и до момента окончательного выхода из наркоза опытный врач анестезиолог-реаниматолог неотлучно находится с ре-



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ,
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Программы комплексного наблюдения ребенка

"Я родился!"

Программа годового наблюдения ребенка первого года жизни.

"Я расту!"

Программа годового наблюдения ребенка от 1 года до 7 лет.

Забота в приоритете

бенком, контролирует состояние маленького пациента, его пульс, дыхание, частоту сердечных сокращений.

КАКАЯ ТРЕБУЕТСЯ ПОДГОТОВКА?

На предварительной бесплатной консультации врач-стоматолог определит наличие показаний и противопоказаний, определит объем лечения, назначит необходимые анализы и исследования (анализ крови, рентген, ЭКГ и др.). Если ваш ребенок принимает какие-то лекарства, обязательно предупредите врача заранее.

За 6 часов до наркоза нельзя ни есть, ни пить. Это связано с тем, что во время проведения наркоза на полный желудок может начаться рвота.

ПОСЛЕ ВЫХОДА ИЗ НАРКОЗА

После наркоза маленькому пациенту необходимо время, чтобы прийти в себя. В этот период ребенок находится под наблюдением специалистов анестезиологической бригады.

В среднем, от момента завершения процедуры до полноценного пробуждения проходит 10-15 мин. Пить можно будет через полчаса, а есть примерно через два часа после завершения лечения.

Когда же ребенок полностью проснулся, он, так и не испытав никаких неприятных ощущений, веселый, довольный и, главное, с вылеченными зубками, отправляется домой.

Лечение зубов под наркозом — безопасно, комфортно и эффективно, это наиболее щадящий и гуманный по отношению к ребенку способ лечения. Внимательно выбирайте врача, которому вы доверите своего малыша, и обращайтесь только в проверенные клиники, которые могут гарантировать, что лечение под наркозом будет проведено на высшем уровне.



Мифы!

МИФ: Наркоз негативно сказывается на состоянии организма ребенка

Нет! Эти страхи абсолютно необоснованны, разумеется, при условии, что вы идете в проверенную клинику, врачи которой имеют должную квалификацию. Грамотный анестезиолог-реаниматолог рассчитает необходимую дозу препаратов и время нахождения под наркозом для пациента так, что никаких последствий для организма не будет. За многие годы работы мы не сталкивались ни с какими серьезными негативными последствиями после лечения под наркозом.

Поверьте, стресс для ребенка куда вреднее и с психологической, и с физиологической точки зрения!

МИФ: маленьким детям нельзя давать наркоз

Неправда. Более того, существует приказ Минздрава РФ №910Н, п. 19, согласно которому лечение детей до трех лет проводится **ТОЛЬКО под наркозом.** Более старшим детям это также рекомендовано, но уже решение остается за родителями.

МИФ: к лечению под наркозом существует множество противопоказаний

Нет. Абсолютных противопоказаний к лечению под наркозом очень мало. Перед решением о применении наркоза проводится обследование, сдаются анализы, пациента консультирует педиатр. При наличии у ребенка серьезного соматического заболевания, вопрос о возможности проведения лечения под наркозом и о подготовке к процедуре решается совместно с лечащим врачом малыша. **EM**

ПОЛУЧИТЕ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА ПО ОКАЗЫВАЕМЫМ УСЛУГАМ И ВОЗМОЖНЫМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМ

Лицензии на осуществление медицинской деятельности: № ЛО-54-01-005-473 от 28 июня 2019 г.

реклама



ВРЕМЯ СТАТЬ ПРЕКРАСНОЙ!

НОВЕЙШИЕ ТЕХНОЛОГИИ С NORDLYS CANDELA



РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЦЕДУРЫ

- УСТРАНЕНИЕ ЛЮБОЙ ПИГМЕНТАЦИИ
- ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ АКНЕ И ВИДИМЫХ СОСУДОВ
- ПОВЫШЕНИЕ ТОНУСА КОЖИ
- УЛУЧШЕНИЕ ЦВЕТА ЛИЦА
- ОМОЛОЖЕНИЕ



ул. Гоголя, 42 • тел. 209-03-03 • euromednsk.ru

ПОЦЕЛУЙ УХОДЯЩЕГО ЛЕТА



Наш консультант:
заместитель
главного врача
по вопросам
эстетической
медицины,
косметолог,
дерматовенеролог
**Ирина
Александровна
Щеглова**

ПОСЛЕ ЛЕТНЕГО СОЛНЫШКА И ЖАРЫ
ЧЕРЕЗКО НА КОЖЕ ПОЯВЛЯЮТСЯ
НЕ САМЫЕ ПРИЯТНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ
В ВИДЕ ПИГМЕНТНЫХ ПЯТЕН
И ВИДИМЫХ СОСУДОВ. ЭТИ ЯВЛЕНИЯ
НИКОГО НЕ КРАСЯТ, К ТОМУ ЖЕ
ВИЗУАЛЬНО ПРИБАВЛЯЮТ ВОЗРАСТ,
ВЕДЬ ГИПЕРПИГМЕНТАЦИЯ
И СОСУДЫ ЗАЧАСТУЮ
ПОЯВЛЯЮТСЯ С ГОДАМИ

К счастью, сейчас можно легко решить эти проблемы. Современная аппаратная косметология предлагает волшебные методики, которые позволяют избавиться от несовершенств кожи, причем иногда — всего за один визит к врачу!

В нашей клинике для коррекции подобных эстетических несовершенств мы рекомендуем процедуры на аппарате **Nordlys** от **Candela**. Это последняя разработка в области световых технологий. В аппарате сочетаются возможности лазерного и фотодинамического (IPL) воздействия. Благо-

даря этому ваша кожа станет совершенной!

ГДЕ ЭФФЕКТИВЕН АППАРАТ NORDLYS:

- устранение пигментации различной этиологии;
- лечение акне;
- устранение видимых сосудов;
- повышение тонуса кожи;
- улучшение цвета лица.

ВИДИМЫЕ СОСУДЫ

Nordlys эффективно борется с различными типами сосудистых патологий:

- гемангиомы (сосудистые новообразования);
- мелкая сосудистая сетка или единичные сосудистые образования;
- розацеа (покраснения вследствие расширения кровеносных сосудов);
- купероз (расширенная капиллярная сеть на лице);
- сосуды на ногах;
- венозные «озера»;
- винные пятна.

На предварительной консультации врач выберет оптимальную технологию для решения вашей проблемы — лазерное или IPL удаление сосудов. Обе возможности реализованы в Nordlys и позволяют быстро и эффективно избавиться от проблемы. Зачастую, если видимых сосудов немного, то результат уже весьма заметен с одной процедуры. К сожалению, сосуды в этом отношении коварны: если имеется склонность к их появлению, то есть вероятность, что

время от времени процедуру придется повторять.

ГИПЕРПИГМЕНТАЦИЯ

Гиперпигментация — неприятное явление, избавиться от которого непросто. Nordlys гарантирует заметный эффект уже после первой процедуры.

На аппарате можно работать с пигментацией различного типа: посттравматической, гормональной, появившейся после воздействия солнца или связанной с заболеваниями.

Эффективно при всех видах гиперпигментации, в том числе веснушках, лентиго, мелазме.

Для надежного избавления от проблемы потребуется, скорее всего, несколько процедур.

Интервал между воздействиями: 3-4 недели.

КАК ВЫПОЛНЯЕТСЯ ПРОЦЕДУРА

Косметолог оценит состояние вашей кожи и определит, какой тип воздействия требуется.

Далее кожа очищается, на нее наносится специальный оптический гель. Гель позволяет эффективнее передать свет от кристалла к коже, с минимальными потерями энергии на отражение, а также снизит нежелательное нагревание кожи. При процедуре динамического омоложения, кожа остается чистой и оптический гель не наносится.

Сама процедура длится от 20 до 40 минут, это зависит от выбранной программы лечения.

Для большинства проблем требуется курс процедур, коли-

IPL — это сокращение от Intensive Pulse Light — использование высокоинтенсивного импульсного света.

Принцип IPL-технологии основан на теории селективного фототермолиза — избирательном воздействии на ткани-мишени, которые являются хромофорами для света. Подобные ткани-мишени — это расширенные сосуды, пигментные образования и многое другое, что проявляется на лице в виде эстетических несовершенств. В ходе процедуры осуществляется воздействие исключительно на ткань-мишень, окружающие ткани остаются не тронутыми. В зависимости от числа элементов, которые необходимо удалить, врач подбирает оптимальные параметры аппарата. В рамках одной процедуры может быть проведено несколько манипуляций.

чество и интервал между ними врач озвучит после консультации, это подбирается индивидуально.

ВАЖНЫЕ НЮАНСЫ:

До и после процедуры нельзя 3 недели загорать (в том числе в солярии). После пилинга должно пройти не меньше 3 недель. После процедуры обязательно использование крема с высоким фактором защиты от солнца (SPF) — не менее 50. **EM**

ПОЛЕЗНАЯ ПРИВЫЧКА ЗА НЕСКОЛЬКО МИНУТ

ВСЕ МЫ ЗНАЕМ, ЧТО ОВОЩИ И ФРУКТЫ — ЭТО НЕОБХОДИМАЯ ЧАСТЬ ЗДОРОВОГО РАЦИОНА. ВРАЧИ РЕКОМЕНДУЮТ ЕСТЬ НЕ МЕНЕЕ 5 ПОРЦИЙ ОВОЩЕЙ В ДЕНЬ. ЗАЧАСТУЮ ЭТО СЛОЖНО ОРГАНИЗОВАТЬ, ОСОБЕННО, ЕСЛИ НЕТ ТАКОЙ ПРИВЫЧКИ.

ПРЕДЛАГАЕМ ПРОСТОЙ ПРИЕМ, КОТОРЫЙ МОЖНО ВВЕСТИ В ВАШУ ЖИЗНЬ ПРЯМО СЕЙЧАС! ОН ПОЗВОЛИТ РАЗНООБРАЗИТЬ ВАШ РАЦИОН, СДЕЛАТЬ ЕГО БОЛЕЕ ПОЛЕЗНЫМ, УВЕЛИЧИТЬ ПОТРЕБЛЕНИЕ КЛЕТЧАТКИ, МИНЕРАЛОВ И ВИТАМИНОВ

Идея хороша и для закуски на праздничном столе. Можно добавить фрукты, орехи, несладкие крекеры, сыр, чтобы сделать тарелку более интересной



SHUTTERSTOCK.COM / ANANASEVA

ОВОЩНАЯ ТАРЕЛКА — ВСЕГДА НА СТОЛЕ!

Каждый день перед основными приемами пищи создавайте овощную тарелку из 3-10 овощей и ставьте ее на стол первой, **ДО** остальных блюд. Пока члены семьи ждут еду, они перекусят овощами. Это полезно и вкусно!

Так можно заинтересовать детей (которые, к сожалению, не всегда любят овощи), они с радостью помогут вам наполнить тарелку. Даже если сначала они будут игнорировать овощную тарелку, не останавливайтесь — как показывает практика, рано или поздно они заинтересуются.

- Вы можете предлагать не только свежие, но и запеченные, отварные овощи, а также приготовленные на гриле.
- Используйте разные способы нарезки, чтобы сделать тарелку красивой и аппетитной, не забывайте про зелень.
- Если приготовить легкие соусы из йогурта или хумус, чтобы макать туда овощи, тарелка станет еще популярнее среди ваших домочадцев!

SHUTTERSTOCK.COM / MARAZE, VALENTINA RAZUMOVA, BAIBAZ, NATTIKA



В ЧЕМ ПЛЮСЫ?

- Овощи в вашем ежедневном рационе.
- Внесение разнообразия в рацион.
- Здоровая привычка для детей и взрослых.
- Вы дольше будете сохранять насыщение, а значит, худеть будет легче.

ЧТО МОЖНО ПОЛОЖИТЬ НА ТАРЕЛКУ?

Огурцы, помидоры, болгарский перец, морковь, цветную капусту, брокколи, кольраби, стручковый горошек, сельдерей, редис, репу, мини-кукурузу, фенхель, кабачки, баклажаны, редьку, свёклу, листовую салат, шпинат и т. д.

Пробуйте новое, в интернете много идей по наполнению овощной тарелки и по ее оформлению! **EM**



ЗАВТРАК В ШКОЛЕ

ПРИШЕЛ СЕНТЯБРЬ, ДЕТИ СНОВА ОТПРАВИЛИСЬ В ШКОЛУ, А ПЕРЕД РОДИТЕЛЯМИ ОСТРО ВСТАЛ ВОПРОС ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ. ДАЛЕКО НЕ В КАЖДОЙ ШКОЛЕ ОРГАНИЗОВАНО ВКУСНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧЕНИКОВ, ДА И ДЕТИ ЗАЧАСТУЮ НЕ ГОРЯТ ЖЕЛАНИЕМ ЗАВТРАКАТЬ В ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ. **ОПТИМАЛЬНЫМ ВЫХОДОМ В ТАКОЙ СИТУАЦИИ БУДЕТ ДАТЬ РЕБЕНКУ ЗАВТРАК С СОБОЙ.** НО ТУТ ЕСТЬ НЮАНСЫ: ЭТО ДОЛЖНО БЫТЬ ВКУСНО, ПОЛЕЗНО, УДОБНО ЕСТЬ, СИДЯ ЗА ПАРТОЙ...

БРЕНД-ШЕФ РЕСТОРАНОВ ВЕЕРМАН АНДРЕЙ ВИТЮГОВ
ПОДГОТОВИЛ ДЛЯ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ РЕЦЕПТЫ БЛЮД,
КОТОРЫЕ ИДЕАЛЬНО ПОДОЙДУТ ДЛЯ ШКОЛЬНОГО ЗАВТРАКА.



ЗАВТРАК — ЭТО САМЫЙ ГЛАВНЫЙ ПРИЕМ ПИЩИ!

Правильный завтрак запускает и ускоряет все обменные процессы в организме и дает заряд бодрости на весь день. **Пища, съеденная в 7–8 часов утра, за день полностью преобразуется в энергию,** поэтому на завтрак должна приходиться треть всего дневного рациона. Важно, чтобы завтрак должен быть разнообразным, включать в себя и белки, и углеводы, и жиры, и клетчатку, и витамины.

Идеальным завтраком будет овсянка — самое полезное блюдо для нашего желудка, которое содержит сложные углеводы, клетчатку, минералы, а если она приготовлена на молоке, то

и белки с жирами. Очень хорошо добавлять в овсянку фрукты, сухофрукты, орехи, мед — так вы точно сможете обеспечить организм необходимыми полезными веществами.



РУЛЕТКИ ИЗ ЛАВАША С ТВОРОЖНЫМ СЫРОМ И ВЕТЧИНОЙ

Лаваш или тортилья — 60 г (один небольшой лист)	Ветчина — 40 г
Сыр творожный или плавленый — 40 г	Яйцо вареное — 1/2 шт.
	Зелень (укроп, петрушка, лист салата) — 2 г
	Пленка пищевая

Зелень тщательно промыть и высушить на бумажном полотенце, далее мелко нарезать.

Разложить лист тонкого лаваша и равномерно смазать его поверхность мягким сливочным сыром. Равномерно посыпать сверху нарезанной зеленью.

Яйцо натереть на мелкой терке и распределить по всему периметру лаваша. Ветчину нарезать на очень тонкие кружочки (не более 2 мм) — если нарезать толще, при скручивании они будут ломаться. Выложить ветчину по всему периметру лаваша.

Аккуратно свернуть — как можно плотнее, чтобы начинка не вывалилась по краям, а сам лаваш не порвался. Завернуть готовый рулет в пищевую пленку и поставить в холодильник на 15 минут.

Достать из холодильника, снять пленку и нарезать на порционные кусочки в виде роллов.

P.S: Рулет можно приготовить с вечера (так он пропитается и будет еще вкуснее), а нарезать с утра.



СЕНДВИЧ С КУРИЦЕЙ

Хлеб сендвичный (например, Harris) — 80 г (2 ломтика)	Филе курицы (грудка) — 50 г
Сыр плавленый — 30 г	Масло растительное — 15 г
Огурец свежий — 25 г	Соль — 1 г
Помидор свежий — 30 г	Перец черный — 0,2 г
Лист салата — 10 г	

Сендвичный хлеб подсушить на сухой сковороде, в духовом шкафу или в тостере до золотистого цвета и хрустящей корочки.

Филе курицы слегка отбиваем, солим, перчим и обжариваем на сковороде до готовности со всех сторон.

Пока курица жарится, одну из сторон поджаренного тоста смазываем плавленым сыром и кладем на него лист салата. Сверху выкладываем помидоры, нарезанные тонкими кружочками, на них — тонкие пластики свежих огурцов.

Готовую курицу нарезаем под углом на небольшие ломтики и выкладываем на огурец.

Накрываем вторым куском сендвичного хлеба, тоже смазанного сливочным сыром, смазанная сторона — вниз, к курице.

Разрезаем пополам по диагонали — так удобнее есть. **Приятного аппетита!**

ПОЧЕМУ АЛЛЕРГИКОВ СТАНОВИТСЯ **ВСЁ БОЛЬШЕ?**

АЛЛЕРГИЯ — ПОВЫШЕННАЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ ИММУННОЙ СИСТЕМЫ НА ИЗНАЧАЛЬНО БЕЗОБИДНЫЕ ВЕЩЕСТВА. ГИПЕРЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ МОЖЕТ РАЗВИТЬСЯ НА РАЗЛИЧНЫЕ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ, ШЕРСТЬ ЖИВОТНЫХ, ПЫЛЬЦУ РАСТЕНИЙ, ХИМИКАТЫ, ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ И ПРОЧИЕ ВЕЩЕСТВА. УСТАНОВЛЕНО, ЧТО ЗА ПОСЛЕДНИЕ 80–100 ЛЕТ КОЛИЧЕСТВО АЛЛЕРГИКОВ НЕУКЛОННО РАСТЕТ. ПРИ ЭТОМ С КАЖДЫМ ДЕСЯТИЛЕТИЕМ ТЕМП УСКОРЯЕТСЯ. ТОЧНЫЕ ПРИЧИНЫ ТАКОГО ЯВЛЕНИЯ ПОКА НЕИЗВЕСТНЫ, НО ИССЛЕДОВАТЕЛИ ПРЕДЛАГАЮТ НЕСКОЛЬКО ТЕОРИЙ

ОТСРОЧЕННОЕ ВВЕДЕНИЕ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ В РАЦИОН

Возрастающее число людей с пищевой аллергией можно объяснить поздним введением определенных продуктов питания в рацион. В частности, это было показано в серии исследований LEAP (Learning Early About Peanut), в которых изучались возможные причины развития аллергии на арахис. Исследования в рамках LEAP показали, что если ввести арахис на первом году жизни ребенка, то вероятность развития аллергии снижается на 80%. Вполне вероятно, что отсроченное введение продуктов в рацион питания справедливо не только для арахиса, но и других продуктов.

ХОРОШАЯ ГИГИЕНА

Гигиена — одно из величайших достижений человечества, но у нее есть и обратная сторона. С появлением дезинфицирующих гигиенических средств дети в развитых странах стали намного реже сталкиваться с инфекциями. А в детском возрасте крайне важно, чтобы организм познакомился с окружающими микробами. За борьбу с паразитами и аллергию отвечают одни и те же механизмы. Поэтому, если ребенок не сталкивается с микробами, его организм начинает бурно реагировать и на безобидные вещества.



НЕДОСТАТОК ВИТАМИНА D

Еще одна теория объясняет рост аллергических заболеваний недостатком витамина D. Этот витамин помогает нашей иммунной системе адекватно реагировать на антигены. Известно, что основной источник витамина D — это солнечные лучи, под воздействием которых он вырабатывается в организме. Дефицит витамина D приводит к ряду заболеваний и состояний, в том числе и к аллергическим реакциям.

ЗАГРЯЗНЕНИЕ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

Ухудшение экологических условий приводит к росту аллергических заболеваний. Об этом свидетельствуют десятки крупных исследований. В одном таком, проведенном в Германии, выяснилось, что дети, живущие возле крупных автомобильных магистралей на 50% чаще страдают аллергическими заболеваниями, по сравнению с детьми, живущими вдали от шоссе.

Кроме того, вследствие загрязнения воздуха цветочная пыльца становится более мощным аллергеном. **EM**

МЕДПОРТАЛ.РУ

SHUTTERSTOCK.COM / VILCORN PHOTOS

Реклама

 **Евромед**

CHECK UP ПРОГРАММЫ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

НАШ ПРИОРИТЕТ - ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

"Мужское здоровье"

- Первичный и повторный прием специалистов
- Комплексное обследование организма
- Своевременная диагностика
- Обнаружение предпосылок и выявление заболеваний на начальной стадии

от 18 500 ₽

"Женское здоровье"

- Первичный и повторный прием специалистов
- Комплексное обследование организма
- Выявление заболеваний органов женской половой системы
- Своевременная и профессиональная помощь

от 19 000 ₽

"Здоровое пищеварение"

- Первичный и повторный прием специалистов
- Комплексное обследование организма
- Раннее выявление нарушений и патологий органов ЖКТ
- Обследование полезно для здоровых людей, заботящихся о качестве жизни и здоровья

от 13 700 ₽

"Здоровое сердце"

- Первичный и повторный прием специалистов
- Получение полной информации о состоянии Вашей сердечно-сосудистой системы
- Выявление факторов риска и скрытых патологических процессов
- Своевременная и профессиональная помощь

от 18 500 ₽

ОСЕНЬ 2022

№ 3 (49)

Здоровье

от СТИЛЬ ДЕНТ

16+

СЕРЬЕЗНЫЕ
ПОСЛЕДСТВИЯ
НЕПРАВИЛЬНОГО
ПРИКУСА

ЛЕЧЕНИЕ
ДЕТЕЙ
ПОД
НАРКОЗОМ

НУЖНО ЛИ УДАЛЯТЬ
ЗУБЫ МУДРОСТИ

ВООРУЖЕНЫ
ДО ЗУБОВ —
ЛЕЧЕНИЕ ПОД МИКРОСКОПОМ

СТИЛЬ
ДЕНТ
СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ
КЛИНИКА