

## МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ФОРУМ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ И РЕАБИЛИТАЦИОННОЙ МЕДИЦИНЫ

19-20 апреля 2018г. в санатории «Белые ночи» - ММЦ «СОГАЗ» состоится 8-ой Форум с международным участием, приуроченный к 30-летию Юбилею имениной здравницы.

Главными темами станут: «Современная курортология: проблемы, решения, перспективы» и «Инновационные восстановительные технологии и медицина антистарения».

Форум соберет ведущих ученых в области курортологии и физиотерапии, специалистов по медицинской реабилитации, руководителей санаторно-курортных организаций, а

также ведущих специалистов wellness – индустрии и санаторно-курортного дела.

В рамках Форума состоится Конгресс, посвященный актуальным проблемам современной курортной терапии и медицинской реабилитации пациентов различного клинического профиля.

20 апреля пройдет Симпозиум, на котором

российские и зарубежные специалисты планируют обсудить проблемы отрасли восстановительной медицины и проекты ее перспективного развития. В ходе Симпозиума состоятся презентации лучших практик, мировых тенденций в области восстановления, сохранения и приумножения здоровья.

Это событие обещает стать знаковым не только для Санкт-Петербурга, но и для всей отрасли санаторно-курортного лечения и медицинского туризма в России.

## ММЦ «СОГАЗ» В РЕЙТИНГЕ ЛУЧШИХ ЧАСТНЫХ КЛИНИК ПЕТЕРБУРГА

Восьмой раз журнал «Город 812» проводит опрос среди главврачей, топ-менеджеров клиник, работников страховых компаний, представителей лечебных учреждений и независимых медицинских ассоциаций. 150 экспертам необходимо было ответить на вопрос: «Если у вас появятся проблемы со здоровьем, в каком частном медицинском учреждении Вы предпочли бы лечиться и почему?». Для объективности и непредвзятого мнения называть клинику, в которой работает анкетированный, нельзя.

Международный медицинский центр «СОГАЗ» получил признание участников опроса сразу в нескольких номинациях. Призовое место, как и

в прошлом году, осталось за клиникой в номинации «Кардиология». Также высокое качество оказываемых услуг наших центров было отмечено в следующих категориях: «Лучевая диагностика», «Скорая помощь», «Госпитализация». Впервые центр «СОГАЗ» попал в рейтинг лучших частных клиник в номинациях «Гастроэнтерология», «Хирургия амбулаторная» и «Лечебная реабилитация».

Успех и признание среди профессионалов обусловлен постоянным развитием и усовершенствованием качества предоставляемых услуг. Высокая оценка деятельности клиники дает стимул не останавливаться на достигнутом уровне и задавать вектор развития медицины в Санкт-Петербурге и за его пределами.

КОЛОНКА  
ГЛАВНОГО  
ВРАЧА

Обрезан А.Г.  
д.м.н., профессор



Уважаемые коллеги!  
Весной 2018 года в Санкт-Петербурге на базе Международного медицинского центра «СОГАЗ», откроется собственный учебный центр.

ЧОУ ДПО «Институт профессиональной переподготовки ММЦ «СОГАЗ» будет осуществлять образовательные программы для непрерывного повышения квалификации врачей всех специальностей, а также действующих сотрудников Группы Клиник СОГАЗ.

Это событие является важным для медицинской жизни города: имеются лишь единичные случаи, когда в Санкт-Петербурге частная клиника открывает собственное образовательное подразделение. Такую возможность сложно реализовать и нам это удалось. Это означает, что мы входим в новую эпоху развития медицины в России, когда не только государство, но и бизнес начинает осознавать свою социальную ответственность и стремится не просто к получению прибыли, а к общественно полезной работе.

Несомненным преимуществом деятельности Учебного центра является партнерство с известными фармацевтическими компаниями. Такой формат сотрудничества даёт Институту профессиональной переподготовки ММЦ «СОГАЗ» огромные возможности для дистанционного обучения с доступом к богатейшей медиатеке, а также проведению онлайн-лекций, используя самые

Продолжение на стр. 2



Колонка  
главного  
врача

1

Сохранить  
здоровье  
вен

2

Правильная  
обувь

3

60 дней до лета  
или «Миссия  
выполнима»

4

**КОЛОНКА  
ГЛАВНОГО  
ВРАЧА**

Начало на стр. 1

передовые технологии в образовании.

Отдельной гордостью Института является преподавательский состав, который состоит из известных профессоров Санкт-Петербургского государственного университета (СПбГУ) таких как Филиппов А.Е., возглавляющий кафедру терапии и общей врачебной практики, Крысюк О.Б. – кафедру спортивной медицины, Акулин И.М. – кафедру организации здравоохранения, Мироненко О.В. – кафедру эпидемиологии и гигиены, Гузалов П.И. – кафедру реабилитации.

В структуре Учебного центра ММЦ «СОГАЗ» будут и другие кафедры: кардиологии – заведующий Обрезан Андрей Григорьевич; стоматологии – заведующий Балин Дмитрий Викторович; пульмонологии – заведующий Середа Виталий Петрович; сестринского дела – заведующая Хасанова Елена Александровна и кафедра гастроэнтерологии – возглавит её Михтеев Сабир Насреддинович – один из ведущих гастроэнтерологов и гепатологов города.

Большинство членов преподавательского состава являются ведущими специалистами ММЦ «СОГАЗ».

В современной медицине очень быстро развиваются новые методики и технологии диагностики и лечения. Появляются новые материалы, новое оборудование, поэтому одна из главных задач, стоящих перед нами – это оперативное внедрение этих новшеств в работу врачей, чтобы привести принципы оказания медицинской помощи к единым стандартам.

Отличительной чертой Института ММЦ и его конкурентным преимуществом будет сочетание опыта и знаний классической модели медицинского образования с инновационными технологиями и средствами дистанционного обучения на базе частного многопрофильного лечебного учреждения.

## СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ ВЕН

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), заболевания вен конечностей входит в число болезней цивилизации. По статистике чаще всего проявлению венозной патологии подвержены женщины (это может быть связано с беременностью и гормональными колебаниями). Однако, варикозное расширение вен встречается и у мужчин. Причин болезненного состояния ног может быть много: от неудобной обуви и малоподвижного образа жизни до наследственного фактора.

### 7 причин обратиться к врачу-флебологу

1. отеки и болезненные ощущения в конечностях;
2. онемение, уплотнения, покраснения на конечностях;
3. ощущение тяжести в ногах;
4. возникновение судорог в конечностях (особенно по ночам);
5. пульсация в области сосудов;
6. чувство жжения в ногах;
7. сосудистые звездочки и капиллярные сеточки.

Наличие одного из этих симптомов может указывать на присутствие венозной патологии. Поэтому, не теряя времени, обратитесь за консультацией к врачу-флебологу.

### Почему необходимо обратиться к специалисту как можно раньше?

Лечение варикозной болезни необходимо по одной простой причине: как у любого другого заболевания, у этого недуга есть осложнения. Одни из них значительно снижают качество жизни, например, проявляясь в виде трофических язв, а другие могут быть жизненно опасными (тромбозы и тромбофлебиты).

### Диагностика

Комплекс диагностических мер в отделении хирургии ММЦ «СОГАЗ», включает:

1. консультацию хирурга-флеболога;
  2. выполнение лабораторных исследований,
  3. точную диагностику на новейшем оборудовании:
- ✓ ультразвуковое дуплексное или триплексное сканирование вен нижних конечностей;
  - ✓ МСКТ-флебография с контрастированием на мультиспиральном компьютерном томографе.

### Лечение

На данный момент в клинике используются все методы лечения, включая традиционную флебэктомию, медикаментозную терапию, подбор компрессионного трикотажа, а также современные, безболезненные операции за 1 день:

✓ **внутрисосудистая термическая абляция** (радиочастотная, лазерная) – это воздействие радиочастотного излучения на стенку пораженной вены, благодаря чему вена «склеивается/запаивается» и кровь начинает циркулировать по здоровым сосудам.

✓ **мини-флебэктомия** – это уникальная методика лечения варикозной болезни, без госпитализации в условиях дневного стационара. В отличие от классической флебэктомии, данная технология является малотравматичной и, как следствие, имеет отличный эстетический результат, без разрезов и рубцов. После операции домой Вы отправитесь в тот же день своим ходом.

✓ **склеротерапия** – позволяет точно удалять пораженные варикозом вены. Процедура является инъекционной, проводится амбулаторно, без анестезии и госпитализации. Продолжительность – не более 15-20 минут. Данный метод лечения проводится на начальных стадиях варикозного расширения вен, а также как дополнительная процедура после оперативных вмешательств.

Скоро лето! Пора показать свои ножки в полной красе!

Специалисты ММЦ «СОГАЗ» помогут комплексно решить проблему заболеваний нижних конечностей и сохранить здоровье Ваших ног.



О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Жмёт, натирает, сдавливает... Всё! Больше никакой модной, неудобной обуви. Но вот на полке в магазине та самая пара из серии: «У меня еще нет таких!».

Правильно выбрать обувь важно не только для красоты, но в первую очередь для комфорта и здоровья Ваших ног. Неверно подобранная обувь приносит не только временный дискомфорт, но может стать причиной серьезных заболеваний стопы. Таких как, вальгусная деформация больших пальцев или «косточки» на ногах, плоскостопие, натоптыши, боли в области стопы и др.

## ПРАВИЛЬНАЯ ОБУВЬ



*О том, как правильно выбрать обувь на летний сезон, рассказал заведующий травматолого-ортопедическим отделением, врач – травматолог-ортопед Дмитрий Святославович Савицкий.*

**«Правильная» летняя обувь. Какая она?**

Летом очень жарко. В такую погоду в узкой обуви из синтетики ногам будет некомфортно, они будут потеть. А это предпосылка для развития различных инфекций и образования мозолей. Химические реакции, которые могут протекать на вспотевшей обуви и между синтетическими материалами, и вовсе могут привести к химическим ожогам. Натуральные материалы экологичнее по своей природе, обладают лучшей впитываемостью и, в целом, обладают высокими гигиеническими свойствами.

**В последнее время модной тенденцией является ношение обуви на босую ногу. Насколько это гигиенично? И чем может быть чревато для модников?**

Следовать мировым тенденциям моды нужно разумно. Обувь, надетая на голую ногу, будет впитывать пот и сохранять запах. Данную проблему легко решить, купив специальный тальк и распылители, которые помогают нейтрализовать неприятные запахи.

Если вам принципиально носить обувь на босую ногу – все-таки правильнее будет надеть какой-то минимальный

носочек, который легко спрячется в ваши туфли. Так и образ модника сохраните, и мозолей уже наверняка избежите.

**Важно ли наличие каблука у обуви и какой высоты он должен быть, чтобы не навредить здоровью?**

Часто люди забывают о том, что обувь должна иметь какой-то каблук. Сама биомеханика шага состоит из двух этапов: 1 – мы наступаем на ногу, 2 – мы ее переносим. Большинство из нас первую фазу шага начинают с пятки. В результате, если у обуви нет хоть какого-то каблука, при каждом шаге пятка за счет тонкой подошвы подвергается воздействию, фактически она почти соприкасается с землей, в результате чего травмируется. Это один из главных недостатков балеток - полюбившейся всеми модницами обуви.

**«Каблук компенсирует физиологический изгиб стопы. Но он должен быть небольшим: 4-5 см. Это важно для профилактики варикоза, деформации стопы и правильной нагрузки на позвоночник».**

**Какие еще общие советы Вы можете дать нашим читателям по выбору подходящей обуви?**

Сама стопа – очень сложный орган с большим количеством суставов и сухожилий. Поэтому важно, чтобы подошва была эластичной. Если подошва эластичная, то нога не зафиксирована,

а движется при шаге, как и задумано природой.

Заболевание, которое может появиться из-за прямой плоской подошвы, – это плантарный фасциит, когда источник боли располагается в нижней части ступни. Это происходит из-за хронической макротравматизации стопы.

Также желательно, чтобы стелька имела супинатор. Это полезно - так мы сохраняем физиологическое положение ноги. Желательно их купить и поставить в свою обычную обувь. Но не забывайте о том, что супинатор, и вообще любая стелька, теряет свои свойства через полгода.

На самом деле носить можно всё. Вопрос – как долго вы ходите в этой обуви в течение дня. Туфли на очень высоком каблуке (высоким является каблук от 7 см) желательно носить ограниченное время, не более 2-х часов.

Практически не бывает людей, у которых нет проблем с ногами. Если эта проблема постоянна, первое, что нужно сделать – не заниматься самолечением. Пожалуйста, не старайтесь найти в интернете диагноз своей проблеме и тысячу вариантов «как от неё избавиться раз и навсегда». Обратитесь к врачу, и Вы получите не только профессиональный ответ, но и индивидуальные рекомендации по коррекции или устранению проблемы.

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Тусклый цвет лица, морщины, темные круги под глазами – и это только первый этаж возможных проблем. Спускаемся на пару ступенек ниже – целлюлит, дряблость, потеря упругости и тонуса, отечность. В голове бесконечные схемы о том, как быстро привести себя в порядок, похудеть, вернуть уверенную улыбку и гордую осанку. Голодание, нет, сначала тренажерный зал, обертывания, массажи, и уколы, уколы, уколы.

## 60 ДНЕЙ ДО ЛЕТА ИЛИ «МИССИЯ ВЫПОЛНИМА»

На сегодняшний день, у нас есть реальная возможность выглядеть так, как мы хотим или всегда хотели. Специалисты отделения дерматологии и косметологии ММЦ «СОГАЗ» предлагают широкий спектр инъекционных, аппаратных и эстетических услуг, от классических программ до новейших технологий «волшебных» преображений.

В этом номере мы расскажем о методиках и процедурах, которые будут не лишним провести до наступления лета.

**Сухая кожа, пигментация, «стрессовая» кожа при синдроме хронической усталости.**

«Уколы красоты» – страшная сила! Инъекционные процедуры способствуют активному увлажнению, улучшению цвета лица, устранению мелких морщин.

**Мезотерапия** насытит кожу необходимыми аминокислотами, минералами и витаминами. Процедура **Биоревитализации** (натуральное возвращение жизни, увлажнение) – это отличная подготовка кожи к ультрафиолетовому излучению и активная терапия после загара, как профилактика пигментации, коррекция мелких мимических морщинок, улучшение цвета и тонуса кожи.



Эти процедуры не только активно решают вышеперечисленные проблемы, но способны максимально восстановить структуру кожи, заметно замедляя процесс ее старения и увядания.

**Тело («Где будем делать талию?»)**

Борьба за красивую фигуру не останавливается на достижении желанных цифр на весах. К сожалению, целлюлит, растяжки и дряблость кожи не уходят с лишним весом. Перед такими «врагами» домашние процедуры становятся малоэффективными. Вернуть упругость и ровный рельеф вам помогут современные косметические методики. Специалисты отделения дерматологии и косметологии предлагают:

- 1. Курс липолитической мезотерапии** – обеспечивает удаление локальных жировых отложений даже на тех участках, которые сложно проработать на тренировках, а именно: внутренняя часть рук, галифе, внутренняя часть бедра и т.д.
- 2. Курс мезотерапии** – коррекция стрий (растяжек), уплотнение и увлажнение кожи.
- 3. LPG массаж** – этот метод один из самых востребованных в борьбе с целлюлитом, локальными жировыми отложениями, а также в устранении отечности, оказывая дренажный эффект.
- 4. RF-лифтинг** – революционная методика радиоволнового омоложения кожи. Оказывая воздействие на глубокие слои кожи, данная процедура «запускает» процессы омоложения, возвращая упругость кожи.

**Истончение/выпадение волос**

Причин, приводящих к выпадению волос, множество. Для постановки диагноза и определения правильного лечения необходима консультация врача-дерматолога-трихолога.

В ММЦ «СОГАЗ» с целью оздоровления, стимулирования роста



волос проводятся процедуры Плазмотерапии. Введение обогащенной тромбоцитами плазмы улучшает состояние волос, стимулируя иммунные функции кожи. Каждый может убедиться в том, что собственные биологические ресурсы способны творить чудеса. Также в комплексе Вам может быть предложена мезотерапия и массаж кожи.

**Процедуры мгновенной красоты – подчеркни свою красоту, ухоженность и элегантность всего за один визит.**

- 1. Ботулинотерапия (Ботокс)**
- 2. Контурная пластика**
- 3. Препараты нового поколения**, которые активизируют процессы клеточной регенерации тканей и восстанавливают нашу кожу гораздо эффективнее, на генетическом уровне
- 4. Светотепловое лечение с технологией LHE аппаратом SkinStation MISTRAL, «Radiacy»** (Израиль) может применяться в комплексной терапии пигментации кожи, а также с целью омоложения, лифтинга, уплотнения кожи.

Выглядеть привлекательно вовсе не означает быть худым и вечно молодым. В первую очередь, это значит быть здоровым. Обращайтесь за консультацией по всем волнующим вопросам к дипломированным специалистам.

Записаться на прием можно по телефону 406-88-88 или на сайте [www.sogaz-clinic.ru](http://www.sogaz-clinic.ru)

*\*Все процедуры назначаются индивидуально и имеют накопительный эффект.*