

• дневник депутата

Про увольнения главных врачей

Массовые увольнения руководителей медучреждений Пермского края, которые случились 30 сентября, — яркий пример не продуманных до конца кадровых решений. Шутка ли, в один день система здравоохранения Прикамья лишилась трёх десятков главврачей и директоров, которые вместо продления контрактов получили уведомления об их расторжении. Всё это произошло без объяснения причин и стало полной неожиданностью.

Понятно, что тут же возник скандал. Целые коллективы (например, городской детской больницы №13) воспротивились такому развитию событий и публично заявили об этом. Новый краевой министр здравоохранения Ольга Ковтун объяснила инцидент тем, что именно таким образом система здравоохранения переходит на конкурсный отбор руководителей медучреждений. И даже предложила отправленным в отставку специалистам принять участие в отборе. В моём понимании, объяснения, призванные немного сбить градус общественного возмущения, прозвучали с опозданием.

Есть серьёзные опасения, что мы на пороге больших потерь в системе здравоохранения Пермского края. Уверен, что, если сейчас не вмешаться в ситуацию, процесс кадровых перестановок в таком непрозрачном и непубличном стиле пойдёт дальше и ещё десятки профессиональных и признанных руководителей от медицины потеряют работу. Не хочется верить в версии о том, что на самом



деле речь идёт о борьбе за контроль над финансовыми потоками пермских больниц и поликлиник. Но когда десятки важных кадровых решений принимаются в таком ускоренном режиме, это, конечно, наводит на самые грустные размышления.

Да, сейчас мы с коллегами из краевого парламента потребуем объяснений от правительства. Да, перед нами обязательно отчитаются, что всё происходит в рамках закона. Но, по всей видимости, тогда нам все-рьёз предстоит задуматься о том, нужны ли нам такие законы и директивы, которые позволяют управлять отраслью именно так.

Во всей этой истории остаётся несколько вопросов, которые являются принципиальными и важными. Почему главврач пермской больницы и поликлиники поставлен в такие условия, что уволить его могут без всякой причины? Что это за система выстраивается правительством края и профильным министерством, в которой

трудовых прав и права на собственное мнение у руководителей меньше, чем у любой санитарки (при всём уважении к санитаркам)? И почему в общении с пермскими врачами и специалистами власти выбрали нынешний безапелляционный тон?

Предлагаю правительству Пермского края задуматься над этими непраздными вопросами и уж точно воздержаться в будущем от принятия столь резких кадровых решений в сфере, где именно от уровня квалификации и опыта зависит жизнь и здоровье жителей Пермского края. Разговоров про наведение порядка в отрасли здесь точно будет мало. Уверен, что теперь каждый шаг и решение регионального Минздрава будет рассматриваться общественностью под микроскопом.

Илья Шулькин,
депутат
Законодательного
собрания
Пермского края



МАНУАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ — спасение для опорно-двигательного аппарата

Всё чаще и чаще мы слышим о болях в спине, как же раньше жили наши предки? Почему раньше не было остеохондроза, грыж, а сейчас это распространенное заболевание? Проблемы были у людей и раньше, но в наше время много диагностического оборудования и всевозможные заболевания можно легко определить. Столкнувшись с заболеваниями позвоночника, многие стали узнавать, что такое мануальная терапия. Мануальная терапия считается нетрадиционным методом лечения, но это правда очень высококачественный и профессиональный метод лечения. При входе в кабинет не забывайте, что это врач, которому можно доверить свою спину. Сначала вам ставится диагноз, после чего начинается сама процедура. Начинают с обычного массажа, чтобы снять тонус мышц и расслабить их, а затем идёт комплекс мануальных упражнений. Не бойтесь и доверьтесь врачу, он вам очень поможет! Будьте здоровы!

Подробную консультацию вы можете получить по телефону 204-14-54 (звонок бесплатный).

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

Береги спину смолоду

• медицинский ликбез

Дарья Крутикова

Сложно найти человека, который хотя бы раз в жизни не чувствовал боль в пояснице, а у некоторых эти боли стали привычными. Таким людям выражение «радикулит скрутил» знакомо не понаслышке. О том, как держать заболевание под контролем и не допустить его обострения, рассказал Алексей Солин, врач-физиотерапевт.

Внезапная боль в районе поясницы чаще всего возникает при неудачном движении, обычно, когда выполняется резкий наклон вместе с разворотом в сторону, что очень сильно нагружает нижнюю часть спины. А если какие-либо разрушительные изменения в позвоночнике уже начались (к примеру, остеохондроз или межпозвоночная грыжа), то вероятность возникновения радикулита увеличивается в несколько раз. Если учесть, что позвоночник сохраняет свой рост и понемногу начинает стареть, уже когда человек находится в 20-летнем возрасте, риску подвержены в том числе и совсем молодые люди. Но всё-таки обычно от радикулита страдают люди в старшем возрасте (35–65 лет).

Это заболевание ни в коем случае нельзя лечить самостоятельно, без обследования врача-невролога. Только после осмотра и

определения причины заболевания врач назначает болеутоляющие препараты, раздражающие препараты местного действия (мази на основе пчелиного или змеиного яда), витамины группы В, биогенные стимуляторы (например, алоэ). Также специалисты назначают вытяжения, физиотерапевтические процедуры, иглоукалывание и т. д.

Одним из способов облегчить состояние больного является массаж. При лечении радикулита рекомендуют общий или местный массаж. В первом случае массируется спина и конечности, во втором — только область, на которую распространяется боль. Выбор метода лечения зависит от места локализации радикулита и стадии заболевания.

Задача специалиста при ручном массаже — разогреть болезненное место, расслабить спазмированные мышцы, усилить кровообращение, обеспечить отток лимфы. Профессионалы с опытом



в несложных случаях могут восстановить правильное положение позвонков.

Для решения проблемы необходимо пройти курс массажа, в течение которого специалист восстанавливает и укрепляет мышцы спины, приводя её в симметричное состояние. В результате у пациента формируется двигательный стереотип с правильным распределением нагрузки на позвоночник, улучшается подвижность конечностей. Кроме того, человек получает приятные ощущения и ослабление боли. При лечении радикулита это немаловажно, поскольку стресс является одним из факторов развития заболевания.

ЗДОРОВЫ ЛИ ВАШИ ВЕНЫ?

Предлагаем Вам для начала НЕБОЛЬШОЙ ТЕСТ.

На заданные вопросы отвечайте: ДА или НЕТ.

1. Вы ощущаете тяжесть или усталость в ногах по вечерам?
2. У Вас отекают или болят ноги и нарушена чувствительность?
3. Ощущаете боли при ходьбе или спуске с лестницы?
4. Имеются ли у вас сосудистые «паутинки» на ногах?
5. Вы пользуетесь противозачаточными средствами?
6. У Вас есть сахарный диабет?
7. Признаки воспаления или красные полосы на ногах?

Результаты тестирования:

Если Вы ответили «да» даже на один вопрос, вы находитесь в группе риска развития заболеваний вен. Варикозное расширение вен — это расширенные от застоя крови вены.

Заболевания вен могут появиться у каждого из нас. Вот только некоторые факторы, приводящие к развитию хронической венозной недостаточности и варикозному расширению вен:

- сидячая работа или работа «на ногах»,
- плоскостопие,
- беременность,
- наличие варикоза у родственников,
- поднятие тяжестей,
- тесная обувь и обувь на каблук,
- избыточный вес,
- курение и алкоголь.

Стадии варикозного расширения вен:

- На первой стадии варикозной болезни отекают ноги к концу дня, возникает чувство тяжести и распирания в области икроножных мышц, чувство жара в ногах и ночные судороги. Появляются мелкие сине-красные сосудистые «звездочки».
- На второй стадии к вышеперечисленным признакам присоединяются хорошо визуализированные расширенные синюшного цвета вены.
- Наконец, на третьей стадии заболевания расширяются подкожные вены, которые становятся похожи на грозди перезревшего красного винограда. Если болезнь запустить, возможно развитие таких осложнений, как тромбоз, трофические язвы и экзема на пораженных участках. А это уже четвертая стадия заболевания.

Диагноз

Итак, если вы заметили у себя даже начальные симптомы варикозного расширения вен, в ближайшее время обратитесь к врачу. Успех лечения варикозной болезни напрямую зависит от того, на какой стадии ее развития начато лечение. После первичного осмотра врач назначит вам тот или иной вид инструментального исследования.

Лечение и профилактика

Для профилактики и лечения варикозного расширения вен применяется **профилактический и лечебный компрессионный трикотаж**, который должен обладать одним

очень важным свойством — оказывать правильное распределение давления (компрессии) по всей ноге. На лодыжке компрессия составляет 100%, к колену уменьшается до 75%, у бедра остается 50% компрессии, а к паху 20% — это принцип градуированной компрессии. Компрессионное действие трикотажа — это создание дополнительного каркаса, поддерживающего вены и защищающего их от чрезмерного растяжения. Давление на вены сужает их просвет, что приводит к равномерному увеличению скорости оттока венозной крови и снижению риска образования тромбов. Дозированное сжатие мягких тканей голени защищает ноги от отеков, усталости и болей в мышцах. Компрессия стенок вен поддерживает клапаны вен и не дает крови застаиваться на одном месте.

На нашем рынке много трикотажа, который предлагают как компрессионный, но на деле он не обладает даже профилактическими свойствами. Этот трикотаж улучшает силуэт, но противоварикозным эффектом не обладает. Поэтому настоящий компрессион-



ный трикотаж необходимо покупать известных марок и только в специализированных салонах-магазинах. Одними из доступных и качественных являются трикотажные изделия американской марки VENOTEKS®. Трикотаж премиум-класса представлен немецкой компанией BAUERFEIND®.

В производстве компрессионного трикотажа VENOTEKS® и BAUERFEIND® используются самые современные технологии и материалы. Продукция зарегистрирована в Минздравсоцразвития РФ, а также имеет международный сертификат качества. Лечебная эффективность подтверждена клиническими исследованиями. Они показали, что при регулярном ношении настоящего компрессионного трикотажа исчезают боли в ногах, проходят отеки, улучшается работа мышечно-венозной помпы. Современный качественный лечебный трикотаж на внешний вид неотличим от обыкновенных колготок и чулок, выглядит на ногах эстетично и красиво. Широкий ассортимент марок VENOTEKS® и BAUERFEIND® включает в себя колготы, чулки с обычной и ажурной силиконовой резинкой, чулки для ношения с поясом, моночулки и гольфы.

В сети ортопедических салонов **АльтераМед** представлен широкий ассортимент компрессионного трикотажа. Медицинские консультанты совершенно бесплатно проведут индивидуальный подбор в зависимости от клинических проявлений и объемов ноги человека.

АКЦИЯ!*

При покупке двух пар трикотажа на вторую пару 30% скидка, трёх пар — на третью пару 50% скидка, четырёх пар — на четвёртую пару 70% скидка



СЕТЬ ОРТОПЕДИЧЕСКИХ САЛОНОВ

alteraMED

АДРЕСА салонов в Перми:

- ул. Крупской, 40, т. 257-93-39
- ул. Крупской, 41, т. 257-93-40
- ул. М. Рыбалко, 39а, т. 203-21-30
- ул. М. Рыбалко, 88, т. 257-93-93
- ул. Островского, 74, т. 257-93-33
- ул. Революции, 21, т. 206-03-26
- ул. Стахановская, 19/1, т. 257-93-83
- ул. К. Леонова, 60, т. 257-93-20
- ул. Ушинского, 1, т. 257-93-80
- ул. Вильямса, 37, т. 215-83-16
- ул. Екатерининская, 194, т. 244-70-07
- ул. Братьев Игнатовых, 17, т. 221-54-82
- ул. Чкалова, 44, т. 244-05-29
- пр. Парковый, 15/6а, т. 202-00-52
- пр. Комсомольский, 35, т. 202-53-22
- пр. Комсомольский, 56, т. 203-60-80

* Акция действует до 31.10.15 г. Организатор — ООО «АльтераМед». Подробности — в салонах и по телефону.

ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ, УТОЧНИТЬ ВОЗМОЖНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ