

# №55 ЗДОРОВЬЕ



**Евромед**

группа компаний

## ВЕСЕННИЙ УХОД

бьюти-микроблоги  
врачей «Евромед»

## ЛАПАРОСКОПИЯ:

современный подход  
к операциям

## МОММУ MAKEOVER

Возвратиться  
в форму после  
родов



# СТАЦИОНАР ЕВРОПЕЙСКОГО УРОВНЯ

- КРУГЛОСУТОЧНАЯ ТРАВМАТОЛОГИЯ
- МНОГОПРОФИЛЬНАЯ ХИРУРГИЯ
- ОТДЕЛЕНИЕ ПОЛНОЙ ДИАГНОСТИКИ

+7 (383) 209 03-03

ул. Писарева, 68



## ЗДОРОВЬЕ от Евромед ВЕСНА 2024

**Учредитель и издатель:**  
ООО «Андромед- клиника»,  
Адрес: 630005, ул. Гоголя, 42,  
тел. (383) 209-03-03

**Лицензия на осуществление  
медицинской деятельности:**  
№ Л О-54-01-005-473  
от 28 июня 2019 г.

**Создание журнала:**  
М.Б. Мирошниченко

**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:**  
ИД «Вояж», 630048,  
Новосибирск,  
Немировича-Данченко, 104  
Дата выхода в свет: 1.12.2023 г.  
Тираж 950 экз.  
Распространяется бесплатно.

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

**ГЛАВНЫЙ ВРАЧ**

Ирина Владимировна  
Подволоцкая



*Долгожданная весна на пороге. Солнце заглядывает в окна, природа просыпается, настроение всё лучше. Кстати, то, что люди весной чаще улыбаются – это научный факт. Становится ощутимо теплее, а значит, все ближе пора утренних пробежек и занятий спортом на открытом воздухе.*

*Этот номер журнала получился очень весенним. После сибирских холодов, зимних перепадов температуры и сухого воздуха от радиаторов в помещениях в особом питании нуждается весь организм. На страницах этого выпуска вы прочтаете о том, как помочь коже лица засиять, как позаботиться о своем теле и получить изящные изгибы, а также о том, какой уход весной требуется волосам и коже головы.*

*По традиции мы снова побеседовали с врачами про укрепление иммунитета в период весеннего подъема заболеваемости и составили топ-10 продуктов для иммунитета – список, с которым вам*

*стоит сходить в магазин. В этом выпуске вы найдете интересный текст об эстетическом восстановлении после родов. В нем наши пластические хирурги подробно рассказывают о новой для клиники «Евромед» процедуре «MommyMakeover» – такой популярной сегодня среди молодых мам. Затронули и тему, которая так или иначе касается каждого, кому приходится сталкиваться с хирургическим вмешательством: анестезия. Анестезиолог-реаниматолог клиники подробно ответил на многие популярные вопросы и развенчал основные мифы.*

*Во второй части журнала мы разместили примеры работ стоматологов сети клиник «СтильДент», на снимках представлена исходная ситуация и результат лечения. Также в этом выпуске поднимается важная для родителей тема: лечение зубов детям под наркозом.*

*Интересного вам чтения.*

**Коллектив клиники от души поздравляет всех девушек и женщин с Международным женским днём! Пусть эта весна будет особенной. Будьте здоровы!**

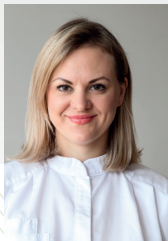
## КОНСУЛЬТАНТЫ НОМЕРА



**Ирина Владимировна ПОДВОЛОЦКАЯ**  
ОТОРИНОЛАРИНГОЛОГ,  
КАНДИДАТ  
МЕДИЦИНСКИХ  
НАУК, ГЛАВНЫЙ ВРАЧ



**Павел Александрович КОЖЕВНИКОВ**  
ВРАЧ-ПЛАСТИЧЕСКИЙ  
ХИРУРГ, ДЕТСКИЙ  
ХИРУРГ, ДЕТСКИЙ  
УРОЛОГ



**Ольга Васильевна ЦВЕТКОВА**  
ВРАЧ-ТЕРАПЕВТ



**Александр Владимирович ГАЛУЗА**  
АНЕСТЕЗИОЛОГ-  
РЕАНИМАТОЛОГ



**Мария Александровна КОЖЕВНИКОВА**  
ВРАЧ-ПЛАСТИЧЕСКИЙ  
ХИРУРГ



**Роман Олегович ЯКУТИН**  
ВРАЧ-ДЕРМАТОВЕНЕ-  
РОЛОГ, КОСМЕТОЛОГ,  
ТРИХОЛОГ



**Галина Владимировна ВОСТРИКОВА**  
АЛЛЕРГОЛОГ-  
ИММУНОЛОГ,  
КАНДИДАТ  
МЕДИЦИНСКИХ НАУК



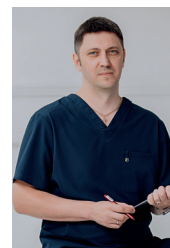
**Людмила Евгеньевна ЛИ**  
ПОДОЛОГ, СПЕЦИАЛИСТ  
ПО МЕДИЦИНСКОМУ  
АППАРАТНОМУ  
ПЕДИКЮРУ И КОРРЕК-  
ЦИИ ВРОСШИХ НОГТЕЙ



**Георгий Александрович ВОЛКОВ**  
МАССАЖИСТ



**Андрей Владимирович ПИНЬЧУК**  
ЗАМЕСТИТЕЛЬ  
ГЛАВНОГО ВРАЧА ПО  
ХИРУРГИИ, РУКОВОДИ-  
ТЕЛЬ ХИРУРГЧЕСКОЙ  
СЛУЖБЫ, ВРАЧ-ХИРУРГ



**Данил Александрович БРЕДИХИН**  
ВРАЧ-ОНКОЛОГ,  
ХИРУРГ, МАММОЛОГ



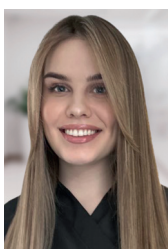
**Николай Викторович СОПИЛЬНЯК**  
ГЛАВНЫЙ ВРАЧ, РУКО-  
ВОДИТЕЛЬ ХИРУРГИ-  
ЧЕСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ,  
СТОМАТОЛОГ-ХИРУРГ,  
ИМПАНТОЛОГ



**Анастасия Александровна ГЛОБИНА**  
ЗАМЕСТИТЕЛЬ  
ГЛАВНОГО ВРАЧА,  
РУКОВОДИТЕЛЬ  
ОРТОПЕДИЧЕСКОГО  
ОТДЕЛЕНИЯ, СТОМАТО-  
ЛОГ-ОРТОПЕД



**Евгений Юрьевич АРХИПОВ**  
СТОМАТОЛОГ-  
ХИРУРГ, ИМПАН-  
ТОЛОГ



**Нона Амирановна БАРАМИДЗЕ**  
СТОМАТОЛОГ-  
ТЕРАПЕВТ



**Галина Анатольевна АРТАМОНОВА**  
ДЕТСКИЙ СТОМАТОЛОГ,  
СТОМАТОЛОГ-  
ТЕРАПЕВТ



**Диана Александровна ЖУКОВА**  
СТОМАТОЛОГ-  
ТЕРАПЕВТ

**8** АКТУАЛЬНО  
ВСЕ, ЧТО ВАМ  
НУЖНО ЗНАТЬ  
О СЕЗОННОЙ  
АЛЛЕРГИИ

**12** ТЕМА НОМЕРА  
БЬЮТИ-  
МИКРОБЛОГИ ВРАЧЕЙ  
«ЕВРОМЕД»

**18** ПРОСТО  
О СЛОЖНОМ  
СПОСОБЫ  
УДАЛЕНИЯ  
НОВООБРАЗОВАНИЙ  
НА КОЖЕ

**10** АКТУАЛЬНО  
ВОСПОЛЬНИТЬ  
УТРАЧЕННОЕ,  
СОХРАНИТЬ ВАЖНОЕ

**16** ТЕМА НОМЕРА  
МОММУMAKEOVER.  
ВОЗВРАТИТЬСЯ В  
ФОРМУ ПОСЛЕ РОДОВ

**21** ХИРУРГИЯ  
ЛАПАРОСКОПИЯ:  
СОВРЕМЕННЫЙ  
ПОДХОД  
К ОПЕРАЦИЯМ



**28** ДО/ПОСЛЕ  
ВИНИРЫ, КОРОНКИ,  
КАРИЕС

**30** ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ  
ЗАБОЛЕВАНИЯ  
В СТОМАТОЛОГИИ:  
КАК ВЫЯВИТЬ  
И ВЫЛЕЧИТЬ

**33** ХИРУРГИЧЕСКАЯ  
СТОМАТОЛОГИЯ  
АНЕСТЕЗИЯ -  
ЭТО НЕ СТРАШНО

**36** ДЕТСКАЯ  
СТОМАТОЛОГИЯ  
5 САМЫХ ЧАСТЫХ ВОПРОСОВ О ЛЕЧЕНИИ  
ЗУБОВ ПОД НАРКОЗОМ У ДЕТЕЙ

**Стиль Дент**   
СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА



## **Врачи клиник «Евромед» и «СтильДент» стали лидерами Премии «ПроДокторов 2023»**

Итоги Всероссийской Премии «ПроДокторов 2023» подвели в ноябре. В прошедшем году на звание «Лучший» претендовали почти 700 тысяч врачей с разных уголков нашей страны и 50 тысяч клиник. Победителей Премии определяли по количеству отзывов, которые пациенты оставляли на портале с 1 ноября 2022 года по 31 октября 2023 года.

Результаты Премии были опубликованы 1 ноября - определены по 3 лучших врача в каждом регионе. Лидерами рейтинга «ПроДокторов 2023» в Новосибирской области стали 7 врачей клиники «Евромед» и 3 врача сети клиник «СтильДент»:

**1 место: гастроэнтеролог Гюльнара Марсовна Беликова;**  
**1 место: хирург Юрий Дмитриевич Гирич;**  
**1 место: уролог Олег Владимирович Абаимов;**  
**2 место: массажист Георгий Александрович Волков;**  
**2 место: пульмонолог Евгения Николаевна Селиванова;**  
**2 место: ортодонт Светлана Евгеньевна Алексейчук;**  
**2 место: стоматолог-хирург Алексей Валентинович Басалаев;**



**3 место: гинеколог Светлана Игоревна Безменова;**  
**3 место: детский хирург Павел Александрович Кожевников;**  
**3 место: стоматолог-хирург Андрей Олегович Чернов.**

Хирург «Евромед» Юрий Дмитриевич Гирич стал номинантом Гран-при ПроДокторов. У него один из самых высоких национальных рейтингов на портале. Он занял свое место в тройке лучших врачей в стране в своей специальности.

Мы благодарим всех, кто голосовал за врачей нашей клиники. Каждый довольный пациент – это наш стимул развиваться и расти в профессии.



### **Мы собрали гуманитарную помощь для подопечных «Солнечного города»**

В декабре врачи клиник «Евромед» и «СтильДент» поучаствовали в благотворительной акции «Сладкий сон». В больницы Новосибирска, где лежат одинокие детки, за которыми ухаживают профессиональные няни фонда «Солнечный город», была доставлена гуманитарная помощь. Наши врачи собрали малышам все необходимое: памперсы, жидкое мыло, детские крема, шампуни, ватные диски, ватные палочки, влажные салфетки, присыпки, одноразовые пеленки. Помощь подопечным «Солнечного города» уже стала доброй традицией для клиник – мы делаем это постоянно.



### **Врачи «Евромед» совершенствуют комплексный подход к диагностике и лечению заболеваний**

Кандидат медицинских наук, врач-гастроэнтеролог Елена Евгеньевна Моисеенко прочитала лекцию коллегам – оториноларингологам, терапевтам, гастроэнтерологам клиники «Евромед» о непищеводных проявлениях гастроэзофагеальной рефлюксной болезни (ГЭРБ). Врач рассказала о том, что иногда ГЭРБ проявляется не только изжогой, болезненным проглатыванием или неприятными ощущениями в области пищевода, но и хроническим кашлем (фарингитом), дефектом зубной эмали, дефектами слизистой полости рта. Основные цели лекции – корректная диагностика заболевания и последовательная совместная работа врачей различных специальностей в вопросе ее лечения. Зная о стоматологических и оториноларингологических проявлениях болезни, терапевты, стоматологи, оториноларингологи смогут поставить верный диагноз и направить к гастроэнтерологу для лечения.

## Пластические хирурги клиники побывали в Объединенных Арабских Эмиратах на Международной конференции по реконструктивной пластической хирургии

Самые известные пластические хирурги в области пластики лица, груди, ринопластики и пластики тела встретились на конгрессе в январе 2024 года в крупнейшем городе ОАЭ – Дубай. В числе участников были и пластические хирурги клиники «Евромед» Мария Александровна и Павел Александрович Кожевниковы.

Врачи из Новосибирска послушали доклады коллег, рассказали о себе и своей практике, посетили выставку, где приобрели новые инструменты, которые сейчас активно используют в своей практике и побывали на экскурсии в клинике пластической хирургии г. Дубай.

«Это была очень насыщенная и полезная поездка. Мы вынесли для себя множество интересных методик, которые касаются пластики груди и лица, – говорит Мария Александровна. – За три дня мы успели изучить оборудование, познакомиться с представителями фирм по изготовлению имплантатов, которые используют во всем мире и обменяться опытом с коллегами из других стран».



## Стоматологи «СтильДент» учатся у лучших

Весна – пора обучений для докторов наших клиник. Для врачей это возможность получить новые знания, еще больше усовершенствовать свои навыки и умения, а также обменяться опытом с коллегами стоматологами.

Первое мероприятие, в котором приняли участие стоматологи «СтильДент» в этом году состоялось 3 и 4 февраля. В Новосибирск приехал один из ведущих хирургов-имплантологов – Михаил Дзюба. Его семинар «Цифровые протоколы немедленной нагрузки с разной

степенью атрофии» посетили 7 врачей клиники, среди которых главный врач, руководитель хирургического отделения «СтильДент», стоматолог-хирург, имплантолог Николай Викторович Сопильняк, заместитель главного врача, руководитель ортопедического отделения «СтильДент», стоматолог-ортопед Анастасия Александровна Глобина, стоматолог-хирург, имплантолог Евгений Юрьевич Архипов, челюстно-лицевой хирург, имплантолог Андрей Олегович Чернов, руководитель направления цифровых технологий ортопедической стоматологии «СтильДент», стоматолог-ортопед Алексей Андреевич Богомолов, стоматолог-ортопед Дмитрий Викторович Душин.



Еще одно мероприятие, которое мы не могли оставить без внимания – семинар Азата и Алисы Фазлиевых «Ортодонтия на стыке концепций». В нем приняла участие стоматолог-ортодонт сети клиник «СтильДент» Влада Вячеславовна Кузнецова. Стоматологи узнали много нового. Теперь они с удовольствием будут применять полученные знания на практике в сети клиник «СтильДент».



# ВСЕ, ЧТО ВАМ НУЖНО ЗНАТЬ О СЕЗОННОЙ АЛЛЕРГИИ

**Поллиноз или «сенная лихорадка» все чаще заставляет людей разных возрастов обращаться к врачу. Нередко у тех, кто страдает сезонной аллергией, с приходом весны нарушается привычная жизнь. Резкий запах от цветов и растений, пыль и пыльца провоцируют чихание, слезотечение, заложенность носа, насморк, першение в горле такой силы, что человек не в состоянии учиться, работать и даже заниматься домашними делами. Для того чтобы соблюсти принцип: «Предупрежден, значит вооружен», – мы составили список того, что действительно нужно знать о поллинозе.**

**1.** Предрасположенность к сезонной аллергии передаётся по наследству. А вот проявится заболевание или нет – предсказать трудно. Спровоцировать поллиноз может все, что ослабляет иммунитет: стресс, неправильное питание, курение и другое. Однако, списывать все на гены тоже неправильно, аллергия вполне может быть и приобретенной.

**2.** Самые сильные аллергены – растения и цветы с очень мелкой неровной пыльцой. Цветы с резким запахом в этом плане не так «страшны». А вот береза, у которой крошечная рифленая пыльца (размером всего 0,0025 мм) и ольха – по-настоящему опасны для аллергиков.



**3.** Кристально чистая квартира от аллергии не спасет. Даже наоборот. Существует гипотеза, что ребенок, живущий в стерильных условиях, более подвержен аллергии, чем другой такой же ребенок из квартиры напротив, где проводят уборку раз в три дня. Нормальная среда с вирусами и бактериями – стимул для развития иммунной системы.

**4.** Тополиный пух сам по себе не является аллергеном. Все дело в пыльце цветущих луговых трав, которые прячутся в комках пуха – на нее и реагируют все те, кто страдает поллинозом.

**5.** Аллергия опасна. Ее можно и нужно лечить. Некоторые люди до сих пор считают, что идти к врачу с этим заболеванием бессмысленно. А зря. Сегодня существует метод, доказавший свою эффективность в лечении аллергии – аллерген-специфическая иммунотерапия (АСИТ). В противном случае можно заполучить бронхиальную астму, отит, синусит или полипоз.

Наш консультант:  
аллерголог-иммунолог,  
кандидат медицинских наук  
**Галина  
Владимировна  
Вострикова**





# ТОП 10 ПРОДУКТОВ ДЛЯ ИММУНИТЕТА



## ЗЕЛЕННЫЕ ЛИСТВЕННЫЕ ОВОЩИ

содержат большое количество клетчатки и водорастворимых витаминов, фолиевой кислоты, что помогает улучшить пищеварение и благотворно влияет на нервную систему.



## СЕМЕНА (ТЫКВЕННЫЕ, ПОДСОЛНЕЧНЫЕ, КОНОПЛЯНЫЕ, ЧИА)

богаты цинком, магнием, триптофаном, полиненасыщенными жирными кислотами, являются незаменимыми строительными «кирпичиками» для организма.



## МАСЛО (ОЛИВКОВОЕ, СЛИВОЧНОЕ, КОКОСОВОЕ, ГХИ)

источник витаминов А, В, С, D, Е и К, а также Омега-3 и Омега-6. Регулярное употребление масел позволяет улучшить метаболизм, замедлить старение, повысить выносливость.



## ЯГОДЫ (ЛЮБЫЕ, КРОМЕ АРБУЗА)

богаты антиоксидантами, имеют мощные антисептические свойства, улучшают обмен веществ, их минеральная составляющая богата и разнообразна: витамин С, калий, кальций, кремний, железо, и много клетчатки.



## ОРЕХИ (ПЕКАН, ФУНДУК, КЕШЬЮ, МИНДАЛЬ, ГРЕЦКИЙ, КЕДРОВЫЕ)

являются продуктами-антидепрессантами, укрепляют иммунную систему, улучшают память и гормональный фон, помогают работе кишечника.



## ГОРЬКИЙ ШОКОЛАД (85% И ВЫШЕ)

содержит флавоноиды особой группы, которые обладают противовоспалительным действием. Помимо этого какао-бобы активируют серотонин, который делает нас счастливыми.



## КВАШЕНАЯ КАПУСТА

содержит в своем составе кладезь витаминов (А, С, Е, Н, К, РР, U, группы В), и макро- и микроэлементов. Повышает сопротивляемость к простудным заболеваниям, заряжает энергией, способствует усвоению белка, укрепляет зубы и десна.



## КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (КЕФИР, РЯЖЕНКА, ЙОГУРТ, ТВОРОГ)

они помогают нормализовать здоровую флору в кишечнике, а в нем, как известно, формируется более 70% всего иммунитета. Также богаты кальцием, фосфором, незаменимыми аминокислотами.



## КОСТНЫЙ БУЛЬОН

содержит множество питательных веществ, таких как коллаген, аминокислоты, минералы и глюкозамин. Эти элементы поддерживают здоровье суставов, кожи, волос и ногтей, а также способствуют заживлению слизистой оболочки желудка.



## ИМБИРЬ

продлевает чувство сытости, повышает иммунитет, избавляет от головной боли, нормализует кровообращение, улучшает качество кожи.

Статью подготовила врач-терапевт  
Ольга Васильевна Цветкова

# ВОСПОЛНИТЬ СОХРАНИТЬ УТРАЧЕННОЕ ВАЖНОЕ

**Недостаток витаминов наблюдается сегодня очень у многих. Особенно остро он ощущается после зимы, когда мы испытываем сонливость, вялость, слабость. После трех месяцев холода иммунная система становится более уязвимой из-за перепада температур, гиповитаминоза и близкого контакта с вирусами в закрытых помещениях. О том, как восполнить дефициты, укрепить иммунитет и преумножить то, что осталось – в тексте ниже.**



В целом состояние иммунной системы человека зависит больше от образа жизни, генетики и наличия хронических заболеваний, нежели от сезонности. Но зимой неизбежно происходят процессы, которые неблагоприятно влияют на иммунитет. Например, из-за ограниченного воздействия солнечного света на кожу практически все люди испытывают дефицит витамина D. Однако влияние сезонов на уровни витаминов может различаться в зависимости от образа жизни, диеты и других факторов.

## Симптомы нехватки витаминов

Недостаток витаминов в организме обычно проявляется весьма различными признаками. К ним могут относиться, например, усталость, слабость, потеря веса, проблемы с кожей, волосами и ногтями, снижение работоспособности, бессонница или изменения настроения, а также возможны расстройство пищеварения. Следует обращать внимание на изменения в энергии, аппетите и общем физическом самочувствии, а так же регулярно проходить чекап.

## Как укрепить иммунитет и восполнить недостатки

Укрепление иммунитета - это всегда комплекс мер, который включает в себя:



**Разнообразное питание:** ежедневное употребление разноцветных продуктов по принципу радуги поможет получить все необходимые витамины и минералы.



**Активный образ жизни:** регулярные физические нагрузки помогают укрепить иммунитет.



**Качественный сон:** семи-, восьмичасовой сон в сутки идеален для организма, также для оптимальной выработки мелатонина важно ложиться до 23 часов.



**Управление стрессом:** занятия йогой, медитации, хобби, встречи с друзьями – это могут быть любые методы расслабления.

Прежде чем принимать любые витамины, лучше сначала сходить к специалисту и сдать анализы. Однако некоторые витамины и минералы можно принимать без лабораторного подтверждения дефицита. Например, магний, который участвует практически во всех энергетических реакциях в организме, используется во многих протоколах, и за счёт того, что он очень легко и быстро вымывается, практически невозможно организовать его переизбыток. Также есть ряд витаминов, лабораторная диагностика которых будет неинформативна, а некоторые дефициты мы можем заподозрить уже по клиническим симптомам, на основании осмотра, либо по косвенным признакам других лабораторных исследований. Важно помнить, что любой прием витаминов необходимо осуществлять строго по назначению, так как их переизбыток также вреден, как и недостаток.

Что касается поливитаминов, то здесь все не так однозначно. Есть некоторые состояния, при которых показан приём поливитаминов, например, беременность, но в целом это не панацея. Если есть дефицит какого-либо витамина или микроэлемента, скорее всего в поливитаминах его содержание будет низким и не закроет потребности организма. Поэтому эффективнее и безопаснее подбирать набор витаминов и нутрицевтиков индивидуально.

## Как восполнить дефициты с помощью продуктов?



**//** *Ешьте радугу. Каждый день включайте в рацион пять цветов растительных продуктов: белые/бежевые, красные, зелёные, фиолетовые и желто-оранжевые. Такой подход поможет обеспечить разнообразие витаминов, минералов, фитонутриентов и разных типов волокон клетчатки. Плюс ко всему это просто очень красиво! Используйте миксы зелени, бобовых, разнообразные заморозки. Я предлагаю пациентам вешать трекер цветов на холодильник и отмечать всей семьей те цвета, которые присутствовали в их рационе в этот день. Для детей это дополнительный стимул не отставать в таком увлекательном соревновании.* **//**

### Витамины, которые положительно влияют на иммунитет после зимы:

- **Витамин Д** способен помочь иммунной системе противостоять легочным инфекциям и предотвратить возникновение вирусных заболеваний. Крупные исследования показывают тесную связь между дефицитом гормоноподобного витамина Д и тяжестью инфекционного или вирусного заболевания.
- **Цинк** играет важную роль в поддержке иммунной системы. Он участвует в активации и функционировании белых кровяных клеток, антител и других элементов иммунной системы.
- **Витамин С** способен защитить организм от инфекций путем улучшения работы клеток крови, разрушающих бактерии и вирусы.
- **Кверцетин** – флавоноид, природный антиоксидант, обладает антиоксидантными и противовоспалительными свойствами.



Наш консультант:  
врач-терапевт  
**Ольга  
Васильевна  
Цветкова**





Врач-дерматовенеролог,  
косметолог, трихолог  
**Роман Олегович  
Якутин**

## О волосах и коже головы

После зимы наши волосы и кожа головы требуют особого внимания. Самая частая проблема — обезвоживание. Это связано с тем, что холод затрудняет естественный процесс регенерации клеток. Резкие перепады температур, когда мы выходим из теплых помещений на улицу и наоборот, также могут привести к стянутости, пересушиванию и раздражению кожи головы.

К проблемам с кожей головы и волосами также нередко приводит неправильный головной убор или его отсутствие. Шапка или шарф просто необходимы зимой, однако они должны быть качественными иначе проблемы можно только усугубить. Так, например, плотная шапка из шерсти или синтетического материала с большой вероятностью создаст естественный парниковый эффект, который повлечет за собой повышенное потоотделение и чрезмерную влажность кожи головы. Все это может спровоцировать развитие себорейного дерматита и зуд. Отсутствие головного убора зимой, весной, осенью может привести к преждевременному выпадению волос. Дело в том, что холод вызывает спазм сосудов кожи головы. Так нарушается приток крови к волосам, и они лишаются питания.

Решить все эти проблемы, восстановить волосы и привести в порядок кожу головы поможет салонный уход. Первый и наиболее важный этап такого ухода весной — глубокое очищение. Зимой на коже головы и волосах неизбежно накапливается излишек себума, загрязнения и остатки стайлинговых продуктов. Правильное очищение поможет избавиться от этих отложений, освободить поры и обеспечить здоровую среду для волос и кожи головы.

Следующим важным шагом является увлажнение. В салонах красоты часто предлагают именно процедуры глубокого увлажнения — специальные маски и обертывания, которые помогают восстановить уровень влаги, укрепить волосы и

## МИКРОБЛОГИ ВРАЧЕЙ

### «ЕВРОМЕД»

предотвратить пересыхание и ломкость.

Помимо очищения и увлажнения, салонный уход включает в себя и другие процедуры, направленные на улучшение состояния волос и кожи головы. Часто к пилингам и маскам добавляют массаж кожи головы. Он стимулирует кровообращение и способствует росту волос.

Помимо салонного ухода необходимо уделять особое внимание коже головы и волосам дома. Для этого достаточно иметь на своей тумбочке в ванной три продукта: шампунь и кондиционер для очищения и увлажнения, эксфолиант кожи головы для стимуляции естественного процесса обновления клеток и масло для ухода за кожей головы, которое помогает справиться с перхотью и увлажнить сухую кожу головы, а также обладает противовоспалительными свойствами.

### Топ 3 процедуры для восстановления волос, которые доступны в клинике «Евромед»:

#### 1. Озонотерапия головы

Проводится для улучшения состояния кожи головы, лечения перхоти, псориаза и грибка, ускорения роста волос и восстановления их естественного цвета. Также озонотерапия эффективна для борьбы с выпадением волос.

#### 2. Плазмотерапия волос и кожи головы

Метод лечения заболеваний волос и кожи головы, основанный на использовании внутренних восстановительных резервов организма. Суть методики в воздействии на кожу и волосные фолликулы богатой тромбоцитами плазмы крови.

#### 3. Мезотерапия для волос

Инъекционная методика, основанная на введении под кожу специального препарата, в состав которого входят витамины, пептиды и микроэлементы для восстановления волос. Процедура направлена на ускорение роста волос и решение проблемы их выпадения.



Массажист клиники  
«Евромед»  
**Георгий Александрович  
Волков**

## О теле

С наступлением весны появляется все больше желающих подготовиться к «сезону открытой одежды». Одна из самых популярных процедур в этот период антицеллюлитный массаж. Он представляет собой сочетания различных методик массажа с интенсивной механической проработкой проблемных зон. Выполняя его, массажист активно разбивает подкожно-жировую клетчатку, стимулируя тем самым приток и отток лимфатической жидкости. При этом активизируется система кровообращения и из клеток выводятся токсины и шлаки.

Это хороший инструмент для поддержания своего тела, но похудеть или убрать апельсиновую корку одним лишь массажем вряд ли получится. Я всегда советую своим пациентам подходить к этому вопросу комплексно: помимо антицеллюлитного массажа найти время в

своем графике для кардиотренировок, а также пересмотреть питание. Сочетание этих трех простых действий практически всегда дает отличные результаты. Исключение – гормональные изменения в организме. Поэтому совсем идеально: сначала посетить врача, сдать необходимые анализы, чтобы посмотреть гормоны, дефициты и оценить общее состояние организма и только потом записываться на массаж и в зал.

Если говорить о том, в какой последовательности сочетать массаж и кардио, то здесь есть несколько правил. Во-первых, антицеллюлитный массаж лучше делать в вечернее время, а после уделить часик тренировки. Совсем обязательно для этого идти в спортзал, хотя желательно. Но если такой возможности нет, просто пройдите в горку быстрым шагом – массаж улучшит циркуляцию крови и лимфы, а ходьба даст физическую нагрузку. Все это вместе будет способствовать сжиганию жира.

Во-вторых, в этом вопросе важна регулярность. Если для видимого эффекта часто достаточно 10 сеансов антицеллюлитного массажа, то со спортом и с питанием так не получится. Настройтесь на постоянное присутствие физических нагрузок в вашей жизни и всегда следите за питанием. Конечно, каждый человек индивидуален и путь к похудению или избавлению от целлюлита, как правило, становится понятен уже после первого сеанса массажа.





Подолог, специалист по медицинскому аппаратному педикюру и коррекции вросших ногтей

**Людмила Евгеньевна Ли**

## О ступнях и ногтях

Существует мнение, что педикюр зимой делать незачем, но это совсем не так. Если речь идет о декоративном покрытии ногтей гель-лаком, то отказ от данной процедуры на сезон «закрытых ног», безусловно, является верным решением. Понятие гигиенического педикюра несколько шире: это не про украшение ногтей, а про уход и заботу о коже и ногтях, про ощущение комфорта и профилактику заболеваний. И, конечно, гигиена должна быть регулярной. Трудно представить себе такого человека, который перестанет себе подстригать ногти на ногах, просто потому, что их не видно. К тому же существует ряд проблем, решать которые необходимо в любой сезон.

К таким относятся мозоли и натоптыши – следствие реакции кожи на механическое воздействие, когда в местах повышенной нагрузки на кожу мы видим внешнее ее раздражение в ответ на чрезмерное давление или трение. Трещины могут быть симптомом инфекционного заболевания кожи. Причин появления всех перечисленных проблем много: обувь, чулочно-носочные изделия, образ жизни, ортопедические деформации скелета стопы, шрамы и рубцы, вирусные бородавки, системные заболевания организма, возрастные и гормональные особенности организма и др. К сезону это не имеет ровным счетом никакого отношения. Что с этим делать? Здесь нет одного универсального рецепта на все случаи. Наиболее правильный путь решения – консультация подолога, в ходе которой определится причина появления жалоб исходя из локализации проблемы и общего состояния здоровья. И тогда, воздействуя на причину появления дефекта кожи, можно добиться значительного улучшения ее состояния.

Вросшие ногти – также одна из самых распространенных проблем. Если ноготь уже врос, лучшее что можно сделать – обра-

ботиться к специалисту (подологу или хирургу), а до приема снизить физическую нагрузку на ту конечность, обеспечить покой и чистоту. В подавляющем большинстве случаев врастание появляется по причине неправильной обработки ногтей в сочетании с неправильно подобранной обувью. Подстригать ногти нужно прямо, не застригая уголки внутрь. Если присутствует патологическое скручивание или утолщение ногтей, то самым верным решением будет доверить это дело подологу. Самостоятельно очень трудно под правильным углом безопасно придать форму и длину деформированным и/или утолщенным ногтям. Также негативно сказывается и чрезмерная обработка ногтей, что часто бывает при их подготовке к последующему покрытию гель-лаком, в результате которой края ногтевых пластинок теряют свою природную толщину и гладкость, становятся истонченными, пропиленными, расслоенными – такие ногти легко деформируются и травмируют кожу околоногтевых валиков. В плане контроля состояния ногтей самое важное значение в обуви имеют форма, длина и ширина стельки. Они должны соответствовать форме, длине и ширине стопы. Как это проверить? Нужно достать стельку из обуви, встать на нее и убедиться, что стельку, во-первых, видно и для каждого пальца на стельке есть место, т.е. никакой из них не свисает. Также имеет значение запас по длине обуви 5–7 мм, однако важно помнить про хорошую фиксацию обуви, чтобы во время движения стопа не проскальзывала в этот самый запас длины. Если форма ногтей скобкообразная или высокая арочная, то спровоцировать врастание может недостаточная высота подноски обуви.

Для того чтобы избежать большинства проблем с кожей ног и ногтями необходимо выполнять несколько несложных рекомендаций: правильно подбирать обувь в соответствии с индивидуальными особенностями формы и размеров стоп и ежедневно выполнять процедуру домашнего ухода на «раз-два-три». **Делай «раз»:** моем ноги теплой водой с мылом нейтрального или слабощелочного pH, включая межпальцевые промежутки. **Делай «два»:** после мытья тщательно просушиваем салфеткой/полотенцем, не забывая про межпальцевые промежутки промакивающими движениями, избегая избыточного трения. **Делай «три»:** наносим масло для кутикулы и крем для кожи стоп и массируем до впитывания.

## О лице

В зимне-весенний период кожа лица нуждается в особенном уходе, ей не хватает влаги и питания. Восстановить кожу после зимы и подготовить ее к жаркому лету могут помочь различные процедуры. Одна из таких биоревитализация.



Улучшить качество и плотность кожи, а также избавиться от пигментации можно с помощью процедуры фотоомоложения. В клинике «Евромед» она проводится на одном из лучших аппаратов сегодня на рынке – Nordlys Candela.

Весной рекомендуется выполнять процедуры с пролонгированным эффектом. В этом списке SMAS-лифтинг, игольчатый RF-лифтинг, collagen стимулирующие процедуры, такие как COLLOST micro, Radiesse. В клинике «Евромед» игольчатый RF-лифтинг выполняется на оригинальном аппарате InMode с насадкой Morpheus8, созданном компанией-лидером по производству оборудования для безоперационного лифтинга.



# MOMMY MAKE OVER

## ВОЗВРАТИТЬСЯ В ФОРМУ ПОСЛЕ РОДОВ



Беременность и роды – важный этап в жизни женщины. Но вместе с бесконечным счастьем, трепетом и любовью в этот период приходят значительные изменения в теле. И, если одна девушка возвращается в «добеременную» форму без особых усилий, то другой это дается очень непросто. К тому же не редко происходят такие перемены, которые спортом не корректируются - изменение формы груди, например. Предугадать, что произойдет с телом после родов совершенно невозможно, мы сталкиваемся с этим уже, что называется, «по факту». К счастью медицина не стоит на месте, так например, вернуть былую красоту и стройность мамам сегодня помогает специальная процедура MommyMakeover.

**«MommyMakeover» переводится с английского как «Преображение мамочки». Это комплекс пластических операций, которые направлены на восстановление эстетики женского тела после родов. Процедура пришла к нам с Запада и уже успела завоевать благодарность тысячи российских мам.**

### В комплекс «MommyMakeover» входят следующие операции:

#### • Маммопластика

Помогает вернуть утерянные после родов объем, форму и упругость груди. В зависимости от пожеланий пациентки, состояния тканей и вида молочных желез хирург выполняет увеличение груди, увеличение груди с подтяжкой, просто подтяжку, либо редукционную маммопластику.

#### • Интимная пластика

Решает деликатные проблемы, которые появляются после родов. Хирург работает с малыми и большими половыми губами. Операция помогает убрать эстетические дефекты, предотвратить или решить физиологические проблемы.

#### • Работа с передней брюшной стенкой

Это может быть изолированное ушивание диастаза, ушивание диастаза с пластикой фартука передней брюшной стенки – абдоминопластика.

#### • Липосакция

Избавляет от излишков жировой ткани в проблемных зонах после набора веса во время беременности: на внутренней поверхности бедер, животе и боках. Часто жировые отложения здесь невозможно убрать с помощью диеты, физических упражнений или аппаратных методик.



Первоначально врач всегда выслушивает пожелания, оценивает пациента, высказывает свое мнение о том, где и что необходимо скорректировать. Чаще всего за период беременности и кормления меняются до неузнаваемости живот и грудь, но нередко есть и менее заметные проблемы. Поэтому обычно в комплекс обязательно входит проработка триггерных зон, но составляются индивидуальные протоколы – хирург всегда внимательно подходит к подбору операций для «MommyMakeover» в каждом конкретном случае. Учтено должно быть буквально все: возраст, образ жизни, объем операции и общее состояние здоровья. Один из главных плюсов такого комплексного подхода – возможность составить план операции с учетом потребностей и желания пациента.



## ПРЕИМУЩЕСТВА «МОММУMAKEOVER»

У данного комплекса множество преимуществ. Во-первых, он позволяет одновременно выполнить целый ряд операций. Во-вторых, все манипуляции проводятся за одну госпитализацию, что очень важно, ведь благодаря этому снижается риск осложнений, связанных с анестезией и послеоперационным периодом. Женщина проходит реабилитацию однократно, сокращая срок достижения желаемого результата. Еще один весомый аргумент в пользу «MommyMakeover» – готовиться к операции и проходить обследование тоже придется только один раз.

## ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ОПЕРАЦИЯМ

«MommyMakeover» состоит из целого ряда отдельных операций, поэтому у него, как и у любого хирургического вмешательства, имеются противопоказания:

- беременность и период грудного вскармливания;
- возраст младше 18 лет;
- нарушение свертывающей системы крови;
- онкологические заболевания;
- нестабильное психоэмоциональное состояние;
- инфекционные заболевания в острой стадии: ОРВИ, герпес, туберкулез и многие другие;
- сахарный диабет, заболевания сердечно-сосудистой и других систем организма в стадии декомпенсации.

### Коротко об операции:

**Длительность операции:** в среднем 4-5 часов

**Вид анестезии:** наркоз

**Время в стационаре:** 2 суток

**Удаление швов:** через 14 дней после операции

**Окончательный результат:** спустя 6 - 12 месяцев после операции

/// Решившись на «MommyMakeover», пациентке необходимо понимать, что такой комплекс операций всегда требует внимательного соблюдения всех рекомендаций и полного доверия своему врачу. Реабилитация после операции достаточно непростая, она требует длительного, сложного восстановления. Все пройдет отлично, если пациентка будет слышать и слушать своего доктора. ///

Наш консультант:  
пластический хирург  
**Павел  
Александрович  
Кожевников**



Наш консультант:  
пластический хирург  
**Мария  
Александровна  
Кожевникова**



*В клинике «Евромед» послеродовое восстановление «MommyMakeover» проводят одновременно два хирурга: Павел Александрович и Мария Александровна Кожевниковы. Они работают в тандеме, а значит, сокращается и длительность операции. Пока один врач занимается грудью и интимной областью, другой – животом. Таким образом, сам комплекс манипуляций проводится быстрее.*

## КОГДА ПЛАНИРОВАТЬ ОПЕРАЦИЮ?

Специалисты советуют делать операцию в тот момент, когда родов больше не планируете. Беременность после «MommyMakeover», конечно, не противопоказана, но она вероятнее всего полностью нивелирует результат проделанной работы. Так, например, может снова образоваться диастаз или деформируется грудь.

Восстанавливать фигуру методом MommyMakeover оптимально спустя 6 месяцев после прекращения лактации и, не менее чем, через 1 год после родов.

## РЕАБИЛИТАЦИЯ

В среднем реабилитация длится полтора месяца. Этот период мало чем отличается от маммопластики или абдоминопластики, выполненных по отдельности. Безусловная необходимость во время реабилитации – ношение компрессионного белья. Любые физические нагрузки строго запрещены в течение двух недель после операции. Дальше разрешаются минимальные физические нагрузки, например, ходьба. После полутора месяцев пациент постепенно возвращается к нормальной жизни, в том числе и к спортивной. Ограничение есть только в случае, если маммопластика проведена с установкой имплантов. Подробные рекомендации по послеоперационному восстановлению всегда дает ваш врач перед тем как отпустить домой из стационара.

# МЕТОДЫ УДАЛЕНИЯ НОВООБРАЗОВАНИЙ НА КОЖЕ

**Современная медицина располагает большим количеством методов удаления новообразований на коже. Практически все они безболезненны и не оставляют рубцов, однако, есть и существенные отличия. Выбрать метод лечения опухоли кожи вам поможет опытный специалист – его консультация необходима, если вы решили избавиться от родинки или папилломы, например. За подробным рассказом о методах удаления новообразований мы и обратились к такому специалисту – врачу-онкологу, маммологу Даниле Александровичу Бредихину.**



Опухоли кожи делятся на две большие группы. Первая – доброкачественные новообразования кожи. К ним относятся воспалительные опухоли кожи: атерома, фолликулит, гидраденит, аномалии развития сосудов кожи: ангиопапилломы, кавернозные гемангиомы. Доброкачественными опухолями кожи также считаются папилломы, остроконечные кондиломы, кератомы, различные меланоцитарные образования и невусы.

Вторая группа — злокачественные новообразования кожи. Самые частые: базальноклеточный рак кожи (базалиома), плоскоклеточный рак кожи, меланома и другие.

На практике можно выделить еще и третью группу — новообразования, злокачественный характер которых врачи только подозревают. Сюда относятся ситуации, когда клиницистами, дерматологами, дерматологами-онкологами по клиническим проявлениям и быстрому росту новообразования не исключается злокачественный процесс, но подтверждение характера новообразования по тем или иным причинам не представляется возможным.

## СПОСОБЫ ЛЕЧЕНИЯ НОВООБРАЗОВАНИЙ

Одни из наиболее популярных способов лечения новообразований – их удаление физическими методами. К таким относятся: радиоволновое, электрохирургическое удаление, удаление с помощью лазера, жидкого азота. Общими положительными качествами всех этих процедур является бескровное удаление новообразований, простота и относительно низкая стоимость лечения.

## ДИАГНОСТИКА

Для того, чтобы определить характер и название новообразования, врачу необходимо провести тщательную диагностику. Она состоит из нескольких этапов, количество которых может меняться в каждом конкретном случае:

- **Осмотр кожных покровов и регионарных лимфатических узлов профильным специалистом;**
- **Ручная или цифровая видеодерматоскопия. Метод исследования новообразований кожи с помощью специального прибора – дерматоскопа. Таким образом врач может неинвазивно оценить и своевременно выявить признаки доброкачественных и злокачественных новообразований кожи;**
- **Соскоб либо отпечаток с поверхности опухоли или пунктат опухоли с последующим цитологическим исследованием;**
- **Биопсия опухоли с последующим морфологическим исследованием (Панч-биопсия). Малотравматичная методика биопсии, при которой производится забор кожи с целью исследования клеток биоптата и постановки диагноза.**
- **Эксцизионная биопсия новообразования кожи с гистологическим исследованием. Данный вид биопсии подразумевает удаление новообразования в пределах здоровых неизменных тканей с последующим гистологическим исследованием и установлением диагноза.**



**Важно отметить что диагноз: «Рак кожи» устанавливается только на основании цитологического или гистологического исследования!**

## • КРИОДЕСТРУКЦИЯ

Метод удаления патологических образований посредством применения низких температур. Во время процедуры используются специальные криогенные замораживающие растворы (чаще всего жидкий азот). Под воздействием критически низких температурных показателей патологические ткани охлаждаются, жидкость внутри клеток и вне их превращается в кристаллы льда. Происходит повреждение внутриклеточных структур. В результате криодеструкции жизнедеятельность клеток нарушается, ткани разрушаются и на их месте постепенно образуются здоровые клетки.

Показания: вирусные (вульгарные) бородавки, папилломы, кератомы, невусы.

Удаление образований проводится при помощи криоаппликатора. Он охлажден до температуры  $-196^{\circ}\text{C}$ . В начале процедуры врач подбирает подходящую насадку с учетом размера новообразования (наконечник должен соприкоснуться с образованием, а также прилегающей кожей в радиусе до 1,5 мм). Криоаппликатор подводят к проблемному месту на 10-30 секунд. Манипуляция повторяется несколько раз.

Общая длительность процедуры обычно не превышает 20-30 минут. Для достижения стойкого результата требуется курсовое лечение (минимум 2-3 сеанса). Отшелушивание отмерших клеток происходит через 7-14 дней, после чего возможно повторить процедуру. Кожа полностью восстанавливается через 2-3 недели после сеанса криодеструкции.

## • УДАЛЕНИЕ РАДИОВОЛНОЙ

Новообразование иссекается посредством применения высокочастотных волн — радионюжа (Сургитрон, Vesalius и другие). Аппарат использует метод преобразования электрического тока в радиоволны, которые направляются на мягкие ткани тела и рассекают их за счет тепла, выделяемого самими тканями. Удаляется тончайший слой измененной кожи, при этом окружающие здоровые ткани не повреждаются. Процедура проходит бескровно и безболезненно. К неоспоримым преимуществам этого инновационного метода также относятся быстрое заживление, отсутствие швов и рубцов, безопасность, потому что радиоволновая терапия исключает попадание в рану инфекции. Показания: папилломы, вирусные бородавки, пигментные невусы (родинки), дерматофибромы, кератомы, гемангиомы, кондиломы, сосудистые звездочки.

## • ЭЛЕКТРОКОАГУЛЯЦИЯ

Эффективный и очень распространенный метод удаления новообразований кожи. Принцип действия заключается в моментальном изменении молекулярной структуры белка с помощью электрического тока. Происходит деструкция патологических образований, некроз и гибель клеток.

Показания: папилломы, кондиломы (на коже и половых органах), вирусные бородавки, контактный моллюск, кератозы, точечные гемангиомы.

## • ЛАЗЕРНОЕ УДАЛЕНИЕ

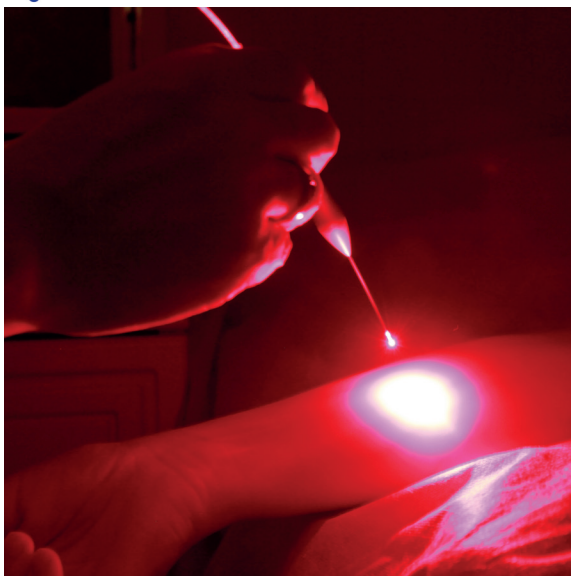
Самый эффективный, безопасный и безболезненный метод удаления новообразований. Лазерный луч действует с точностью скальпеля, не оставляя ни рубцов, ни шрамов.



## • ХИРУРГИЧЕСКОЕ ИССЕЧЕНИЕ

Данный способ чаще всего используется при больших доброкачественных новообразованиях, когда другими методами удаление новообразования невозможно. Операция, как правило, выполняется под местной анестезией. Операционная рана ушивается хирургическими нитками, удаленная опухоль отправляется на гистологическое исследование. Хирургический метод применяется при злокачественных новообразованиях и при опухолях, злокачественный характер которых врач только подозревает.

**У каждого из способов лечения новообразований существуют противопоказания. Выбрать тот или иной метод может только компетентный специалист – перед любой процедурой необходима консультация врача.**



## • ЛУЧЕВАЯ ТЕРАПИЯ

Неинвазивный метод лечения верифицированных (подтвержденных цитологическим или гистологическим способом) немеланомных злокачественных опухолей кожи. Суть метода заключается в ионизирующем радиационном уничтожении опухолевых клеток. Радиационное излучение необратимо повреждает ДНК клетки, приводящее к множественным разрывам нитей ДНК, «неправильным» сшивкам ДНК-ДНК, ДНК-белок, в конечном итоге приводящее к деградации метаболических процессов в клетке и к ее смерти. Выделяют близкофокусную, дистанционную рентгенотерапию и брахитерапию. Метод применяется при образованиях на лице, «неудобных» локализациях — веки, носогубная складка, ухо, слуховой проход, когда хирургическим методом радикально удалить образование сомнительно или не представляется возможным.

Лучевая терапия рассматривается также, когда хирургическое лечение возможно, но при этом останутся рубцы на лице. Данный метод используется, когда хирургическое удаление невозможно из-за обширного поражения кожи и подкожных структур с инвазией в мягкие ткани, мышцы, кости. Лучевая терапия рассматривается и при гигантских размерах опухоли — когда невозможно закрытия дефектов раны.

Длительность лечения составляет от 3 до 7 недель. Показания для проведения лучевой терапии определяет онкологический консилиум с участием онколога-хирурга, онколога-химиотерапевта, онколога-радиотерапевта.

## • ФОТОДИНАМИЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ (ФДТ)

Современный высокотехнологичный метод диагностики и лечения предраковых, онкологических, инфекционных заболеваний кожи. ФДТ воплотила в себе последние достижения в области химии, биологии, физиологии, физики высоких и низких энергий, достижения в области онкологии. Перед ФДТ обязательно проводится флуоресцентная диагностика, которая позволяет определить истинные размеры опухоли и еще ряд важных показателей. Фотодинамическая терапия успешно применяется для лечения всех видов впервые выявленных злокачественных новообразований кожи, рецидивных опухолей после проведенных других видов лечения, а также при метастатическом поражении кожи рака других локализаций. В числе преимуществ ФДТ: в большинстве случаев при проведении манипуляции не требуется анестезия, лечение длится один день, опухоль не «привыкает» к терапии, отсутствие грубых рубцов после лечения.



**Клиника «Евромед» располагает современной технологической базой для диагностики и лечения опухолей кожи. Квалифицированные специалисты имеют богатый опыт применения всех видов лечения.**

# ЛАПАРОСКОПИЯ:

## СОВРЕМЕННЫЙ ПОДХОД К ОПЕРАЦИЯМ

*Еще примерно 50 лет назад было сложно представить, что станет возможным вылечить внутренний орган человека, не прибегая к большой полостной операции. Сегодня удаление новообразований в брюшной полости или в органах малого таза через малюсенький прокол – наша реальность. Лапароскопические операции стали практически ежедневной рутинной работой врачей. Они наиболее безопасны, более оперативны и требуют меньшего восстановительного периода по сравнению с традиционными полостными операциями. Подробнее о лапароскопии мы поговорили с заместителем главного врача по хирургии, руководителем хирургической службы клиники «Евромед», врачом-хирургом Андреем Владимировичем Пиньчуком.*



- Андрей Владимирович, расскажите, пожалуйста, что из себя представляют лапароскопические операции и в каких отраслях медицины они применяются чаще всего?

- Лапароскопическая хирургия – это передовая методика проведения операций, при которой доступ в брюшную полость осуществляется через небольшие проколы на коже. Ранее осуществить операцию на внутренних органах пациента было возможно только обеспечив доступ к ним с помощью разреза. Лапароскопия же исключает необходимость делать большие разрезы. Хирург видит органы внутри тела с помощью тонкого инструмента – лапароскопа.

Сегодня 95% всех манипуляций в хирургии выполняется именно с помощью лапароскопа. Данная методика успешно применяется для удаления кист и опухолей различной этиологии, проверки и восстановления проходимости маточных труб, удаления миомы матки и других. Также лапароскопический доступ используется для проведения операций на органах брюшной полости: удаления грыж, опухолей различной локализации, желчного пузыря, диагностики при острых заболеваниях органов брюшной полости.

- Лапароскопия – это не только успешное лечение, но еще и большие диагностические возможности. Расскажите об этом подробнее, пожалуйста. Какие серьезные заболевания можно выявить с ее помощью?

- Сегодня в зависимости от цели операции различают три вида лапароскопии: диагностическую, лечебную и контрольную. Нетрудно догадаться, что первая проводится для того, чтобы обнаружить проблему и детально в ней разобраться в тот момент, когда другие методы диагностики не информативны. Вторая проводится уже тогда, когда диагноз установлен и понятно, какую манипуляцию надо совершить. Лечебная лапароскопия подразумевает удаление или резекцию. Контрольная лапароскопия позволяет проконтролировать эффективность ранее проведенного лечения.

Бывают случаи, когда диагностическая лапароскопия переходит в лечебную, если врач обнаруживает патологию, которую необходимо устранить незамедлительно. Я говорю о спайках или источнике кровотечения, например.

Теперь подробнее о диагностической лапароскопии. Как правило, она необходима для под-

тверждения или корректировки диагноза. Таким образом может быть обследована вся брюшная полость на наличие жидкости, грыж и других дефектов, а также все внутренние органы: печень, селезенка, желчный пузырь и другие.

С применением данного малоинвазивного метода обследования у пациента может быть обнаружен источник болей в области малого таза или в животе. Лапароскопическим методом часто определяют причины бесплодия, особенно если надо подтвердить или опровергнуть диагноз «непроходимость маточных труб», а также диагностируют внематочную беременность. Лапароскопию используют для подтверждения и лечения миомы матки, кисты яичника, эндометриоза и других подобных заболеваний, а также в целях уточнения характера новообразования в области малого таза.

**- В чем преимущества лапароскопии перед другими методиками лечения?**

- Первое и, пожалуй, самое важное преимущество лапароскопии – малоинвазивность, а значит и малотравматичность. С появлением лапароскопии пропала необходимость делать пациенту большие разрезы для диагностики и лечения заболеваний внутренних органов.

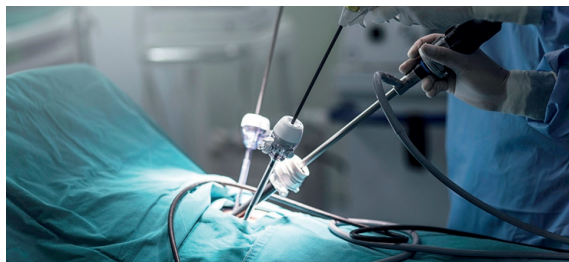
Другое не менее важное преимущество – это осмотр внутренних органов пациента на экране монитора с увеличением в несколько раз, а также возможность записать всю видеоинформацию на электронный носитель, чтобы в дальнейшем использовать эти данные для определения стратегии лечения. Часто данный видеоматериал очень востребован в непростых ситуациях – на врачебных консилиумах.

*«В клинике «Евромед» сегодня проводятся все существующие лапароскопические операции, как на органах малого таза, так и на органах брюшной полости. Врачи широко используют диагностические возможности для того, чтобы подтвердить или уточнить диагноз, а также с помощью лапароскопии проводят лечение многих заболеваний внутренних органов. Нам важно, чтобы пациент чувствовал себя максимально комфортно, а операция прошла быстро и эффективно. Лапароскопические манипуляции – это возможность получить и то, и другое, поэтому в нашей клинике отдается предпочтение данному малоинвазивному методу хирургического вмешательства. Операции проводятся с использованием современного высокотехнологичного оборудования, а в стационарном отделении созданы все условия для комфортного пребывания пациентов».*

## ПРЕИМУЩЕСТВА ЛАПАРОСКОПИИ

- **безопасность**  
Врач следит за ходом операции на мониторе.
- **сниженный послеоперационный болевой синдром**  
Пациент испытывает боль только в первый день после операции.
- **быстрая реабилитация**  
К полноценной жизни пациенты возвращаются уже через 1-2 недели.
- **небольшая кровопотеря**  
Для проведения операции нужны лишь небольшие надрезы.
- **отсутствие рубцов**  
Спустя несколько лет после операции сложно заметить рубцы на теле пациента.
- **короткая госпитализация**  
Часто, если все идет хорошо, пациента отпускают домой уже на 1-3 сутки.

*Для лапароскопических операций используют тонкие инструменты – по диаметру они размером с карандаш. Это позволяет работать прицельно с патологией, не затрагивая соседние ткани и органы.*



**- Каковы противопоказания к операции?**

- Как у любого хирургического вмешательства у лапароскопии существует ряд противопоказаний:

- **лапаротомии в анамнезе**
- **миопия тяжелой степени**
- **серьезные патологии сердечно-сосудистой и дыхательных систем**

Здесь важно знать, что перечисленные противопоказания относятся к плановой лапароскопии. В экстренных случаях список противопоказаний значительно сужается и решение о проведении малоинвазивной операции принимается врачом

на месте. Зачастую для тяжелых пациентов лапароскопия более безопасна, чем полостная операция, поэтому нередко врач делает выбор в ее пользу.

#### - Как подготовиться к лапароскопии?

- Перед операцией пациент сдает ряд лабораторных анализов: общий и биохимический анализы крови, коагулограмма, анализ на группу крови и резус-фактор, общий анализ мочи. Также необходимы электрокардиограмма и рентгенография органов грудной клетки.

Накануне операции проводятся мероприятия для очистки кишечника.



#### - Как проходит сама операция?

- Лапароскопия проводится под общим обезболиванием, соответственно на протяжении всей операции состояние пациента непрерывно контролируют анестезиологи.

Сначала в брюшную полость нагнетается углекислый газ с помощью иглы Вереща, чтобы создать пневмоперитонеум. За счет нагнетания газа объем живота увеличивается – это необходимо для лучшей визуализации и безопасного введения инструментов.

Затем хирург делает небольшой разрез (1см), в который вставляется специальная трубочка – троакар. Через него вводится лапароскоп. Хирург видит на экране изображение внутренних органов пациента, увеличенное в 4 - 10 раз.

Если это операция, в ходе которой необходимо провести хирургическую манипуляцию, например удаление новообразования, то для нее делается еще несколько проколов. В них вставляются специальные лапароскопические инструменты, а хирург наблюдает за ходом операции через экран монитора.

На заключительном этапе делают промывание брюшной полости, ревизию послеоперационной области. Далее извлекают инструменты, накладывают швы и стерильную повязку.

#### - Как проходит реабилитация?

Реабилитация после лапароскопии всегда проходит легче, чем после открытого оперативного вмешательства. Конечно, длительность восстановления зависит от сложности и объема проведенных манипуляций, но, как правило, пациент находится в стационаре 1-3 дня, после его отпускают под амбулаторное наблюдение.

Послеоперационная боль выражена слабее, чем после открытой операции. Швы снимают через 5-7 дней, они быстро заживают и становятся практически незаметными. В течение 3 недель необходимо ограничить физическую нагрузку и соблюдать диету, исключая продукты, вызывающие вздутие живота. Дополнительные рекомендации в каждом конкретном случае врачи дают индивидуально сразу после операции.





**Врач-пластический хирург, детский хирург, детский уролог  
Павел Александрович Кожевников**

**Образование:** СГМУ г. Томск

**Стаж работы:** 17 лет

**Работает в «Евромед»:** 4 месяца

**- Почему и когда вас привлекла медицина, а впоследствии и пластическая хирургия?**

- Медицина привлекала меня с самого детства. Мои родители – врачи: мама – детский инфекционист, папа – нейрохирург. Помню обсуждения медицинских тем, клинических случаев всегда и везде: за столом во время обедов и ужинов, ведь вы, наверное, знаете, что медики практически ни о чем кроме медицины не говорят (улыбается).

После университета я получил специализацию по детской хирургии и начал свою профессиональную деятельность с данного направления. Это работа с тонкими нежными детскими структурами, тканями. Переход в пластическую хирургию для меня был, во-первых, безболезненный, во-вторых, можно сказать «предопределенный», потому как большая часть детской хирургии – это именно реконструктивная пластическая хирургия. К тому же во время работы в Томске я занимался комбустиологией – ожоговой медициной, а это как раз послеожоговые рубцы, контрактуры – тоже реконструктивно-пластическая тема.

Мысль о пластической хирургии сопровождала меня всегда. Когда оперировал деток, старался зашить красиво и мне операционные сестры всегда говорили: «Павел Александрович, вам бы в пластическую хирургию – у вас такие аккуратные рубчики получаются». Но тогда моя мечта казалась недостижимой как физический, так и финансово. Только на примере своей жены – Марии Александровны я понял, что все это вполне реально. Тогда

и принял решение переквалифицироваться, ведь мечты должны сбываться. Потом была ординатура по пластической хирургии в Томске и два года я жил на два города. Это был не простой, но нужный период.

**- Были ли в вашей практике случаи, которые остались в памяти навсегда?**

- За время работы детским хирургом таких случаев было очень много. Наиболее ярко мне запомнились операции, которые я выполнял детям с патологией пола. Если коротко, то существует такое заболевание, когда девочки рождаются с мужскими половыми органами. Это очень тяжелое для ребенка состояние именно в психологическом плане. И если коррекция не проводится в раннем возрасте, то такие детки становятся асоциальными.

За годы своей практики я прооперировал больше десятка девочек с аномалией строения половых органов, и каждый случай помню в мельчайших подробностях. Эти дети стали мне родными. После проведения коррекции каждый такой ребенок на осмотре, перевязке с большой благодарностью обнимал меня и говорил: «Дядя доктор, спасибо вам огромное». Очень тепло от осознания, что я сделал чью-то дальнейшую жизнь чуть легче.

**- Если медицина не стала бы вашей профессией, тогда что?**

- У меня есть склонность к владению иностранными языками. Я даже когда поступал в университет, одно время рассматривал языковое направление. Поэтому думаю, что если бы не стал врачом, пошел бы заниматься языками.

По складу характера я гуманитарий – все, что связано с цифрами для меня далеко. Соответственно, думаю, что меня привлекли бы творческие профессии: что-то связанное с дизайном, креативом, может быть с музыкой, чтением, рисованием.

**- Расскажите, пожалуйста, о своих хобби?**

- В свободное время я занимаюсь музыкой: играю на гитаре, пишу песни, пишу стихи. Люблю готовить. Мы живем в доме, у нас есть гриль-зона, где расположены мангал, гриль, тандыр. И мне очень нравится заниматься такой «мужской» готовкой: приготовить мясо, плов, запечь баранью ногу в тандыре.

Вернусь к музыке. Я освоил гитару и с раннего детства на ней играю. В планах еще научиться игре на фортепиано – мои родители играли на этом инструменте, поэтому много детских воспоминаний связано именно с фортепианной музыкой.





**Врач-пластический хирург  
Мария Александровна Кожевникова**

**Образование:** СГМУ г. Томск

**Стаж работы:** 6 лет

**Работает в «Евромед»:** 4 месяца

**- Почему вы выбрали именно медицину своей профессией?**

- С самого раннего детства родители и родственники почему-то говорили мне, что я рождена быть врачом. В моей семье, в моем близком окружении нет ни одного медика, на примере которого я бы могла полюбить эту профессию. Желание шло изнутри, и я сильно стремилась стать врачом, пока училась в школе.

Вообще я родом из очень маленькой деревни: население села, где жила – 80 человек. Я ездила в школу на автобусе за 8 километров. Училась в обычной сельской школе, но всегда знала, что буду врачом и поэтому сильно старалась освоить программу, чтобы сдать на отлично экзамены и поступить в медицинский университет в Томске. Это было очень непросто, потому что сельское образование подразумевало базовую программу, а для того, чтобы набрать максимальное количество баллов и получить бюджетное место, нужно было освоить профильную.

Осваивала я ее самостоятельно. Мой папа тогда работал инженером в буровой компании, и его не было дома месяцами. Как только он приезжал с вахты, мы ехали в город и покупали по два мешка литературы. В буквальном смысле. Это были книжки по биологии и химии, их я штудировала до самого папиного приезда. Потом снова покупали, я изучала. Так продолжалось года два. В результате я самостоятельно освоила профильную программу по биологии и химии, сдала экзамены на высший

балл и получила бюджетное место в Сибирском государственном медицинском университете в г. Томск, который впоследствии окончила с красным дипломом.

**- Был ли такой случай в вашей практике, который вы не забудете?**

- Первое, что вспоминается – это гигантская липома. Она распространялась у женщины от затылочной области, от шейного отдела позвоночника до нижнего полюса лопаток, то есть до подлопаточной области. Липома занимала всю поверхность позвоночного столба, и женщина даже не могла свести лопатки. Много кто не брался за эту операцию в связи с тем, что у пациентки были определенные эндокринологические нарушения. Женщина очень страдала, и мне сильно хотелось ей помочь.

Я выполнила ей липосакцию этой области, убрала оттуда три литра жира. Первое, что пациентка мне сказала, когда проснулась: «Господи, я могу лежать на спине, касаться головой кровати!». В тот момент я поняла, что иногда просто необходимо принимать смелые решения относительно человеческого здоровья.

**- Если бы с медициной не сложилось, что привлекло бы вас тогда?**

- Знаете, я не могу ответить на этот вопрос, потому что не представляю себя больше никем, кроме врача.

Когда была маленькая, я думала о том, чтобы стать продавцом фруктов. Мне очень нравится, как за фруктами ухаживают в ларьках, магазинах: как их выкладывают на витрину, как они красиво лежат, как они визуально эстетично выглядят. Видите, я по своей натуре люблю красоту, эстетику, когда все на своих местах.

**- Чем увлекаетесь помимо медицины?**

Я очень творческий человек. Несмотря на то, что у меня есть ребенок, я – мама и жена, у меня много хобби. Я очень увлекаюсь бальными танцами, занимаюсь латиноамериканской программой. Последние несколько месяцев я осваиваю это направление. Уже побывала на своем первом турнире и победила там – заняла 1 место.

Еще одна моя любовь – занятия спортом. Я регулярно посещаю спортзал, бассейн. Мне нравятся силовые тренировки, кардионагрузки. Еще одно мое хобби – путешествия. При малейшей возможности, я покупаю билеты, и мы с семьей улетаем осваивать новую страну.



**Главный врач, руководитель хирургического отделения сети клиник «СтильДент», стоматолог-хирург, имплантолог Николай Викторович Сопильняк**

**Образование:** НГМА (НГМУ)

**Стаж работы:** 17 лет

**Работает в «СтильДент»:** 9 лет

**- В какой момент вы поняли, что хотите связать свою жизнь с медициной?**

- Еще в школе, когда изучал биологию, очень интересовался тем, как устроен человеческий организм, какие процессы в нем протекают. Становясь старше, я понял, что подробные ответы на все свои вопросы получу в медицинском институте. Так и пришел к тому, что надо туда поступать. Цели стать стоматологом у меня никогда не было – я подал документы на стоматологический факультет, после того, как не смог поступить на лечфак по семейным обстоятельствам.

В институте больше всего меня привлекали хирургические специальности, и так как на стомфаке в этом направлении выбирать не приходится, я и стал стоматологом-хирургом.

Начал свою профессиональную деятельность в областной стоматологической поликлинике. Это позволило мне получить огромный полезный опыт. Она принимала пациентов со всей области, там я занимался всем: от удаления зуба до работы со сложными патологиями. Позже я начал подробнее изучать дентальную имплантацию...

**- В каких случаях вам особенно нравится разбираться?**

- Последние лет пять я активно занимаюсь тотальной реабилитацией пациентов. Это направление как раз мне и нравится больше всего. Люблю рассматривать сложные клинические случаи – они дают мне возможность с одной стороны подходить творчески к тому, что делаю, с другой – требуют особого внимания, большей ответственности и грамотного подхода. Для меня важен конечный результат, когда я вижу красивые и счастливые

улыбки пациентов. Это мой стимул расти и развиваться в данном направлении.

**- Если бы не стали врачом, то чем бы вероятнее всего занимались?**

- Часто думал об этом. Наверное, меня сильно привлекают самолеты. Очень мне нравится на них летать, всегда восхищаюсь тем, как такая машина может подниматься в небо. Я до сих пор в душе мечтаю быть пилотом пассажирского самолета, но так как для этого надо учиться достаточно долго, эта мечта нереализуема.

Еще одно мое увлечение – готовка. Поэтому поваром я тоже мог бы стать. До сих пор надеюсь, что как только станет больше времени – окончу кулинарные курсы или даже специализированное учреждение по поварскому делу. Любовь к приготовлению блюд, кстати, и предопределила мое хобби.

**- Давайте о нем и поговорим. Чем увлекаетесь помимо медицины?**

- Я занимаюсь изучением вина, разработкой фуршетного меню. Моя особая страсть – приготовление блюд на гриле. Особенно привлекают сложные методики, например способ «Low & slow», когда блюдо готовится медленно на относительно низких температурах. Мне важно не просто готовить, а еще и угощать этими блюдами свою семью, близких, друзей, гостей. Я вообще очень гостеприимный человек, люблю удивлять и наблюдать за реакцией на то, что можно такие шедевры готовить в домашних условиях.

Для поддержания своей физической формы я занимаюсь вольной борьбой и боями без правил.



**Заместитель главного врача, руководитель ортопедического отделения сети клиник «СтильДент», стоматолог-ортопед Анастасия Александровна Глобина**

**Образование:** НГМУ, ординатура по ортопедической стоматологии

**Стаж работы:** 9 лет

**Работает в «СтильДент»:** 6 лет

**- Когда и почему решили связать свою жизнь с медициной?**

- Всегда мечтала быть врачом, очень хотелось пойти именно в военную медицину. Все дело в том, что перед глазами был пример: брат в звании подполковника – такая романтизация военного дела. И действительно, после окончания школы, недолго думая, я попыталась подать документы в военные медицинские академии, но судьба распорядилась иначе – они в тот год массово перепрофилировались в гражданские и девочек не набирали. Поэтому решила кардинально сменить угол зрения и посмотрела в сторону стоматологии.

**- Что особенно нравится в работе?**

- Считаю своим профилем эстетические реабилитации (виниры) и непростые случаи восстановления жевательной эффективности (стираемость, тотальная имплантация), так как вышеперечисленное не просто ремесло, а требует творческого подхода.

**- Остались ли в памяти необычные, неординарные случаи?**

- Смешных и грустных случаев достаточно много – уже накопилось на целую книгу. Планирую в предпенсионном возрасте перепрофилироваться в писателя (улыбается).

**- Если не медицина, тогда на что обратили бы внимание?**

- Если бы не медицина, ушла бы в журналистику. Я достаточно легко оформляю мысли в тексты, так как с малых лет родители уделяли много времени развитию речи и пониманию литературы.

**- Немного о вас вне профессии. Чем занимаетесь в свободное время?**

- Я совмещаю в профессии мануальные качества и управленческие, поскольку работаю не только врачом, но и занимаю должность заместителя главного врача и руководителя отделения ортопедической стоматологии. Свободного времени практически нет, но с удовольствием проведу вечер за интересным чтением.

**Виниры** – тонкие пластинки из безопасных для здоровья материалов, которые помогают исправить небольшие несовершенства в полости рта: сколы, щели, потемнения или спрятать деформированный зуб. Виниры закрепляются на переднем ряде и создают безупречную улыбку. Белые, ровные, красивые они добавляют уверенности в себе. Существует достаточное количество материалов, из которых можно изготовить виниры, но наиболее востребованным является керамика. Только этот материал обладает рекордным сроком службы и менее других подвержен сколам и трещинам, а так же является наиболее эстетическим решением для протезирования.



*До: патологическая стираемость фронтальной группы зубов*



*После: для протезирования проведено ортодонтическое лечение на брекет-системе, проведена установка 6 виниров на фронтальный участок верхней челюсти*



*До: эрозивная форма гипоплазии эмали*



*После: установлено 20 виниров (верх, низ)*



*До: травма (автомобильная авария)*

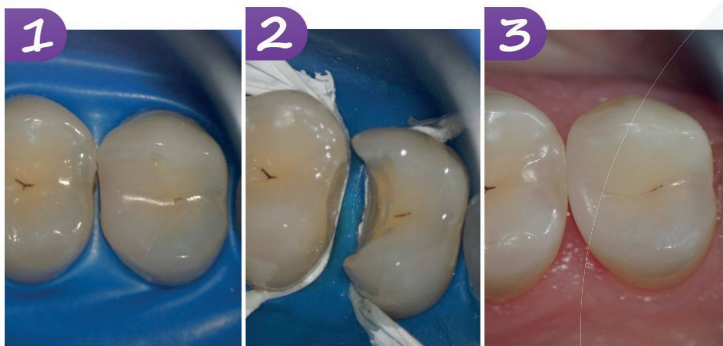


*После: проведена реставрация угла 1 зуба, установлен винир и 2 коронки*

**Стоматологическая коронка** – конструкция, представляющая собой защитный колпачок на зуб, который полностью повторяет его анатомические контуры. Коронка используется для восстановления сильно поврежденных зубов, зубов с крупными дефектами или в качестве барьера после реставрации обширными пломбами. Она необходима для того, чтобы предотвратить дальнейшее разрушение зуба и сохранить его функции. Коронка может быть зафиксирована на своем зубе или на имплантате.



Работы заместителя главного врача, руководителя ортопедического отделения сети клиник «СтильДент», стоматолога-ортопеда  
**Анастасии Александровны Глобиной**



*До: кариес дентина на контактных поверхностях*  
*После: проведено лечение кариеса под микроскопом*

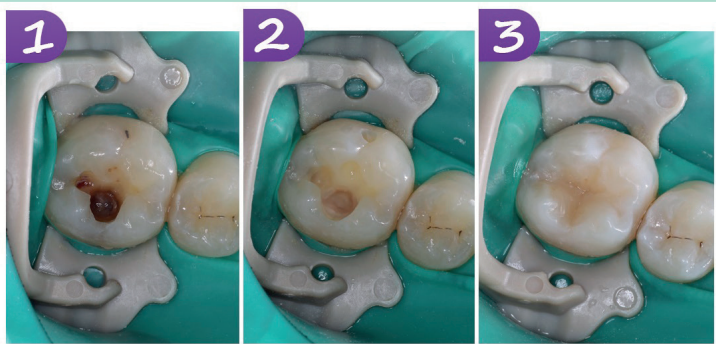


Лечение провела  
 стоматолог-терапевт  
 сети клиник «СтильДент»  
**Диана  
 Александровна  
 Жукова**

**Кариес** – самый распространенный диагноз в мире, причиной которого являются продукты жизнедеятельности бактерий полости рта. На первом этапе он разрушает эмаль зуба, а впоследствии поражает и находящийся под ней дентин. При отсутствии должного лечения он способен разрушить зуб полностью. Самое важное в профилактике кариеса - своевременное проведение профессиональной гигиены полости рта и регулярное посещение стоматолога.



Лечение провела  
 стоматолог-терапевт сети  
 клиник «СтильДент»  
**Нона  
 Амирановна  
 Барамидзе**



*До: кариес дентина*  
*После: проведено лечение кариеса под микроскопом*

# ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ В СТОМАТОЛОГИИ: КАК ВЫЯВИТЬ И ВЫЛЕЧИТЬ

*Онкологические заболевания являются одними из самых серьезных на сегодняшний день. Патологические процессы могут поразить практически любой орган в теле человека, в том числе и слизистую оболочку полости рта. Коварность онкологии в том, что она может протекать практически бессимптомно, что затрудняет раннюю диагностику заболевания. Однако врачи уверены, что для своевременного выявления заболеваний первое и самое необходимое – это регулярные визиты к своему стоматологу. Об особенностях онкологических заболеваний в полости рта, их диагностике, лечении и «красных флагах» для пациента мы поговорили со стоматологом-хирургом, имплантологом Евгением Юрьевичем Архиповым.*

**- Евгений Юрьевич, какие онкологические заболевания могут быть диагностированы в ротовой полости?**

- До 95% всех случаев онкологии в ротовой полости — плоскоклеточный рак, то есть злокачественные новообразования, которые развиваются из эпителия. Они могут быть различной локализации: язык, дно полости рта, слизистая оболочка щек, слизистая оболочка губ и альвеолярного отростка. Еще один вид онкологических заболеваний, которые часто диагностируют в стоматологии – саркомы. Это опухоли, которые развиваются из соединительной ткани: фибросаркома, липосаркома, хондросаркома, ангиосаркома и другие.

**- Каковы основные причины возникновения новообразований в ротовой полости?**

- В норме в полости рта повреждения любого характера заживают достаточно быстро, поэтому основной причиной незаживающей онкологии являются внешние воздействия: травмы от съемных и несъемных протезов. Это может произойти в том случае, если протез неправильно подогнан или он потерял свою функциональность и длительное время коронки давят на десну. Нарушение правил гигиены полости рта тоже является фактором риска. Большое количество налета и особенно твердого зубного камня откладывается на шейках зубов, отдавливает десну, приводит к ее ишемии, а затем и к некрозу.





Среди причин одно из первых мест занимает курение, вне зависимости от количества сигарет и от того, что вы курите: классический табак или вейпы. Еще один очень серьезный и грозный фактор развития раковых заболеваний – употребление алкоголя.

Также на развитие онкологии влияет снижение иммунитета, когда ослаблены общие защитные силы организма и различные профессиональные вредности – работа, связанная с повышенным риском для здоровья.

*- Как, по-вашему, почему онкостоматология стала настолько актуальна в последние годы?*

- На самом деле онкостоматология была и в прежние времена. Всегда были так называемые диагностические приемы, которые позволяли выявить тот или иной патологический процесс в полости рта. Просто в последнее время онкостоматология стала активнее развиваться, в том числе благодаря повышению грамотности населения в этом вопро-



се. Люди стали чаще следить за своим общесоматическим здоровьем, за здоровьем полости рта и естественно чаще обращать внимание на различные негативные изменения. Соответственно, об этом чаще стали говорить, поднимать данную тему на профессиональных встречах медицинского сообщества.

*- Правда ли, что большую часть онкологических заболеваний полости рта можно вылечить бесследно, если вовремя диагностировать?*

- Это высказывание справедливо в какой-то мере именно для раковых опухолей, которые диагностируются чаще на начальной стадии. Действительно при грамотной и своевременной диагностике подавляющее большинство таких опухолей хорошо поддаются лечению и купированию. Что касается сарком, то здесь все сложнее. К сожалению, саркома — более агрессивный вид опухоли, который развивается в соединительной железистой ткани, имеет более агрессивное течение и более быстрое прогрессирование. Поэтому для сарком такое утверждение неверно.

*- Какие «красные флаги» должны насторожить пациента, когда бежать к врачу?*

- На самом деле хорошо бы, если бы пациент не бежал к врачу, когда у него появилось что-то, что его беспокоит. Я за своевременную профилактику. Если пациент регулярно приходит к пародонтологу, к стоматологу-терапевту на осмотры, профессиональные гигиенические процедуры, то таких настороженностей не возникает совсем.

**В других случаях внимание необходимо обратить на длительно не заживающий процесс, ведь раковая опухоль, как правило, это либо язва - то есть нарушение целостности оболочки, либо наоборот уплотнение, узел, бугорок.**

Второй важный симптом патологического процесса в ротовой полости – постоянная не проходящая боль. Поэтому если человек заметил, что во рту появилась язва, и она не исчезает в течение трех недель и более – это повод насторожиться и внепланово посетить своего стоматолога.

Подозрительный узелок, бугорок болезненный, увеличивающийся в размерах, пульсирующий – тоже причина для похода к врачу.

**- К какому врачу стоит обратиться, если пациент предполагает опухоль во рту?**

- Обратиться можно к любому стоматологу клиники. Профильными в данном случае являются пародонтологи, так как они чаще других имеют дело с различными заболеваниями слизистой полости рта и умеют хорошо их дифференцировать. Если нет возможности обратиться к пародонтологу, то можно и даже нужно посетить терапевта. Он проведет первичный осмотр и направит к профильному специалисту: пародонтологу, челюстно-лицевому хирургу или онкологу.

**- Профилактика онкологических заболеваний в полости рта: что делать, чтобы не допустить или хотя бы снизить риск?**

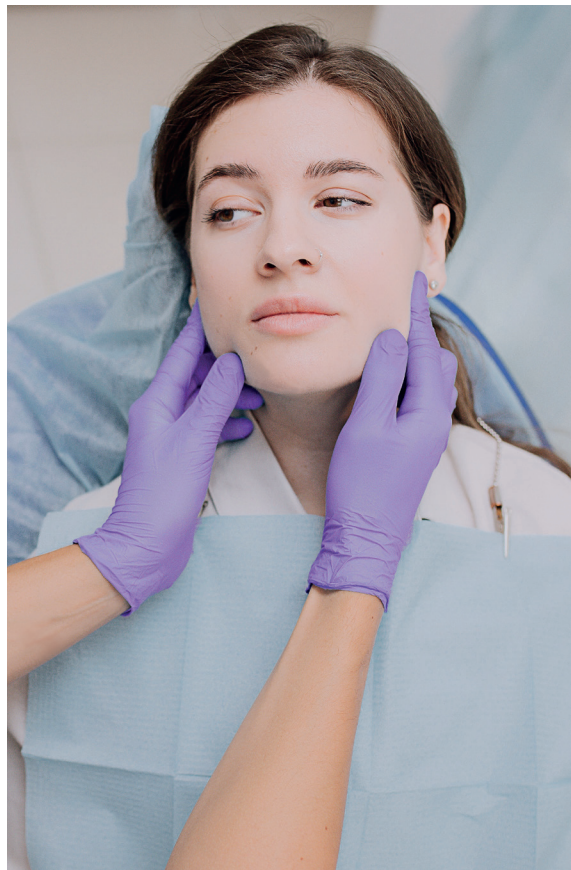
**- Профилактика не представляет собой ничего сложного: регулярные приемы у врача-пародонтолога либо врача-гигиениста, профессиональные гигиенические процедуры раз в шесть месяцев, осмотр полости рта, а также своевременная замена тех конструкций, которые не отвечают требованиям функциональности. Последнее касается съемных протезов, травмирующих полость рта, слизистую, а также несъемных конструкций, которые давят на слизистую, альвеолярный отросток и не закрывают коронки зубов, как положено.**

Важной частью профилактики также является отказ от вредных привычек. В том числе курения, употребления алкоголя и даже экстремально горячей и острой пищи.

**- Кто больше подвержен возникновению онкозаболеваний в полости рта?**

- В этом вопросе пол совсем не имеет значения – мужчины и женщины находятся в одной группе риска по онкозаболеваниям полости рта. А возраст напротив, имеет большое значение. По статистике, пик заболеваемости онкологией приходится на 60-70 лет.

Существуют также данные о том, что риск онкопатологии становится выше примерно с 40 лет. В наибольшей группе риска находятся люди с вредными привычками. Объяснение простое: с возрастом ослабевает иммунитет, снижаются защитные, барьерные функции слизистой полости рта.



**- Как лечатся онкологические заболевания в полости рта?**

- Существует несколько вариантов лечения онкологического заболевания в полости рта. Они могут назначаться, как отдельно друг от друга, так и в комплексе. Первый вариант – хирургическое вмешательство. Когда врач проводит удаление только тканей опухоли или резекцию новообразования вместе с частью костной ткани. Это позволяет снизить риск рецидива. В некоторых случаях хирург-онколог может принять решение удалить расположенный рядом лимфоузел и пораженные мышцы.

Второй – лучевая терапия. Применяется для борьбы с небольшими очагами заболевания. Может назначаться после хирургического вмешательства для удаления остаточных клеток опухоли.

Третий – химиотерапия. Может назначаться как до, так и после операции. В первом случае она способствует уменьшению размеров новообразования, во втором закрепляет результаты вмешательства и уменьшает риск рецидива.



# АНЕСТЕЗИЯ - ЭТО НЕ СТРАШНО

*Анестезия – важная часть любого даже самого небольшого хирургического вмешательства. Анестезиолог-реаниматолог стоит рядом с пациентом во время операции, он максимально сосредоточен и готов к любой экстренной ситуации. Это человек, которого видит пациент перед началом операции и первый, кого наблюдает, когда просыпается. Благодарят чаще хирургов, хотя именно от анестезиологов во многом зависит наша жизнь на операционном столе. О работе, анестезии и страхах мы поговорили с заведующим отделением анестезиологии и реанимации клиники «Евромед», врачом анестезиологом-реаниматологом Александром Владимировичем Галуза.*



**- Многие думают, что анестезиолог - это врач, который только вводит в наркоз, но ведь это не совсем так. Расскажите, пожалуйста, что все-таки за доктор анестезиолог-реаниматолог, и в чем заключается ваша работа?**

- Анестезиолог-реаниматолог – высокоспециализированный врач, который проводит наркоз, следит за вашим состоянием, как во время операции, так и после неё. Он всегда готов оказать неотложную, экстренную помощь, если это будет необходимо.

Такие специалисты, совмещающие работу двух врачебных профилей, – анестезиологи-реаниматологи, – существуют сегодня лишь в некоторых странах, в других – эти специальности разделены.

Несмотря на то, что профили очень близки, есть и важные отличия. Так, анестезиолог обеспечивает анестезиологическое пособие, то есть, условно, «даёт» наркоз пациенту и следит за его безопасностью во время наркоза. Реаниматолог в свою очередь оказывает помощь пациенту в жизнеугрожающем состоянии. Если просто, то усилия врачей в отделении, которое называется «Реанимация и интенсивная терапия» (международное название «Intensive care») направлены на то, чтобы поддержать функции человеческого организма, вывести его из угрожающего жизни состояния. Это касается не только послеоперационного периода, когда анестезиологи завершают свою работу с пациентом, но и в состояниях, не связанных с хирургией: инфарктах, инсультах, тяжелых сочетанных травмах, отравлениях и многих других.

**- Теперь давайте поговорим о видах современной анестезии. Сколько их, какие они, чем отличаются?**

- В зависимости от способа проведения существует несколько видов анестезии. Местная анестезия – это онемение и потеря чувствительности небольшой части тела. Достигается путём инъекции анестетика в области операции. Пациент остается в сознании.

Регионарная анестезия, например, проводниковая, спинномозговая или эпидуральная, включает в себя инъекции, после которых пропадает чувствительность большей или более глубокой части тела. Пациент находится в сознании, но совершенно не чувствует боли.

Часто местная и регионарная анестезия используется с седацией – состоянием, при котором человека погружают в легкий сон. Общая анестезия погружает пациента в глубокий управляемый сон, при котором он ничего не чувствует и ничего не помнит.

**- Наркоз и анестезия – это не одно и то же?**

- Анестезия понятие более широкое, чем наркоз – это общее название разных видов обезболивания. Наркоз – один из них. Самый сильный и самый часто используемый вид процедуры. Наркоз по своей сути – искусственная кома. Он помогает пациенту не обращать внимание на внешние раздражители. Данный вид обезболивания не позволяет человеку осознавать, что происходит вокруг.

**- Много мифов ходит вокруг эпидуральной анестезии. Давайте о ней: стоит ли ее бояться беременным, может ли после болеть спина, может ли случиться паралич?**

- Эпидуральная анестезия относится к регионарным методам обезболивания. Анестезиолог устанавливает тонкий катетер рядом с нервными корешками между поясничными позвонками и вводит местный анестетик. «Замораживается» нижняя часть живота и ноги.

Боли в спине во время и после беременности и родов – очень распространенное явление, но эпидуральная анестезия в них не виновата. Место введения иглы в позвоночник может поболеть несколько дней, а потом проходит.

Хроническое повреждение нервной системы в результате эпидуральной анестезии (паралич) – чрезвычайно редкий случай. Как показывают исследования, риск хронического паралича составляет один на 240 тысяч случаев, а временного паралича – 1 на почти 7 000 случаев.

**- Как понять, хороший ли анестезиолог?**

- Если ты проснулся после операции, значит хороший (смеется). А если серьезно, то, как правило, пациенты обращаются в клинику к конкретному хирургу. Думаю, это верно, ведь пациент преследует цель прооперироваться. Неискушенному человеку сложно оценить уровень анестезии и квалификацию врача-анестезиолога. Поэтому, если анестезиолог провел с вами разъяснительную беседу накануне, оценил уровень вашего состояния, оценил результаты предоперационной подготовки (анализы), согласовал с вами вид анестезии, и на доступном вам языке ответил на все интересующие вопросы – это может быть показателем того, что врач – отличный профессионал.



**- Можно ли проснуться во время операции?**

- Пробуждение во время операции, когда пациент может слышать и ощущать происходящее вокруг, чувствовать боль – крайне редкая ситуация. В современной плановой анестезиологии такая вероятность практически сведена к нулю. Кроме того, пробуждение от анестезии выглядит не так, как большинство людей его себе представляют. Оно не значит, что пациент в прямом смысле

слова откроет глаза и будет чувствовать боль – он просто может что-то услышать или запомнить. Но если допустить, что на операционном столе лежит тот самый пациент способный проснуться во время проведения медицинской манипуляции, то мы к этому готовы. В наших операционных, как и везде сегодня, используются мониторы глубины седации, которые показывают, спит человек или нет. Анестезиолог видит глубину сна на мониторе и контролирует ее.

В редких случаях пациент может принять нормальное пробуждение после операции за пробуждение во время операции, так как выход из медикаментозного сна происходит постепенно, пациент может что-то услышать, почувствовать, а когда проснется окончательно, подумает, что это было в процессе операции.

**- Мифов об общем наркозе сегодня множество: общий наркоз отнимает 5 лет жизни или о его пагубном влиянии на некоторые системы организма. Есть ли в этих утверждениях правда?**

- И эти отнятые 5 лет жизни наркозом переходят анестезиологу (улыбается). Множество исследований посвящено долгосрочным последствиям общей анестезии. Все они сводятся к тому, что долгосрочного негативного эффекта нет.

Некоторые люди переносят большое количество операций с анестезиологическим пособием. Например, есть мнение (слухи), что американская певица Шер выполнила чуть меньше сотни пластических операций, в настоящий момент певица 77 лет. Возможно, наркоз наоборот продлевает жизнь (это, конечно, не правда).

Совершенно иная ситуация с последствиями самой операции. Например, хирургическое вмешательство проводилось по поводу тяжелой черепно-мозговой травмы или множественных переломов, или на фоне тяжелого сопутствующего заболевания. Зачастую пациенты связывают негативные последствия именно с наркозом, хотя анестезия тут совершенно ни при чём.

**- Можно ли не проснуться после операции – это тоже страх многих людей...**

- Все пациенты просыпаются после анестезии. Лекарства, применяемые в современной анестезиологии, быстро перераспределяются в организме, выводятся и разлагаются печенью и/или почками. Приблизительно через 10 минут после прекращения введения анестетика в организм, пациент выходит из медикаментозного сна. Единственный вариант развития событий, при котором пациент не просыпается после операции – если что-то случилось во время самой операции, но вероятность

этого ничтожно мала. Перед операцией пациент проходит тщательное обследование, а врач-анестезиолог всесторонне оценивает риски развития неблагоприятных исходов, проводя их коррекцию, в том числе совместно с другими специалистами: терапевтом, кардиологом, неврологом и так далее.

**- Правда ли, что анестезия всегда и у всех вызывает побочные эффекты?**

- Для проведения наркоза используются лекарственные препараты. Любое лекарство, будь это жаропонижающее, антибиотик или таблетка от головной боли может вызвать побочный эффект. Другое дело, что в настоящий момент, благодаря уровню развития фармацевтической отрасли, качеству современных препаратов и профессионализму врачей-анестезиологов возможные побочные явления анестезии сведены к минимуму. Одни из важных задач анестезиолога: максимальное уменьшение времени анестезии, верный расчет доз и их своевременное введение для минимизации вероятных осложнений и побочных эффектов.

Анестезиологические осложнения – большая редкость. Частота тяжелых случаев, связанных исключительно с анестезией, составляет, по разным данным, всего 0,00069 – 0,00082%. Обычно осложнения, с которыми работает анестезиолог, связаны не с общей анестезией, а с состоянием пациента.



# 5 САМЫХ ЧАСТЫХ ВОПРОСОВ О ЛЕЧЕНИИ ЗУБОВ ПОД НАРКОЗОМ У ДЕТЕЙ

*Здоровье ребенка – самая главная забота в жизни каждого родителя. Мы беспокоимся, когда внезапно появляются признаки ОРВИ, когда видим симптомы отравления и даже, когда заметим ссадину на руке. Еще больше переживаний родителю доставляют любые, в том числе самые незначительные медицинские процедуры. Но бывают ситуации, когда манипуляция необходима. Тогда «спасает» информированность. Лечение зубов под наркозом – как раз такая волнующая, но несколько нераскрытая тема. Вокруг нее много мифов и вопросов. Мы решили расставить все точки над *i* и попросили детского стоматолога, стоматолога-терапевта сети клиник «СтильДент» Галину Анатольевну Артамонову ответить на самые популярные вопросы родителей о лечении зубов детям под наркозом.*

## 1. Дети какого возраста нуждаются в лечении зубов под наркозом?

Наши пациенты, которым мы часто назначаем лечение зубов под наркозом, в большинстве своем детки от 1 до 3 лет. Многим из них просто невозможно объяснить, что сейчас необходимо сидеть неподвижно достаточно длительное время. Это обусловлено возрастными особенностями. Таких малышей достаточно легко напугать звуком бормашины, видом медицинских инструментов. Есть реальный шанс, что у ребенка сформируется страх стоматолога. К тому же, это закреплено на законодательном уровне. С 2012 года действует Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации, согласно которому детям до 3-х лет санация полости рта (лечение зубов) должна проводиться под общим обезболиванием (наркозом).

Вторая категория пациентов на лечение зубов в медикаментозном сне – дети от 3 до 7-8 лет, первое знакомство которых со стоматологом было не совсем удачным, и теперь они просто не дают проводить никакие манипуляции в полости рта. При наличии множественного, в том числе осложненного кариеса у ребенка мы делаем выбор в пользу медикаментозного сна. Это позволит в одно посещение выполнить большой объем работы.

Общий наркоз применяется и для лечения зубов у особых деток – ребят с ДЦП, синдромом Дауна, аутизмом и другими подобными заболеваниями.



## 2. Есть ли случаи, когда без наркоза можно и нужно обойтись?

Конечно, есть. К таким относится неосложненный кариес. Если нужно вылечить буквально 1-2 зуба, мы предлагаем попробовать провести санацию полости рта без общего наркоза – в нем нет необходимости, потому что весь процесс длится совсем не долго.

Однако, исходя из моей достаточно длительной практики, могу сказать, что на сегодняшний день большой процент тех, кто приходит на прием уже с множественным кариесом. Для того, чтобы его вылечить нужно достаточно долго сидеть в кресле и позволить врачу провести манипуляции в ротовой полости. Очень многие даже самые терпеливые пациенты порой могут не дать возможности доктору завершить начатое.

Часто общего наркоза также не требуют профилактические чистки и другие «поверхностные» манипуляции.

### 3. Какой препарат вы используете в качестве наркоза для ребенка и почему?

Золотым стандартом общего обезболивания, которое применяется для лечения зубов детям, на сегодняшний день считается газ Севоран. Его анестезиологи-реаниматологи и используют в своей практике.

Севоран не токсичен, выводится из организма человека в неизменном виде, не оказывая никакого негативного влияния на внутренние органы. Он широко применяется в кардиохирургии, ведь не понижает давление и не вмешивается в работу сердца.

### 4. Как проходит процедура лечения зубов под наркозом в клинике «СтильДент»?

Пациент приходит на первичную консультацию. В кабинете врач проводит осмотр полости рта и составляет предварительный план лечения, где прописывает необходимый объем работы. Как правило, уже в этот момент становится понятно: позволит ли ребенок провести лечение без медикаментозного сна или нет. На данном приеме рассчитывается время и проводится калькуляция. К тому же если речь идет об общем наркозе, то стоматолог подробно рассказывает родителям об этом и отвечает на все возникающие вопросы. Далее пациент уходит домой и принимает решение.



**Если у родителей возникают дополнительные вопросы по поводу медикаментозного сна, они всегда могут задать их анестезиологу на дополнительной бесплатной консультации.**

В случае принятия положительного решения по поводу лечения зубов под общим наркозом за пациентом фиксируется время и начинается подготовка. Пациенту необходимо сдать общий анализ крови, ЭКГ и получить справку от педиатра об отсутствии противопоказаний на момент проведения манипуляции.

Лечение зубов проводится натощак, поэтому в назначенный день необходимо соблюдение голодового режима, о чем, естественно, ребенок и родитель оповещаются заранее. Когда пациент приходит уже непосредственно для проведения манипуляции, его так же, как и на обычном приеме размещают в кресле. Процедура проводится очень профессионально. Кабинет оборудован всем необходимым, чтобы пациенту было максимально комфортно.

Ребенок сидит в кресле, родитель находится рядом. Анестезиолог предлагает маленькому пациенту надуть шарик. В процессе надувания подается газ Севоран и ребенок мягко засыпает – это происходит примерно за одну минуту. Когда маленький пациент уснул, мы просим родителей покинуть кабинет – они могут подождать на мягком диване в коридоре за чашечкой кофе или чая. Это обязательное условие, потому что лечение зубов в медикаментозном сне – по сути небольшая операция.



## 5. Насколько безопасен общий наркоз для детей?

Общий наркоз – это скорее необходимость, нежели желание. Его преимущества очевидны: возможность выполнить большой объем относительно сложных манипуляций за минимальное время, не нарушая при этом эмоциональное состояние ребенка.

Безопасность процесса зависит от трех факторов: предварительной подготовки, профессионализма врачей, которым вы доверяете своего ребенка, и наличия в клинике современного оборудования. В «Стиль-

Дент» созданы все условия безопасного лечения зубов под наркозом: наши врачи – настоящие профессионалы с огромным опытом работы, а что касается оборудования, то мы используем исключительно надежные, хорошо зарекомендовавшие себя модели и новые – но только те, которые протестированы и соответствуют стандартам качества.

Добавлю, что в 2018 году Американская Медицинская Ассоциация провела исследование «Влияние хирургических вмешательств и общей анестезии на развитие ребенка до поступления в начальную школу среди пар родных братьев и сестер» (2018, Американская Медицинская Ассоциация). Согласно его результатам, никаких негативных последствий наркоза для развития ребенка обнаружено не было.

В кабинете с пациентом остаются как минимум четыре человека: стоматолог и его ассистент, анестезиолог и его ассистент. Если предполагается удаление зуба, то еще хирург с ассистентом. Таким образом, состояние маленького пациента все время тщательно контролируется профессионалами. Далее мы приступаем к своей работе. В некоторых случаях бывает необходима дополнительная рентгенодиагностика. Так случается, если на первичной консультации маленький пациент этого сделать не позволил, а для постановки точного диагноза снимок необходим.



Наш консультант:  
детский стоматолог,  
стоматолог-терапевт

**Галина  
Анатольевна  
Артамонова**





# Готовая улыбка в день операции!

Протезирование и имплантация

\*подробности на сайте [styledent.ru](http://styledent.ru) или у администраторов клиники

☎ +7 383 209 10 10  
☎ +7 996 544 71 27  
🌐 [styledent.ru](http://styledent.ru)

📍 ул. Гоголя, 38  
ул. Крылова, 4  
ул. Гребенщикова, 8

подписывайтесь  
на нас  
@styledentnsk



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

## 5

### САМЫХ ЧАСТЫХ ВОПРОСОВ О ЛЕЧЕНИИ ЗУБОВ ПОД НАРКОЗОМ У ДЕТЕЙ

#### ДО / ПОСЛЕ:

ВИНИРЫ,  
КОРОНКИ, КАРИЕС

#### ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ В СТОМАТОЛОГИИ

КАК ВЫЯВИТЬ  
И ВЫЛЕЧИТЬ

ВЕСНА 2024

