



№ 1 (46)
январь 2016 г.

ИРКУТСКИЙ
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР

16+

Медицина, основанная на доказательствах

КАК ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ?

Учредитель: ИРКУТСКИЙ ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР



Суперсовременный маммограф появился в Иркутске

В Иркутском диагностическом центре завершается монтаж нового уникального медицинского оборудования – это первая в России цифровая маммографическая система «Senographe Essential».

Прибор последнего поколения, пока такого аппарата нет ни в одном медицинском учреждении страны. Приобретение эксклюзивного маммографа открывает невероятные широкие диагностические возможности, как для пациенток, так и для врачей. В медицинском сообществе данный прибор еще называют мини-томографом для исследований молочной железы. В аппарате представлено сразу несколько эксклюзивных опций. Маммографическая система, во-первых, предназначена для проведения стандартных скринингов, как с профилактической целью, так и для постановки диагноза. Во-вторых, данный прибор позволяет посрезово сканировать молочную железу, уходя вглубь на 9 уровней, исследуя каждый уровень по отдельности. Данная функция называется – томо-

синтез. Это преимущество позволит врачам более точно выявлять новообразования, детализировать место их расположения внутри органа и исследовать их структуру. Подобной функцией не обладает ни один маммограф в регионе. И еще уникальное достоинство прибора – он сам может брать биопсию. Биопсия молочной железы считается одной из сложных процедур, которую в настоящее время врачи проводят вручную. Попаст в нужное место внутри молочной железы довольно сложно. Данный маммограф сам определяет место новообразования внутри железы, направляет туда иглу и прицельно берет биопсию (образец ткани), для уточнения и постановки диагноза.

Татьяна Литвинова,
*заведующая отделом лучевой
диагностики ИДЦ:*

— Сейчас мы стоим на пороге нового этапа качественной диагностики заболеваний молочной железы. К сожалению, рак груди занимает высокое место по распространенности онкологических заболеваний среди женщин. После сорока лет с профилактической целью каждая женщина

1 раз в два года обязательно должна проходить маммографию. После 50 лет – уже каждый год. Тем более, что сейчас для этого создаются все условия. Маммограф, который будет работать в нашем Центре, открывает широкие возможности визуализации молочной железы, что включает в себя и скрининг, и послыйное томографирование, и внутривенное контрастирование, и проведение биопсии. Во время обследования на экране монитора врач будет видеть цифровое изображение превосходного качества, аппарат способен выполнять 3D-реконструкцию молочной железы, все эти свойства позволяют быстро и эффективно получать диагностически достоверную информацию. Что чрезвычайно важно для постановки диагноза как можно в более ранние сроки.

Наши специалисты-рентгенологи прошли специализированное обучение в Москве в Российской медицинской академии последипломного образования НИИ клинической онкологии им. Блохина. Начать работу и принять первых пациенток на обследование, мы планируем уже в феврале.

Светлана Михнева

● В НОМЕРЕ



Стоп грипп!

Какие меры профилактики помогут остановить эпидемию свиного гриппа

Страница 2



Эндоскопия мирового уровня

Исследование кишечника по особым стандартам – без боли и с взятием биопсии

Страница 3



Вредная влажность

Как не испортить ноги после занятий спортом или посещения бассейна

Страница 7



Не так страшен грипп, как его разновидности

Об эпидемиологической ситуации со свиным гриппом



Начало 2016 года ознаменовалось нарастающим уровнем заболеваемости гриппом и ОРВИ по всей стране. В Роспотребнадзоре сообщили, что повторяется ситуация 2009 года, и речь идет о вирусе А(Н1N1), который получил название как свиной грипп.

О первых симптомах свиного гриппа

Отличительное свойство свиного гриппа в том, что развивается он очень быстро, остро. Еще 2 часа назад все было хорошо, и вдруг самочувствие резко ухудшается, высокая температура, сильная головная боль, раздражает свет, шум, за грудиной ощущается стеснение, идет тяжелая интоксикация организма. Возможна тошнота и рвота. Нужно сразу обращаться за медицинской помощью. Позиция: «Отлежусь два денечка и на работу», может привести к непоправимым последствиям. И, конечно, ни в коем случае не заниматься самолечением.



Осложнения гриппа А(Н1N1)2009

Характерная особенность этого гриппа — раннее появление осложнений. Если при сезонном гриппе осложнения возникают, как правило, на 5-7 день и позже, то при гриппе А(Н1N1)2009 осложнения могут развиваться уже на 2-3-й день болезни.

Среди осложнений лидирует первичная вирусная пневмония. Ухудшение состояния идет быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией легких. Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни. Также возможны серьезные осложнения на сердце, почки, и другие органы.

О прививке

Сегодня прививку ставить уже не следует, и врачи, и ученые не рекомендуют этого делать, потому что период эпидподъема идет. Однако, достоверно зафиксировано, те пациенты, кто был вакцинирован от гриппа, не заражаются вирусом, либо переносят заболевание в легкой форме.

Меры профилактики

Сегодня главная задача всего общества — не допустить заражения и распространения заболевания. Обязательные требования:

1. Мыть руки, лицо, промывать носовые ходы, смывая с них слизь и грязь по возвращении домой.
2. Обрабатывать поверхности (столы, дверные ручки, стулья и т.д.), все

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ?

- Выделите больному отдельную комнату. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.
- Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.
- Часто проветривайте помещение.
- Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.
- Часто мойте руки с мылом.
- Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (платком, шарфом и др.).
- Ухаживать за больным должен только один член семьи.

гаджеты, которые берете в руки — пульт, планшеты, сотовый телефон, очки. Все это требуется содержать в чистоте, потому что вирус на таких поверхностях хорошо выживает. И даже когда мы чистыми руками берем грязную вещь, руки опять становятся грязными, и мы подносим их к лицу.

3. Не надо трогать лицо, без острой нужды прикасаться к носу, ко рту, и тем более покусывать какие-то предметы: ручки, дужки от очков и т. д. Это ворота инфекции, таким образом можно заразиться.

4. Закрывать свои дыхательные пути маской, когда выходите в людные места. В первую очередь это обя-

зательно нужно делать людям из групп риска — беременным женщинам, людям с диабетом, ожирением, пожилым, людям с соматическими проблемами, сердечнососудистыми, хроническими легочными заболеваниями. Лучше общественные места пока вообще не посещать и не вступать в контакт с большим количеством людей.

5. По возможности не пользоваться общественным транспортом, но если это необходимо, нужно надеть маску.

*По информации
Управления Роспотребнадзора
по Иркутской области*

ЗАБОР КРОВИ НА ДОМУ

>>> выезд медсестры во все районы Иркутска

и ближайший пригород

>>> наличный и безналичный расчет

>>> оплата на дому у пациента

NEW

**ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ
ПО ТЕЛЕФОНУ 211-240 И НА САЙТЕ: dc.baikal.ru**

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

● НАВСТРЕЧУ КЛИЕНТУ

Деликатное исследование

Преимущества проведения колоноскопии в Диагностическом центре

Диагностическую ценность колоноскопии переоценить трудно. Это самый достоверный метод осмотра толстой кишки изнутри, главная задача которого – вовремя обнаружить предраковые состояния или рак на ранней стадии. Если врач назначает данное исследование, пациенту не нужно искать других, альтернативных процедур. Возможности современной эндоскопии позволяют не только выявлять изменения и новообразования, но и радикально удалять их во многих случаях даже в амбулаторных условиях.

С профилактической целью колоноскопию рекомендуется проводить даже при отсутствии жалоб, как мужчинам, так и женщинам после 45-50 лет. Если в семье уже были случаи злокачественных опухолей, то первую колоноскопию следует пройти после сорока лет. Цель таких осмотров – обнаружить заболевание до того, как начнут проявляться его симптомы, поскольку большинство предраковых состояний и даже начальные стадии развития рака протекают бессимптомно, и часто пациент не догадывается о начале опасного заболевания. Предраковыми состояниями толстой кишки являются полипы, хронический язвенный колит, болезнь Крона. Чем раньше будет обнаружена злокачественная опухоль, тем выше шансы на полное излечение.



В год в Диагностическом центре более восьми с половиной тысяч пациентов проходят колоноскопию. Отработанная методика проведения исследования и большой опыт врачей позволяют провести процедуру с минимальным дискомфортом. Обязательным стандартом при проведении колоноскопии является цитологическое и гистологическое исследование. То есть во время осмотра врач выполняет биопсию – берет маленькие кусочки слизистой толстой кишки для последующего исследования их структуры под микроскопом. Процедура эта безболезненная. Затем пациент получает на руки результаты, в которых отражено, есть ли вероятность возникновения ракового заболевания или нет.

Для лучшей визуализации изменений слизистой кишки в ИДЦ применяются только новейшие эндоскопы с возможностью увеличения изображения, осмотра в узком спектре света. Современный эндоскоп оснащен световодом и видеокамерой, с помощью которой врач на экране монитора видит изображение высокой разрешающей способности. Практически всем пациентам проводится хромокопия – окрашивание слизистой специальными безвредными красителями, позволяющими идентифицировать мельчайшие нарушения микрорельефа, которые могут свидетельствовать о предраковых изменениях.

Кроме того, своевременное выявление полипов при колоноскопии позволяет выполнить их удаление через эндоскоп, не прибегая к большой операции, связанной с удалением части толстой кишки. Если врач во время исследования видит какие-либо образования, он сразу их удаляет. Хотя обычно в других лечебных учреждениях сначала больным колоноскопию проводят с це-

лью обследования, затем эту же процедуру назначают повторно с целью лечения. Получается, что пациент два раза приходит, соответственно дважды готовится, и что немаловажно два раза оплачивает. В Диагностическом центре не так: за одну процедуру выполняется и исследование, и в случае необходимости лечение.

Еще один важный для пациентов нюанс. Колоноскопия связана с определенными болевыми ощущениями и дискомфортом, вызванными расправлением кишки воздухом. Поэтому только в Диагностическом центре в ходе исследования применяется углекислый газ (CO₂). Он нагнетается в просвет кишки, в результате чего складки толстой кишки расправляются, что обеспечивает врачу четкую визуализацию рельефа стенок, слизистой оболочки, видны особенности сосудистого рисунка и т.д. Введение CO₂ при колоноскопии имеет ряд преимуществ, в частности, этот газ быстро всасывается тканями, что сокращает время его нахождения в просвете толстой кишки и, соответственно, значительно уменьшает дискомфорт. Если же пациент вообще не хочет испытывать неприятные ощущения, исследование можно провести под медикаментозным сном, что увеличивает шансы на полноценное и безболезненное выполнение процедуры.

Современная медицина эндоскопическими методами способна диагностировать рак толстой кишки практически в 100% случаев на ранней стадии, а значит свести до нуля смертность от этих страшных заболеваний.

*Владимир Неустров,
заведующий отделом эндоскопии*



Лечение варикоза по мировым стандартам

Многих женщин сильно расстраивают некрасиво выпячивающиеся вены на ногах. Хотя варикозное расширение — проблема актуальная и для мужского пола. Как и любую болезнь, варикоз лучше начинать лечить на ранних стадиях, не дожидаясь, когда ноги будут изуродованы измененными венами. Сегодня есть способ, позволяющий быстро и эффективно избавиться от проблемы: эндовенозная лазерная облитерация вен. О преимуществах одной из самых современных технологий лечения стволового варикоза рассказывает Андрей ПЕТКЕВИЧ, сосудистый хирург, заведующий консультативным отделением хирургического профиля Иркутского диагностического центра.



распространяться с притоков на ствол подкожной вены и в глубокую венозную систему. Тромбы могут открываться и перемещаться в верхние отделы кровеносной системы по

ходу тока крови: к сердцу и легким. Кроме того, при длительно текущем варикозе на голених появляются язвы, их вылечить очень сложно.

— **В чем заключается лазерное лечение варикоза?**

— Суть в том, что лазерное излучение воздействует на венозную стенку. В вену через небольшой прокол на голени или бедре проводится лазерный световод. Во время работы лазера вена как бы «склеивается» изнутри. Мы не удаляем вену, оставляем ее на месте. Через определенное время она прорастает соединительной тканью и исчезает, что и обеспечивает хороший косметический эффект. Точность операции достигается благодаря тому, что все проходит под контролем ультразвукового ангиосканирования.

— **Есть какие-то ограничения после такой операции?**

— После ЭВЛО на ногу надевается компрессионный чулок, его нельзя снимать в течение двух суток. На

вторые сутки следует показаться врачу на контрольный осмотр. Начиная с третьих суток, можно на ночь снимать чулок, а общая длительность его ношения обычно составляет 1,5–2 месяца. Две недели после процедуры ЭВЛО не рекомендуем заниматься фитнесом, посещать баню, сауну, солярий, нужно ограничить тяжелые физические нагрузки. Очень важный момент: эта операция хороша при ранней стадии варикоза, когда вены только начали расширяться, но еще не изменены. Чем больше времени проходит от начала заболевания, тем меньше шансов на лазерную операцию. В особенности хочется на это обратить внимание мужчин, они чаще обращаются к врачам, когда вены уже довольно в запущенном состоянии. Если заметили расширенные вены — приходите консультироваться к сосудистому хирургу. Врач проведет исследование и назначит подходящее лечение.

Беседовала Полина ОРЛОВА

— Эндовенозная лазерная облитерация вен (ЭВЛО) — в мире этот способ лечения варикозной болезни признан одним из самых распространенных. По большому счету это даже не «операция», поскольку врач не делает разрезов и не выполняет швов на конечности, не применяет общую или спинальную анестезию. Все выполняется через проколы под местной анестезией. ЭВЛО относится к разряду так называемой «офисной хирургии», когда сразу же после выполнения процедуры пациент самостоятельно покидает медицинский центр и может приступить к повседневной деятельности. Раньше после традиционных операций на венах пациенты лежали в больнице дней 10, а потом был еще долгий реабилитационный период. А здесь пациент пробудет в стационаре несколько часов и после осмотра, пойдет заниматься своими делами.

— **Какие опасности несет в себе поврежденная вена? Почему так важно вовремя обращаться к врачу?**

— Варикозное расширение вен — это не только косметический дефект, но и серьезная проблема для всего организма. Вены, не выполняющие свою функцию — переносить кровь, — начинают причинять страдания, уродуя ноги и вызывая неприятные, болезненные ощущения. Осложнение варикоза — тромбофлебит, который может

ЛАЗЕРНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ВАРИКОЗА

(ЭНДОВАСКУЛЯРНАЯ ЛАЗЕРНАЯ КОАГУЛЯЦИЯ ВЕН)

- »» БЕЗ ОПЕРАЦИИ
(НЕТ РАЗРЕЗОВ И ШВОВ)
- »» МИНИМАЛЬНЫЙ ПЕРИОД
РЕАБИЛИТАЦИИ
- »» ПОД КОНТРОЛЕМ УЗИ
- »» БЕЗОПАСНО
- »» 100% РЕЗУЛЬТАТ

NEW!

ТОЛЬКО
В ИДЦ



О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

УЗИ ИССЛЕДОВАНИЯ

- НОВОЕ И ЭКСКЛЮЗИВНОЕ
ОБОРУДОВАНИЕ
- ВЫСОКОТОЧНЫЕ
ИЗОБРАЖЕНИЯ
(ТЕХНОЛОГИИ 3D И 4D)
- ЗАПИСЬ УЗИ-СНИМКОВ
НА CD-ДИСК

Т. 211-240



ИРКУТСКИЙ ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

● ЭТО НАДО ЗНАТЬ КАЖДОМУ

ЦИСТИТ: причины, симптомы, лечение

Циститом болеют как мужчины, так и женщины. Но женщины чаще, это связано с анатомическими особенностями строения женских мочевыводящих путей. Хотя цистит – заболевание воспалительное, вызванное попаданием бактериальной инфекции в мочевой пузырь, в осенне-зимний период оно встречается чаще, поскольку одна из причин возникновения цистита – переохлаждение организма.

Также причинами воспалительного процесса может стать кишечная палочка, которая попадает в мочевой пузырь из прямой кишки.

У мужчин цистит обычно развивается на фоне простатита или аденомы простаты. Мочевой пузырь, который не опорожняется полностью, становится местом для роста и развития бактериальных колоний, вызывающих воспаление. Еще к причинам заболевания относятся: длительное ношение тесной одежды, нарушающее кровообращение в малом тазу, недостаточное утепление низа живота (ношение коротких курток, тонких колгот и брюк), а также сидение на холодных поверхностях, длительное сидячее положение без перерывов, при котором развиваются застойные явления в малом тазу.

Цистит, как правило, начинается с острых симптомов: частое и болезненное мочеиспускание каждые 15–20 минут, чувство

жжения при мочеиспускании, ложные позывы к мочеиспусканию, тянущие боли внизу живота и в нижней части спины, наличие крови в моче.

При первых же симптомах, характерных для цистита, следует обратиться к врачу, только специалист может установить правильный диагноз и назначить лечение. Главная задача – быстро уничтожить бактерию-возбудителя, чтобы заболевание не перешло в хроническую форму, которая лечится долго и трудно. Поэтому следует тщательно выполнять все предписания врача и не заниматься самолечением. Во время лечения цистита надо полностью отказаться от алкоголя, острой и жирной пищи, которые усугубляют воспалительный процесс.

Чтобы не допустить развитие цистита, следует знать и соблюдать некоторые меры профилактики. Соблюдать правила интимной гигиены, полностью опорожнять мочевой пузырь, регулярно посещать туалет – не терпеть, избегать ношения утягивающего нижнего белья и узкой одежды.

Мужчины, внимание!

Дискомфорт, связанный с мочеиспусканием, может быть признаком не только цистита, но и простатита, аденомы простаты или рака мочевого пузыря. Обратитесь к врачу как можно раньше!

НОВЕЙШИЕ ЛАЗЕРНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ЛЕЧЕНИЯ В ИДЦ

УРОЛОГИЯ АНДРОЛОГИЯ

Лазерное лечение урологических заболеваний (мочевого пузыря, простаты, уретры и тд) на аппарате экспертного класса Lumenis (США)

**ТОЛЬКО
В ИДЦ**



NEW!

Реклама

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ ПРИЕМ СПЕЦИАЛИСТОВ ИДЦ

- Венеролог (женский)
- Венеролог (мужской)
- Акушер-гинеколог
- Уролог
- Андролог
- Дерматолог

ЛЕЧЕНИЕ И МАНИПУЛЯЦИИ

Забор материала на биопсию.

Урологический массаж.

Лечение мужского бесплодия, эректильной дисфункции, болезней мужской половой сферы, воспалительные процессы мужских половых органов, гормональные отклонения у мужчин.



Реклама



г. Иркутск, ул. Байкальская, 109

Тел.: 211-240, сайт: dc.baikal.ru

[facebook.com/irkdcenter](https://www.facebook.com/irkdcenter)

vk.com/idc_vk



Что такое мультиспиральная компьютерная томография?

В каких случаях назначают проведение МСКТ-исследования



Проведение исследования на мультиспиральном томографе 640 срезов

Когда пациентам сегодня назначают пройти МРТ, большинство знают, что это за процедура и особых вопросов не задают. А вот термин «мультиспиральная компьютерная томография» часто вызывает недоумение, о чем идет речь.

На сегодняшний день мультиспиральная компьютерная томография – это один из самых высокоэффективных и современных методов исследования организма человека. МСК-томограф внешне похож на компьютерный томограф, процедура исследования происходит по такому же принципу: пациент ложится и выполняет указания врача. Затем на руки получает снимки. Если не вдаваться в технологические подробности, то МСКТ – это способ диагностики, основным преимуществом которого является получение изображения тонких срезов определенного органа. Во время исследования структура внутренних органов отображается на экране монитора, и происходит построение трехмерных конструкций на компьютере, что позволяет врачам оценить пространственность новообразований. Мультиспиральные томографы отличаются друг от друга тем, какое количество срезов они выдают при проведении исследования. Чем выше это число, тем возрастает диагностическая ценность аппарата. Есть томографы на 16 срезов, на 32 среза, в Диагностическом центре установлен мультиспиральный компьютерный томограф на 640 срезов. Этот прибор можно назвать уникальным, поскольку при проведении иссле-

дования врачи сразу получают 640 срезов изображения анатомического объекта, толщина среза от 0,1 мм. Благодаря столь высокой разрешающей способности аппарата, медики могут выявлять самые минимальные изменения в организме, когда болезнь находится на самой ранней стадии и ее можно эффективно вылечить. Это особенно актуально для ранней диагностики болезней сердца, выявления новообразований на начальной стадии и т.д.

Светлана Михнева

Какие органы и системы человеческого организма можно обследовать на мультиспиральном томографе? Практически все!

- МСКТ головного мозга (при острых нарушениях мозгового кровообращения, черепно-мозговых травмах средней и тяжелой степени, опухолях головного мозга с контрастированием);
- МСКТ позвоночника (травматические повреждения, опухолевые и воспалительные заболевания, дегенеративные изменения, выявление грыж межпозвоночных дисков и т.д.);
- МСКТ придаточных пазух носа (синуситы, кисты пазух);
- МСКТ верхней и нижней челюсти;
- МСКТ орбит, височно-нижнечелюстных суставов;
- МСКТ мягких тканей и органов шеи, грудной клетки, брюшной полости и забрюшинного пространства (заболевания печени, почек, надпочечников, поджелудочной железы, селезенки, поражение лимфатических узлов, сосудов брюшной полости);
- МСКТ малого таза;
- МСКТ сосудов головы и шеи, сосудов верхней и нижней конечностей;
- МСКТ грудной и брюшной аорты;
- МСКТ суставов и костных структур (опухолевые, воспалительные заболевания, травматические повреждения) и т.д.

МСКТ-исследования на томографе 640 срезов можно проводить пациентам с повышенной массой тела, грузоподъемность стола составляет 200 кг (подобной опции нет ни у одного аппарата в области). И еще одно несомненное удобство – время проведения непосредственно МСКТ исследования в среднем составляет от 1 до 5 минут.

КАК ЗАПИСАТЬСЯ НА ИССЛЕДОВАНИЕ

Записаться на исследования можно через «Электронный кабинет» в медицинском учреждении по месту жительства в рамках программы государственных гарантий (бесплатно, при наличии полиса ОМС).

Или платно – при наличии документа, удостоверяющего Вашу личность. В этом случае записаться можно одним из трех способов:

1. Через Личный кабинет пациента. Следует получить доступ в Личный кабинет в регистратуре ИДЦ или зарегистрироваться самостоятельно на сайте: www.dc.baikal.ru/online/.

2. По электронной почте: zakaz@dc.baikal.ru. В заявке следует указать свои данные (ФИО), желаемую дату проведения исследования. Сотрудники регистратуры забронируют день и время приема специалиста и отправят информацию на Ваш электронный адрес.

3. По многоканальному телефону: 8 (3952) 211-240. По телефону Вы можете уточнить расписание работы врачей или в случае необходимости перенести исследования на другое число.

Все исследования проводятся по предварительной записи.

NEW Оплатить медицинские услуги можно в кассе Центра или на официальном сайте www.dc.baikal.ru в разделе «Онлайн-оплата».

Иркутский диагностический центр работает с понедельника по субботу с 8:00 до 20:00 часов. Выходной – воскресенье.



г. Иркутск, ул. Байкальская, 109

Тел.: 211-240, сайт: dc.baikal.ru

[facebook.com/irkdcenter](https://www.facebook.com/irkdcenter)

vk.com/idc_vk

МСКТ ИССЛЕДОВАНИЯ

НА УНИКАЛЬНОМ ДЛЯ РОССИИ ТОМОГРАФЕ (640 СРЕЗОВ)



AQUILION ONE VISION EDITION - МИРОВОЙ ЛИДЕР КОМПЬЮТЕРНОЙ ТОМОГРАФИИ



» Первая в мире и единственная в РФ динамическая система для объемной компьютерной томографии;

» Для пациентов любого возраста; Высокое качество исследований в кратчайшие сроки;

» Объемное сканирование в режиме 4D;

» Не провоцирует клаустрофобию;

» Грузоподъемность стола 200 кг;

» Более точная диагностика заболеваний артерий сердца;

» Диаметр тоннеля 80 см.

Береги стопы с молодю

Профилактика грибковых инфекций ног

Микоз стопы – одно из самых распространенных грибковых заболеваний ног. У него есть и другое название – «стопа спортсмена». Теплая и влажная обувь – идеальная среда для питания грибов. Поэтому они нередко поражают ноги именно у спортсменов, которые во время тренировок постоянно используют одну и ту же пару специальной обуви.

Однако, встретиться микоз может и у людей, далеких от профессионального спорта. В последнее время количество заболевших увеличивается за счет массового посещения бассейнов, саун, фитнес-центров.

Симптомы микоза стопы:

- Покраснение кожи стопы.
- Неприятный запах.
- Шелушение кожи.
- Появление мелких пузырьков или волдырей.
- Зуд, особенно в складках кожи.
- Белая сморщенная кожа между пальцев ног.

Микоз может распространяться и на кожу рук – если контакт с пораженной кожей стоп происходит постоянно.

Что вызывает «стопу спортсмена»?

Микоз стоп провоцирует активное развитие грибов дерматофитов, которые способны поражать кожу, волосы и ногти.

Где можно встретиться с дерматофитами?

Как правило, заражение дерматофитами происходит в общественных местах: в бассейнах, душевых или раздевалках фитнес-центров, в спа-салонах, саунах и банях. Грибок предпочитает теплую и влажную среду подобных помещений. Поскольку он обитает в верхних слоях кожи, то с нее легко попадает на пол, где может прожить некоторое время.

Факторы риска развития микоза стоп

- Снижение иммунитета из-за генетических факторов, приема иммунодепрессантов, развития диабета или рака.
- Гипергидроз. Избыточное потоотделение кожи стоп значительно увеличивает вероятность грибковой инфекции.
- Несоблюдение мер личной гигиены при пользовании общим душем, сауной, баней, спортивным залом.

Профилактика развития грибка стопы

1. В общественных раздевалках не ходить босиком.
2. Заниматься спортом в хорошо вентилируемой обуви и в специальных носках, которые легко отводят пот. После тренировки переодевать носки.
3. Влажную от пота обувь прежде, чем надеть снова, необходимо тщательно просушивать.
4. Никогда не надевать чужую обувь и носки.
5. Тщательно мыть и хорошо вытирать ноги. Грибок любит влажную среду – ему трудно поразить просушенную кожу.
6. Не носить зимнюю обувь в помещении длительное время. На работе всегда иметь пару сменной обуви.
7. Применять специальные средства от излишней потливости стопы и обрабатывать обувь антибактериальными спреями.

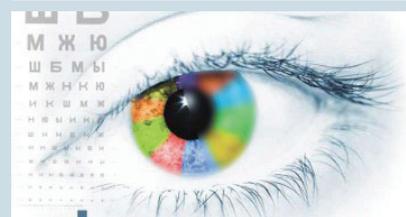
Что делать, если грибок стопы появился?

Если грибок уже поразил стопы, следует обязательно обратиться к дерматологу и тщательно соблюдать все его назначения. Ни в коем случае нельзя применять противогрибковые средства без назначения врача, особенно предназначенные для приема внутрь.

По материалам сайта www.takezdorovo.ru



ОБЪЯВЛЕНИЕ



Нарушение зрения: причины, лечение, профилактика

Приглашаем всех желающих на открытую лекцию о том, как уберечь глаза от возрастных изменений, сохранить четкость зрения. 24 февраля в 15.00 в областной библиотеке имени Молчанова-Сибирского (ул.Лермонтова, 253) врач-офтальмолог Иркутского диагностического центра, к.м.н. Ольга Юрьевна Арановская подробно расскажет, какие симптомы могут свидетельствовать об ухудшении здоровья глаз.

Лекция состоится в рамках совместного сотрудничества между ИДЦ и областной библиотекой. Такие лекции от врачей Диагностического центра в библиотеке проходят один раз в месяц. О дате всех лекций можно узнавать на официальном сайте Диагностического центра или на сайте библиотеки www.irklib.ru в рубрике «Афиша». Вход для всех слушателей бесплатный.

Уточнить информацию можно по телефону: 211-259 или 48-66-80 (доб. 110)





Продукты, которые не стоит есть зимой

Они не принесут пользу здоровью, зато нанесут вред кошелечку

Покупка многих несезонных овощей и фруктов зимой не только пустая трата денег, а в некоторых случаях еще и может стать причиной распространенных зимних заболеваний — от простуд и гриппа до воспаления суставов. Какие продукты стоит обходить стороной в зимнее время.



Томаты

В январе яркие и упругие помидоры, хоть и кажутся внешне аппетитными и сочными, вряд ли будут такими же на вкус. К тому же и витаминов в зимних томатах ничтожно мало. Как правило, для их созревания используются дополнительные стимулирующие вещества, не всегда полезные для организма человека. В качестве альтернативы лучше использовать домашний томатный сок или замораживать помидоры на зиму и затем использовать их в приготовлении блюд.

Персики

Велик соблазн купить парочку персиков, чтобы побаловать себя или близких. Но зима для этих фруктов не сезон, они вполне могут оказаться невкусными и рыхлыми. Так что лучше подождать до лета, а пока купить зимних яблок — они доступные, вкусные и куда полезнее.

Арбуз

Купить зимой арбуз очень соблазнительное удовольствие. Но у привезенных из жарких стран полосатых ягод и вкус не тот, и аромат другой, да и польза весьма сомнительна. Если все же решитесь на такое приобретение, лучше поискать привезенные из Коста-Рики, они считаются лучшими зимними арбузами.

Клубника

Зимняя клубника на рынке или в супермаркете со стопроцентной вероятностью прибыла издалека, например, из Израиля. Поскольку мягкие ягоды очень быстро

портятся и мнутся во время транспортировки, часто в контейнерах под красивыми и внешне целыми клубничками лежат изрядно помятые и несвежие, которые при употреблении могут стать причиной расстройства желудка. Так что или будьте предельно внимательны при покупке, или подождите лета, когда на прилавках появится местная клубника.

Стручковая фасоль

Стручковая фасоль имеет очень нежный вкус и массу полезных свойств. Однако, в замороженном виде, в котором ее продают зимой, она довольно жесткая и волокнистая. К тому же, как и остальные бобовые, относится к категории охлаждающих продуктов, так что зимой от ее употребления лучше воздержаться.

Кукуруза

Зимой свежую кукурузу найти крайне сложно. Но если она все же встретилась, скорее, это размороженные остатки прошлого сезона — такая кукуруза жесткая, невкусная и полезных веществ в ней практически не осталось. Попробуйте заменить кукурузу брюссельской капустой — ее можно пожарить или запечь в духовке.

Сахар

В холодную погоду хочется согреться сладким горячим чаем или чашкой какао. Однако, повышенное потребление сахара снижает иммунитет, из-за чего сластены чаще болеют респираторными заболеваниями. Попробуйте заменить привычный рафинад медом — это и вкуснее, и полезнее. По крайней мере, в зимний период.

● ВНИМАНИЕ! ВАКАНСИИ!

Иркутскому диагностическому центру на постоянную работу требуются:

1. Рентгенолаборант

- Образование: средне-специальное
- Опыт работы: 3-6 лет
- Заработная плата (ФОТ): от 25 000 руб.

Должностные обязанности:

1. Выполняет в течение рабочего дня объем работы, определяемый расчетными нормами;
2. Участвует в проведении рентгенологических исследований в соответствии со стандартами их выполнения;
3. Оказывает помощь врачу-рентгенологу при выполнении специальных сложных исследований, в оформлении медицинской документации;
4. Осваивает и внедряет новые диагностические методики и технологии.

Требования:

знание и владение методиками рентгенографии, рентгенокопии. Наличие дополнительного образования по маммографии.

Личные качества: работоспособность, коммуникабельность, обучаемость, исполнительность.

Дополнительная информация: способность работать сверхурочно.

2. Уборщик территории

на полный рабочий день (с 7-00 до 16-00 ч).

Требования:

- Пол: мужской
- Образование: не имеет значения
- Опыт работы: не имеет значения
- Заработная плата (ФОТ): 18000 руб.

Должностные обязанности:

Уборка территории предприятия от снега, мусора, стрижка газонов, кустов, уход за зелеными насаждениями, клумбами.

Личные качества: спокойный, уравновешенный, исполнительный.

Условия работы:

трудоустройство в соответствии с ТК, полный соцпакет, питание, спецодежда.

По вопросам трудоустройства обращаться в отдел кадров по телефону: 211-256, или в каб. 317 в будние дни с 8.00 до 17.00, обеденный перерыв с 12.00 до 13.00.

Лучший подарок на 23 февраля и 8 Марта!

ПОДАРОЧНАЯ КАРТА ОТ ИДЦ

КАК ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ?
Истинное проявление своих чувств, заботы и любви.
Ценность во все времена!



т.с: 211-240, dc.baikal.ru

Медицина, основанная на доказательствах

КАК ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ?

Газета «Как Ваше здоровье?»
Иркутского диагностического центра.
Свидетельство о регистрации СМИ
ПИ №ТУ38-00768 от 13 августа 2014 года.
Главный редактор: И.В. Ушаков.

Газета распространяется бесплатно.
Тираж: 3000 экз. E-mail: mkt@dc.baikal.ru
Адрес: г. Иркутск, ул. Байкальская, 109, тел.: 211-259.
Отпечатано в типографии «Репроцентр А1»
г. Иркутск, ул.А.Невского, 99/2, тел./факс (3952) 540-940