

# МОСКОВСКАЯ МЕДИЦИНА *Cito*

ПОНЕДЕЛЬНИК, 19 АВГУСТА 2024 ГОДА

www.nioz.ru

№ 31 (330)



## Марафон здоровья

О бесплатном городском ЗОЖ-марафоне «Дарите время семье» для тех, кто заботится о себе.

<< **СТР. 5**



## Когда кашель становится проблемой

Врач-пульмонолог Наталья Кравченко о диагностике и профилактике бронхита.

<< **СТР. 6**



Любимая газета – в онлайн-формате. Переходите на сайт по QR-коду

Фото: пресс-служба Комплекса социального развития Москвы



## ЭРА ЦИФРОВЫХ ОНКОСТАЦИОНАРОВ

▲ Сотрудники онкологического стационара Городской клинической больницы имени С. С. Юдина

Во всех онкологических стационарах столицы действуют новые сервисы ведения документации в цифровом формате. «С 2019 года мы пошагово внедряем новый стандарт оказания онкологической помощи. Он основан на принципах доступности, комплексного подхода и эффективной маршрутизации пациентов. Стандарт также включает использование новейших технологий и методов лечения, что позволяет повысить качество медпомощи. Особое внимание мы уделяем обучению врачей и медперсонала, чтобы они могли максимально эффективно пользоваться самым современным оборудованием и работать в условиях цифровой среды. На сегодняшний день все сотрудники пяти якорных онкологических стационаров столицы – а это свыше семи тысяч человек – прошли обучение по программе повышения квалификации. Это стало заключительным этапом перехода онкокlinik на безбумажный формат работы», – сообщила заместитель мэра Москвы в Правительстве Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

## Поддержка инженеров и техников



Фото: mos.ru

Правительство Москвы выделит грант Первому Московскому государственному медицинскому университету имени И. М. Сеченова для подготовки кадров для государственной системы здравоохранения столицы по специальностям «медицинский инженер» и «медицинский техник». Соответствующее постановление подписал мэр Москвы Сергей Собянин. Эта мера позволит увеличить целевой набор студентов, обучающихся по этим востребованным специальностям. Ожидаемый результат – увеличение числа высококвалифицированных специалистов для работы в медицинских организациях города.

## Ранняя диагностика



Фото: mos.ru

В столице повысились доступность и качество специализированной медицинской помощи в эндоскопических центрах. «Эндоскопический скрининг органов желудочно-кишечного тракта играет одну из ведущих ролей в ранней диагностике онкологических заболеваний. Первый эндоскопический центр на базе Боткинской больницы мы открыли три года назад. За это время значительно увеличилось число выявленных онкозаболеваний органов ЖКТ. Ранняя диагностика позволяет быстрее начать лечение, а время – один из ключевых факторов, влияющих на его результативность. На сегодняшний день в столице работают четыре специализированных высокопоточных эндоцентра на базе Московского многопрофильного научно-клинического центра имени С. П. Боткина, Городской клинической больницы имени В. М. Буянова, Московского многопрофильного клинического центра «Коммунарка» и Московского клинического научного центра имени А. С. Логинова. За всё время работы в них провели почти 600 тысяч исследований. В результате удалось выявить свыше семи тысяч случаев онкологии, при этом более двух тысяч из них – на нулевой и ранней стадиях», – сообщила заместитель мэра Москвы в Правительстве Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

## Путешествие в Москву будущего

На сайте форума-фестиваля «Территория будущего. Москва 2030» появился раздел «Эксперсии».

В нём собраны сотни тематических прогулок, в том числе по знаковым объектам города, которые обычно закрыты для посетителей. Список экскурсий будет пополняться на протяжении всего форума-фестиваля.

Посетителям откроют двери центры московского долголетия, ментального здоровья и другие важные социальные объекты. Одна из программ называется «Технологии в биомедицине».

Участники узнают, кто и как помогает спасать жизни людей сегодня, познакомятся с биотехнологиями современности и будущего и протестируют инновационные разработки.

Среди наиболее интересных объектов экскурсии – система ИИ-диагностики онкозаболеваний, аппарат для коррекции осанки и отечественные экспресс-тесты.

Различные экскурсии проходят каждые выходные до 8 сентября включительно.

<< **СТР. 7**



Фото: пресс-служба форума-фестиваля

▲ Площадка в Гостином Дворе



## Роботы столичного производства

Мэр Москвы Сергей Собянин в телеграм-канале рассказал, что особая экономическая зона «Технополис Москва» – лидер по разработке инновационных решений в разных сферах жизни, в том числе в здравоохранении.

Компания-резидент занимается разработками в сфере кибермедицины. «Одна из последних новинок – система управления роботопротезами на основе ИИ. Разработка в области нейромодуляции поможет человеку с протезом руки получить естественные ощущения от прикосновения к предметам и позволит двигать пальцами независимо друг от друга», – написал Сергей Собянин.

Для управления киберпротезами нужно в индивидуальном порядке настроить систему жестов. Разработчики занимаются запуском мобильного приложения. С его помощью можно будет дистанционно скорректировать реабилитацию, получить консультацию сервисной службы и многое другое.

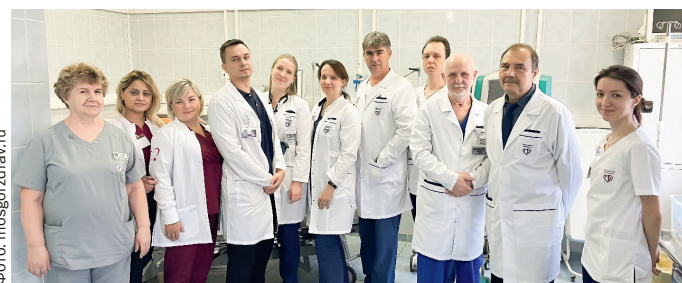


## Токсичный укус

В Детскую городскую клиническую больницу имени Н. Ф. Филатова поступил подросток с жалобами на тошноту, слабость и головокружение после укуса ядовитой змеи.

Родители пациента держат дома террариум со змеями. Укус произошёл во время очередного кормления рептилии. Первые несколько часов подросток пытался справиться с последствиями самостоятельно: отсасывал из раны яд, пил много воды. Всё это оказалось бесполезным. Мальчика доставили в токсикологическое отделение детской больницы. К тому моменту в месте укуса палец почернел, наблюдался развивающийся отёк кисти с переходом на предплечье.

«Пациенту назначили лекарственную и внутривенную терапию, помогающие иммунной системе бороться с токсинами. Яд гадюки опасен своим массивным воздействием, он поражает организм буквально на всех уровнях – при попадании в кровеносную



и лимфатическую системы увеличивается сосудистая проницаемость, форменные элементы крови выходят в окружающие ткани, также возникает внутрисудистый гемолиз, который, в свою очередь, ведёт к острой почечной недостаточности и полиорганной дисфункциям», – сообщил на mosgorzdrav.ru заведующий отделением токсикологии, кандидат медицинских наук Дмитрий Долгинов.

Сыворотка против яда змей (гадюки, гюрзы, эфы, кобры) эффективна только первые 24 часа, причём

воздействие антитода в это время постоянно понижается, а через 48 часов она уже не действует. Самостоятельно вводить её дома не рекомендуется: может вызвать сильную аллергическую реакцию, необходим постоянный контроль со стороны медицинского работника.

В случае укуса ядовитой змеёй до обращения к врачу нельзя накладывать жгут, прикладывать лёд, отсасывать яд, прижигать место укуса, делать на нём поверхностные надрезы. До приезда скорой помощи можно принять несколько мер самостоятельно. Если змея укусила руку или ногу, нужно зафиксировать конечность, чтобы яд медленнее распространялся по организму. Необходимо снять кольца, браслеты, сдавливающую одежду или обувь. Пострадавший должен выпить много жидкости, желательно сладкой. Можно принять любой антигистаминный препарат и обезболивающее в возрастной дозировке и обработать место укуса антисептическим раствором, после чего наложить стерильную повязку. Если помощь будет оказана вовремя, укус змеи не приведёт к необратимым последствиям.

## Забота о здоровье онлайн

Более 10 лет столица развивает цифровые услуги и сервисы в системе здравоохранения. С полным перечнем онлайн-услуг и сервисов для заботы о здоровье можно ознакомиться на портале mos.ru в каталоге услуг для жителей в разделе «Здоровье».

«Услуги и сервисы в сфере здравоохранения – одни из самых востребованных на портале mos.ru. Они помогают москвичам заботиться о своём здоровье и здоровье близких в удобном цифровом формате. Сегодня в каталоге услуг на mos.ru доступно почти 30 таких услуг и сервисов. Многие из них также можно получить в городских мобильных приложениях. К электронной медкарте только с начала этого года обратились более 224 миллионов раз», – сообщили в пресс-службе Департамента

информационных технологий города Москвы. Чтобы получить доступ к медицинским электронным услугам и сервисам, нужно иметь учётную запись на mos.ru и добавить в профиль личного кабинета информацию о полисе ОМС.

«С декабря прошлого года мы сделали доступ к медкарте автоматическим для всех пользователей с московским полисом ОМС и полной учётной записью на портале mos.ru. Это позволяет без лишних процедур начать пользоваться сервисами и просматривать документы своей электронной медкарты. Особенно это актуально в случае госпитализации. На сегодняшний день самостоятельно или в проактивном режиме доступ к своим электронным медкартам получили более 8,5 миллиона москвичей», – рассказала председатель Комитета государственных услуг города Москвы Елена Шинкарук.



## Коротко

### Развитие инфраструктуры

В столице построили 1080 объектов социальной инфраструктуры с 2011 года – зданий школ и детских садов, медицинских организаций, спортивных и культурных сооружений. «В том числе завершено строительство таких важных для столицы учреждений, как флагманские центры Научно-исследовательского института скорой помощи имени Н. В. Склифосовского, Городской клинической больницы имени В. В. Вересаева, Городской клинической больницы № 15 имени О. М. Филатова и Московского многопрофильного научно-клинического центра имени С. П. Боткина», – рассказал заместитель мэра Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства Владимир Ефимов.

### Научный дайджест

На piioz.ru вышел ежемесячный бесплатный дайджест актуальных новостей московской медицинской науки. Читателям предлагается краткий обзор прошедших в июле и будущих федеральных, всероссийских, региональных и локальных научно-практических мероприятий (VI Международная научно-практическая конференция «Социальная динамика населения и человеческий потенциал», научная сессия «Применение геоинформационных ресурсов в анализе демографической ситуации на муниципальном уровне»). Также представлены основные результаты проведённых и выполняемых исследований и многое другое. Перейти к изданию – по QR-коду.



### Лечение депрессии

На цифровой платформе «Московская медицина. Мероприятия» 22 августа состоится трансляция вебинара «Современные подходы к лечению депрессии» в рамках цикла «В диалоге с психиатром» проекта PSY-грамота. На вебинаре будут рассмотрены современные методы лечения тревожного расстройства, в том числе подробно – ксенонотерапия, в основе которой лежит использование газа ксенона, обладающего уникальными лечебными свойствами. PSY-грамота – социально ориентированный проект для жителей мегаполиса, направленный на просвещение населения в вопросах важности психического здоровья. Зарегистрироваться на мероприятие – по QR-коду.





# МИХАИЛ ГОДКОВ: «РОССИЙСКИЙ ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ САММИТ – ЭТО МОИ ДЕСЯТЬ ЛЕТ СЧАСТЬЯ»

В начале октября в Москве состоится Российский диагностический саммит. О ключевом событии в мире отечественной медицины – в нашем интервью с председателем программного комитета Российского диагностического саммита, руководителем отдела лабораторной диагностики НИИ скорой помощи имени Н. В. Склифосовского Михаилом Годковым.



Фото: пресс-служба ЦДИТМ

▲ Михаил Годков

**– Михаил Андреевич, что для вас лично значит российский диагностический саммит?**

– Для меня это десять лет счастья, реализация наших с коллегами мыслей, идей и желаний. Это событие, которое включает несколько крупных мероприятий ряда профессиональных сообществ, выставку, а также обширную научную программу. Российский диагностический саммит – правопреемник Российского конгресса лабораторной медицины. Начинали мы именно с лабораторной диагностики десять лет назад, а теперь мероприятие объединяет лучевую, инструментальную диагностику и патоморфологию.

**– В чём основная особенность саммита?**

– Их несколько. Во-первых, сама цель мероприятия. Однажды мы поняли, что клиницистам и диагностам нужна площадка для обсуждения общих вопросов. Не спорить и обвинять друг друга, а строить конструктивный диалог. Нам было исходно понятно: представителям разных специальностей не хватает общения друг с другом. А потом нашлись

общие темы: организация здравоохранения, как создать коллектив и им управлять и другие. Во-вторых, мы не ограничивали аудиторию нашего саммита. Да, это форум не для пациентов. Это мероприятие для профессионалов различной специализации, работающих на общий результат – диагностику. Это врачи, учёные, средний медицинский персонал, юристы, экономисты и даже журналисты. Третья особенность – атмосфера. Её мы выстраивали особенно тщательно и аккуратно. Мы создаём свой диагностический город для этих нескольких дней профессионального мероприятия.

**– Город на нескольких сотнях квадратных метров?**

– Люди приезжают на форум не только ради знаний, но и эмоций. Сначала у нас был Лабораторный город, а сейчас Диагностический – Диагнополис. В нём каждый стенд представляет собой дом – не важно какой: это может быть самый современный небоскрёб, английский замок или французское шале. Главное условие – дом должен быть уютным и интересным. Раз это дома, то между ними улицы, а они должны заканчиваться площадями. Улицы и площади названы именами российских учёных. Первая площадь, которая появилась, – в честь основоположника диагностики, советского и российского



На улочках Диагнополиса ▶



Фото: пресс-служба ЦДИТМ

▲ В саммите принимают участие специалисты из разных уголков страны и мира

## Саммит включает несколько крупных мероприятий ряда профессиональных сообществ.

учёного, доктора медицинских наук, профессора Вадима Владимировича Меньшикова. Мы решили, что на этой площади должен стоять белый рояль, на котором будет исполняться джаз. По кругу стоят лавочки – можно присесть и насладиться атмосферой.

В выставочном пространстве есть музей, и не один. Их экспозиции постоянно меняются. В этом же пространстве каждый год у нас художественные и фотовыставки, работы, подготовленные нашими коллегами.

В перерывах между сессиями у нас работает кинотеатр, вечерами мы проводим концерты ведущих российских деятелей эстрады. Всё это нашло отклик не только у наших партнёров, к нам приходили создатели крупнейших выставок и восхищались организацией нашего пространства. До сих пор к нам приезжают гости из разных уголков мира, и все отмечают оригинальность и разностороннюю атмосферу саммита.

**– Что ждёт гостей саммита в этом году?**

– Этот год юбилейный, и будут страницы, посвящённые десяти годам нашей жизни. Обязательно покажем новые достижения – уделим внимание искусственному интеллекту в медицине. Мы организуем креативное пространство АртЛаб для наших посетителей с современными экспозициями и местом для отдыха. Мы стараемся составлять программу саммита, как афишу в кинотеатре: у нас точно известны время, дата и место выступлений того или иного спикера, чтобы люди могли прийти на нужный «сеанс»-лекцию. У нас есть очень нужный формат – лекция в полдень. Мы даём

какому-то интересному значимому человеку полчаса или час на выступление со злободневной темой.

**– Какие плоды приносит проведение саммита?**

– С самого первого конгресса лабораторной диагностики (ныне саммита) мы приняли для себя обязательное условие: каждое такое мероприятие должно заканчиваться подготовкой резолюции, содержащей наказ на предстоящий год. Тезисы формируются из запросов специалистов со всей России, которые принимают участие в саммите. И потом профессиональные сообщества в течение года работают по их реализации. Вопросы, вносимые в резолюцию, могут быть разные, например, формирование рекомендаций, профстандартов и многое другое. Так, наша федерация принимала активное участие в формировании профстандарта по новой специальности – «клинический микробиолог». Работа над саммитом ведётся круглый год как с регионами, так и с отдельными специалистами, а один раз в год результат представляется в виде такого масштабного мероприятия. Это не разовая акция, а непрерывная деятельность.

**– Уже готовы планы на будущее?**

– Мы уже готовим 2025 год, планируем 2026 год, обсуждаем 2027 год. Десять лет – это большой срок, и мы по-настоящему гордимся результатами. Но мы уверены, что самое интересное ещё впереди – стремиться к созданию тесного взаимодействия с клиницистами, организаторами здравоохранения, с пациентскими сообществами, ИТ-специалистами.

**– А какую рекомендацию дадите специалистам?**

– Приезжайте, не пожалеете!



Фото: пресс-служба ЦДИТМ

▲ Указатели внутри Диагнополиса помогают посетителям ориентироваться в его пространстве



# НА СТЫКЕ МЕДИЦИНЫ, ТЕХНОЛОГИЙ И ПРОФЕССИОНАЛИЗМА

Городская клиническая больница имени Ф. И. Иноземцева – одна из ведущих медицинских организаций Москвы – оказывает медицинскую помощь по разным профилям. В ней есть уникальное отделение челюстно-лицевой хирургии. Ежегодно здесь проходят лечение более пяти тысяч пациентов.



Фото: Алексей Чеканов/НИИОЗММ

▲ Реконструктивные операции выполняются в несколько этапов

## От диагностики до реабилитации

В настоящее время на базе стационара функционируют два отделения: челюстно-лицевой хирургии и гнойной челюстно-лицевой хирургии. Благодаря этому потоки пациентов с гнойно-воспалительными заболеваниями и травмами челюстно-лицевой области разделены по этиологическому фактору.

В отделении челюстно-лицевой хирургии оказывают плановую помощь при новообразованиях мягких тканей, посттрав-

из стационара на амбулаторное лечение. Пациенты, которые перенесли тяжёлые травмы и переломы, могут не только посетить послеоперационные осмотры, но и получить необходимую медицинскую помощь, например перевязку. Также они могут пройти дополнительные обследования.

Такая структура является оптимальной для оказания помощи пациентам больницы. Она позволяет распределять потоки, контролировать состояние пациентов на всех этапах нахождения в стационаре и использовать современные подходы к лечению челюстно-лицевых заболеваний.

## Технологии и обучение

В больнице имени Ф. И. Иноземцева пациентам доступна высокотехнологичная медицинская помощь со стоматологическими заболеваниями и последствиями травм челюстно-лицевой области.



«Большинство оперативных вмешательств проводится со стороны полости рта миниинвазивным доступом либо через естественные складки кожи. Это исключает образование грубых послеоперационных рубцов. Ежегодно выполняется около 100 операций по удалению новообразований околоушных слюнных желёз. Оперативные вмешательства проводятся с использованием многократного увеличения, что позволяет минимизировать такое грозное осложнение, как повреждение лицевого нерва. Также наши специалисты проводят

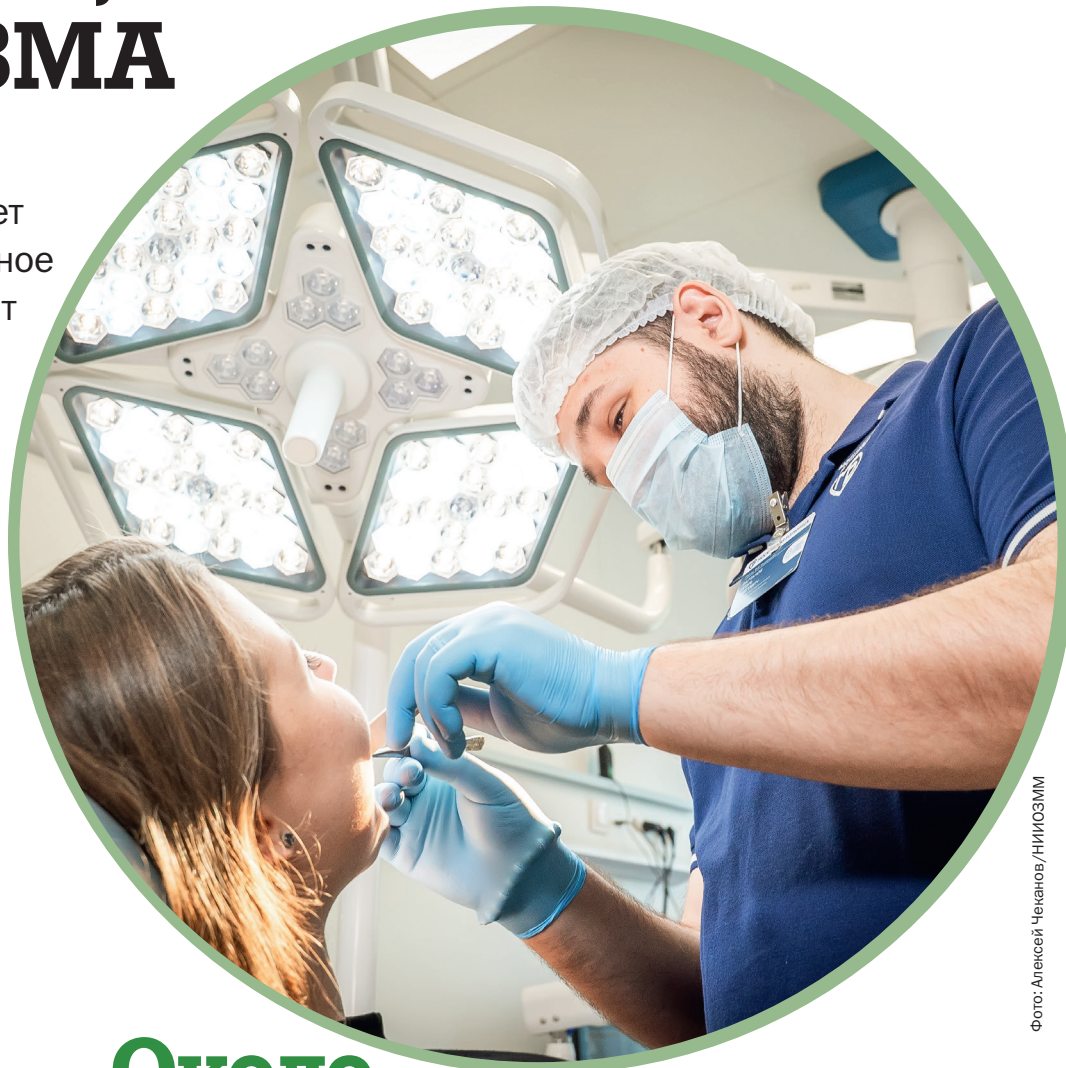


Фото: Алексей Чеканов/НИИОЗММ

Около  
**100**

**операций по удалению новообразований околоушных слюнных желёз выполняется ежегодно.**

реконструктивные операции на лицевом скелете и мягких тканях после тяжёлых травм с помощью индивидуального эндопротезирования», – рассказал заведующий отделением челюстно-лицевой хирургии Городской клинической больницы имени Ф. И. Иноземцева, кандидат медицинских наук Ара Хандзрацян.

Стационар является клинической базой для ЦНИИ стоматологии и челюстно-лицевой хирургии, Российской медицинской академии непрерывного профессионального образования, а также кафедры травматологии челюстно-лицевой области

▲ Пациенты получают полный спектр медицинской помощи в области хирургической стоматологии

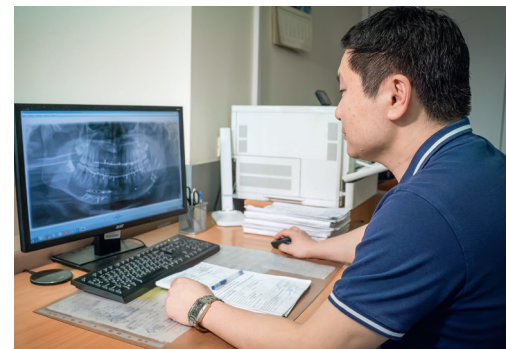


Фото: Алексей Чеканов/НИИОЗММ

▲ Диагностика по рентгеновскому снимку челюсти

## Большинство операций проводится со стороны полости рта миниинвазивным доступом.

матических деформациях и проводят реконструктивно-пластические операции. Также пациенты могут получить полный спектр медицинских услуг в области хирургической стоматологии. Здесь работают высококвалифицированные специалисты с большим опытом. Среди них кандидаты медицинских наук и врачи высшей квалификационной категории.

Подготовка к плановой госпитализации проводится в консультативно-диагностическом отделении больницы. За один день пациент может пройти все обследования, которые нужны для постановки диагноза, а также получить результаты лабораторных исследований, требуемые для госпитализации.

В отделении челюстно-лицевой хирургии работает кабинет амбулаторного наблюдения, где созданы все условия для ведения пациентов после выписки



▲ Выполняется перевязка после операции

Российского университета медицины. Тесное сотрудничество специалистов в области стоматологии и челюстно-лицевой хирургии позволило создать современную и универсальную учебно-клиническую базу для подготовки высококлассных врачей-стоматологов и челюстно-лицевых хирургов.

## Клинический случай

В отделение челюстно-лицевой хирургии обратился пациент, которому ранее проводилось удаление зуба мудрости на верхней челюсти. В результате обследования было выявлено, что фрагмент зуба (корень) в процессе удаления мигрировал в полость гайморовой пазухи.

Стандартным подходом при данной патологии является радикальная операция, сопряжённая с высоким уровнем травматизма и длительным сроком реабилитации. Однако дежурной бригадой врачей отделения пациенту была проведена экстренная эндоскопическая операция, в процессе которой инородное тело было удалено из верхнечелюстной пазухи малоинвазивным доступом через нос. Уже на следующий день после операции мужчина был выписан на амбулаторное долечивание с контролем в кабинете амбулаторного наблюдения.



# МАРАФОН ЗДОРОВЬЯ

Бесплатный московский ЗОЖ-марафон «Дарите время семье» стартовал в начале лета. За это время к нему присоединились более 15 тысяч москвичей. Все поколения учатся вести здоровый образ жизни: не тратить время на болезни и стрессы, а дарить его своим близким.

Фото: Алексей Зеленин/НИОЗММ



▲ Здание обновлённой поликлиники

## «Я, ты, он, она – вместе дружная семья!»

В ЗОЖ-марафоне «Дарите время семье» принимает участие почти в шесть раз больше женщин, чем мужчин, что неудивительно: как правило, именно бабушки, мамы, дочери заботятся о здоровье всей семьи и занимаются популяризацией ЗОЖ среди родных. К марафону уже присоединились четыре тысячи семей. Интересно, что самой активной категорией участников стали москвичи в возрасте от 18 до 54 лет – их более 70%. Самому юному спортсмену 6 лет, а самому взрослому – 86.

«ЗОЖ-марафон, который проходит сейчас, помогает горожанам получить профессиональные советы и рекомендации специалистов и объединяет поколения москвичей для здоровой и счастливой жизни. Они занимаются спортом, готовят полезные и вкусные блюда, проходят тесты и выполняют различные задания, совместно с психологами учатся управлять своими эмоциями и многое другое. Присоединиться к марафону можно в любое время», – отметила заместитель мэра



Фото: Алексей Зеленин/НИОЗММ

▲ Стать участником марафона можно в любое время

полезные советы о сохранении здоровья. С начала лета марафонцы участвуют в интересных челленджах, учатся считать калории, делают зарядки в группах по возрастам, смотрят полезные видео, посещают мастер-классы и встречаются с известными московскими семьями и спортсменами. А в выходные семейные команды изучают инфраструктуру города, в том числе современные диагностические комплексы в центрах госуслуг, площадки проектов «Спортивные выходные»

## Марафон «Дарите время семье» был организован столичными врачами для горожан, которые заботятся о своём здоровье.

Москвы в Правительстве Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

### Челленджи для семей

Марафон «Дарите время семье» был организован столичными врачами. Москвичи разных возрастов учатся вести здоровый образ жизни. Инициаторами проекта выступили Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы, Департамент здравоохранения города Москвы, центры госуслуг «Мои документы», Научно-исследовательский институт организации здравоохранения и медицинского менеджмента.

Московские врачи и эксперты сообщают новости, раскрывают секреты и дают

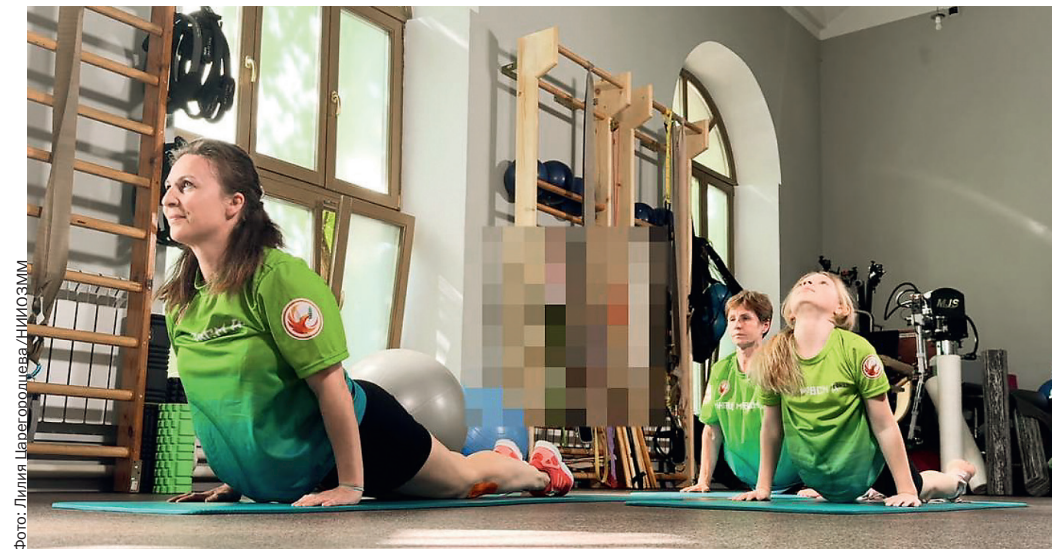


Фото: Лилия Царегородцева/НИОЗММ

▲ Утро для марафонцев начинается с зарядки



▲ Квест-экскурсия – отличный способ узнать о работе столичных поликлиник

и «Мой спортивный район», поликлиники, центры московского долголетия и многое другое.

### Разрушители мифов

Для марафонцев 27 июля были организованы интерактивные экскурсии. Мероприятие с говорящим названием «Разрушители мифов в поликлиниках Москвы» прошло более чем в 10 обновлённых зданиях московских поликлиник. Их провели врачи и сотрудники медицинских учреждений.

Участников экскурсий, среди которых были как совсем юные москвички, так и их родители, бабушки и дедушки, ждал увлекательный семейный квест. «В ходе экскурсии вместе с москвичами мы разведали различные мифы об обновлённых поликлиниках. Например, о том, что здесь тяжело записаться к врачу или что в поликлиниках некомфортно и большие очереди. Пройдя квест, москвички смогли

узнать о том, как изменились столичные поликлиники, а также задать врачам вопросы, которые их интересуют, в рамках формирования здорового образа жизни», – рассказала главный врач городской поликлиники № 68 Наталья Кузенкова.

### Увлекательный квест

На экскурсии москвички смогли проверить скорость записи к специалисту, попасть на приём к врачу, оценить, вкусно ли кормят в кафе. Причём каждый миф разрушили не на словах, а на практике.

Например, участники смогли удостовериться в том, что в современной московской поликлинике нет очередей к врачу, ведь приём осуществляется только по записи. Вторая часть этого мифа – врач не общается с пациентом, а только работает на компьютере. В ходе экскурсии её участникам показали, как оборудован кабинет врача, насколько там всё удобно и современно. Многие задачи специалистам поликлиник помогают решать цифровые помощники: чат-бот, с помощью которого после записи на приём к ряду специалистов пациенты могут передать все свои жалобы на самочувствие, чтобы врач заранее знал, что их беспокоит, и подготовил уточняющие вопросы о состоянии здоровья. А ещё терапевтам и врачам общей практики доступен уникальный сервис – система поддержки принятия врачебных решений. Это продукт с использованием искусственного интеллекта, который позволяет поставить предварительный диагноз пациентам. «На экскурсии мы получили много полезной и интересной информации о работе поликлиники. Нам рассказали о тех возможностях, которые есть у пациентов, чтобы ответственно относиться к своему здоровью и вовремя обращаться к специалистам», – поделилась впечатлениями о мероприятии участница марафона Евгения Ковтуненко.

Бесплатный городской ЗОЖ-марафон «Дарите время семье» продлится до конца года. Стать участником можно в любое время, достаточно просто зарегистрироваться на сайте марафона.



Фото: Лилия Царегородцева/НИОЗММ

▲ Участники марафона осваивают новый кулинарный рецепт



# КОГДА КАШЕЛЬ СТАНОВИТСЯ ПРОБЛЕМОЙ

О видах, симптомах и диагностике бронхита рассказывает врач-пульмонолог, заведующая организационно-методическим отделом по аллергологии-иммунологии и пульмонологии НИИ организации здравоохранения и медицинского менеджмента Наталья Кравченко.



▲ Наталья Кравченко

Бронхит – это воспалительное заболевание бронхов, которое характеризуется кашлем с выделением мокроты (слизистой или гнойной), одышкой и другими симптомами.

Заболевание может развиваться из-за:

- вирусных и бактериальных инфекций. Они могут вызвать воспаление слизистой оболочки бронхов;
- курения или вдыхания загрязнённого воздуха. В таком случае повреждается защитный барьер дыхательных путей, что приводит к их раздражению;
- аллергии. Пыльца, пыль и шерсть животных могут вызывать бронхиальную реакцию;

- пониженного иммунитета. Ослабленная иммунная система не может противостоять инфекциям;
- врождённых нарушений органов дыхания. Некоторые генетические заболевания (например, муковисцидоз) могут влиять на структуру и функцию дыхательной системы.

Наиболее подвержены этому заболеванию дети и пожилые люди из-за особенностей их иммунной системы. Также в группе риска находятся курильщики и люди, работающие на вредных производствах или проживающие в экологически неблагоприятных районах.

**Наиболее подвержены заболеванию дети и пожилые люди из-за особенностей их иммунной системы.**

## Обратите внимание на кашель

Основной симптом бронхита – кашель, сопровождающийся отделением мокроты. При остром бронхите он обычно длится 2–3 недели, а при хроническом может продолжаться несколько месяцев. Кашель – защитная реакция организма, способствующая восстановлению проходимости дыхательных путей и выведению из них чужеродных частиц, микроорганизмов или патологического бронхиального секрета, что обеспечивает очищение бронхов.

Другие симптомы бронхита:

- одышка и затруднённое дыхание;
- повышение температуры тела;
- слабость, потеря аппетита, головные боли из-за интоксикации организма.

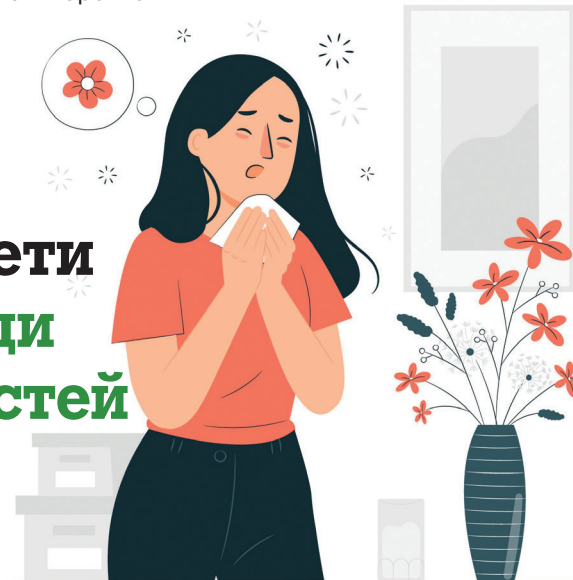
В зависимости от типа бронхита в мокроте могут быть следы гноя или прожилки крови.

## Диагностика

Если у вас появились симптомы, которые могут свидетельствовать о бронхите, обратитесь к врачу – терапевту или пульмонологу. После осмотра при подозрении на бронхит специалист проведёт лабораторные исследования. Один из основных анализов, который назначается при подозрении на бронхит, – общий анализ крови. Он позволяет выявить повышение количества лейкоцитов и скорости оседания эритроцитов (СОЭ), что часто свидетельствует о наличии воспаления в организме.

Причину заболевания поможет определить анализ мокроты, а отличить бронхит от пневмонии – рентгенография лёгких.

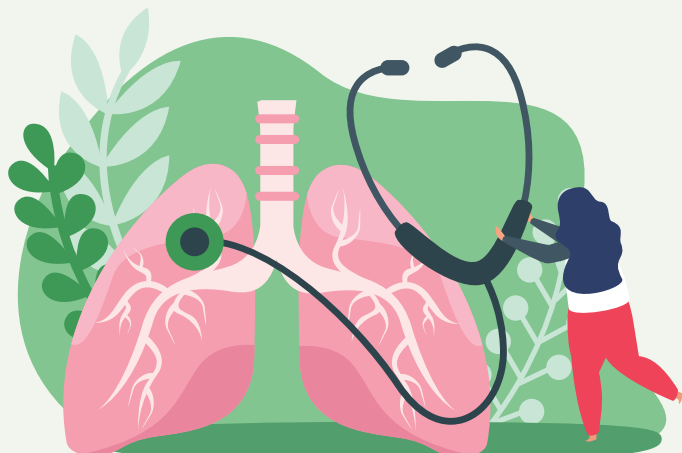
В некоторых случаях (например, при стойком длительном кашле больше двух лет), чтобы исключить вероятность наличия астмы и хронической обструктивной болезни лёгких, требуется провести спирометрию.



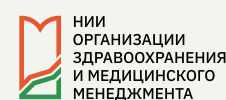
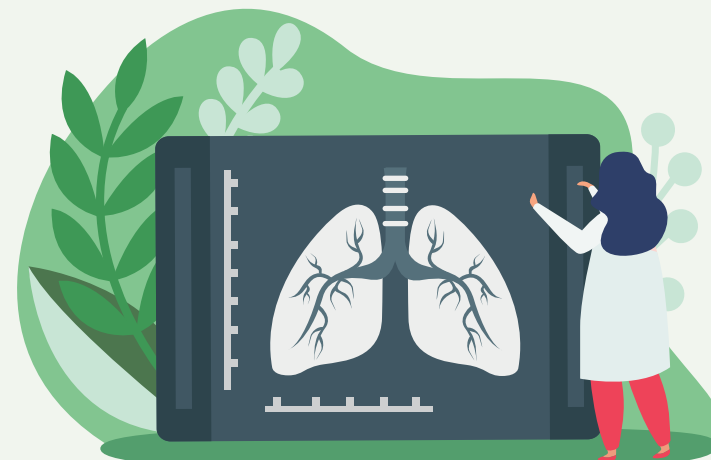
## Памятка

### ПРОФИЛАКТИКА БРОНХИТА

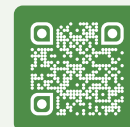
- **Откажитесь от курения.** Эта пагубная привычка – один из основных факторов риска бронхита.
- **Соблюдайте гигиену.** Следование её правилам помогает предотвратить инфекционные заболевания, которые могут привести к развитию бронхита.
- **Регулярно проходите диспансерное наблюдение в поликлинике.**



- **Вакцинируйтесь.** Прививки против гриппа и пневмококковой инфекции защищают дыхательную систему от вирусов и бактерий.
- **Следите за чистотой воздуха.** Используйте увлажнители воздуха, поддерживайте дома чистоту и регулярно проветривайте помещения. Это поможет снизить раздражение дыхательных путей.
- **Избегайте источников аллергии:** ограничьте контакт с аллергенами, такими как пыльца или животные.



Другие памятки смотрите по QR-коду



- **Не забывайте о здоровом образе жизни.** Сбалансированная диета, регулярная физическая активность и достаточный отдых укрепляют иммунную систему и помогают организму бороться с инфекциями.
- **Контролируйте хронические заболевания,** например болезни лёгких, диабет или сердечно-сосудистые патологии, и регулярно консультируйтесь с врачом.

12+

Имеются противопоказания. Необходимо проконсультироваться со специалистом

Памятка подготовлена совместно со специалистами ОМО по аллергологии-иммунологии и пульмонологии НИИОЗММ



# ПУТЕШЕСТВИЕ В МОСКВУ БУДУЩЕГО

Ещё несколько недель будет продолжаться форум-фестиваль «Территория будущего. Москва 2030». В Гостином Дворе посетителей ждут ежедневно, кроме понедельника, с 10:00 до 22:00.



Фото: Алексей Зеленин/НИИОЗММ

▲ Часы напоминают о важности каждой минуты

## Путь к комфорту и здоровью

На форуме-фестивале любой желающий может узнать свой биологический возраст и оценить состояние организма. Это стало возможным благодаря инновационным разработкам, представленным на Аллее технологий будущего.

В симуляционном центре можно попробовать себя в роли медсестры или фельдшера. Взрослые и дети могут потренироваться в искусстве безболезненных внутримышечных инъекций на специальных манекенах. Также можно провести сердечно-лёгочную реанимацию, лор-осмотр под руководством опытных инструкторов и попробовать определить нарушения ритма сердца, выполнить операцию при помощи робота DaVinci или эндоскопического оборудования.

«Больше 50 единиц медицинского оборудования представлено на площадке форума-фестиваля «Территория будущего. Москва 2030» в Гостином Дворе. В том числе аппараты для проведения ультразвуковой диагностики, ангиографии, эндоскопических исследований, а также для проведения различных хирургических манипуляций и вмешательств. Кроме того, на площадке желающие могут освоить приемы оказания первой медицинской помощи, получить полезную информацию о правилах



Фото: Алексей Зеленин/НИИОЗММ

▲ Врачи рассказывают посетителям о столичном здравоохранении и способах достижения долголетия

гигиены, здоровом образе жизни и сохранении своего здоровья. Такие знания и навыки могут пригодиться в повседневной жизни как взрослым, так и детям», – рассказала на mosgorzdrav.ru

Посетители форума-фестиваля могут узнать о состоянии здоровья ▶

руководитель Кадрового центра Департамента здравоохранения города Москвы Оксана Русанова.

**Удивительные арт-объекты**  
Интерактивное пространство «Бульвар московского долголетия» – впечатляющая локация Гостиного Двора.

«В этой зоне будет одинаково интересно посетителям всех возрастов, потому что долголетие – это не про старость, а про определённые правила жизни,

которые необходимо соблюдать. Здесь гости познакомятся с основными факторами, влияющими на продолжительность жизни, узнают об известных долгожителях и их секретах, внесут личный вклад в научное исследование, прокачают мозг, решив тематический кроссворд, а также смогут заглянуть в будущее с помощью искусственного интеллекта», – сообщил заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Филиппов.

**На форуме-фестивале любой желающий может узнать свой биологический возраст и оценить состояние организма.**

Центральный объект экспозиции – «Древо жизни», украшенный циферблатами часов. Это напоминание посетителям форума-фестиваля о том, что время скоротечно и что нельзя терять ни минуты в вопросах построения долгой и здоровой жизни.

Один из факторов долголетия – сохранение когнитивных функций мозга. Посетители площадки могут решить интерактивный кроссворд, который позволит узнать интересные факты о долголетии.

## Увидеть всё

Форум-фестиваль включает более 30 площадок по всей столице. Не пропустить что-то интересное поможет личный кабинет «Территория будущего. Москва 2030». Авторизоваться на сайте форума-фестиваля можно на mos.ru. Достаточно выделить все понравившиеся события опцией «Добавить в календарь». Записи на мероприятия, для которых нужна предварительная регистрация, будут сохранены в разделе «Мои билеты».

Перейти на сайт форума-фестиваля «Территория будущего. Москва 2030» можно при помощи QR-кода.



Фото: Алексей Зеленин/НИИОЗММ

▲ Перед началом мастер-класса для детей



Фото: Алексей Зеленин/НИИОЗММ



Фото: Алексей Зеленин/НИИОЗММ

▲ Современные манекены позволяют отработать манипуляции



# ПОДАРИТЬ РУКЕ ВТОРУЮ ЖИЗНЬ

Бытовой несчастный случай может сильно нарушить функционирование руки. Решение повседневных простых задач становится затруднительным. На базе Городской клинической больницы имени С. С. Юдина действует Центр хирургии кисти и реконструктивной микрохирургии, врачи которого умеют выполнять сложные операции и возвращать пациентов к полноценной жизни.



Фото: пресс-служба ГКБ им. С. С. Юдина

▲ В Центре применяют мультидисциплинарный подход

«Хочу выразить благодарность и глубокую признательность всему коллективу – врачам, медицинским сёстрам, младшему медицинскому персоналу – Центра хирургии кисти и реконструктивной микрохирургии Городской клинической больницы имени С. С. Юдина, которым руководит кистевой хирург, микрохирург Виктор Сергеевич Мельников, а курирует работу Центра главный внештатный специалист травматолог-ортопед Департамента здравоохранения города Москвы, доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой факультета фундаментальной медицины Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова Вадим Эрикович Дубров.

В Центр хирургии кисти и реконструктивной микрохирургии я была госпитализирована с переломом правой лучевой кости со смещением, полученным 13 декабря 2023 года при падении в городском транспорте по дороге на работу.

## Мгновенная помощь

На себе испытала профессионализм, оперативность и слаженность работы всех без исключения служб Центра. За один день были проведены все анализы и исследования, в том числе КТ



Фото: пресс-служба ГКБ им. С. С. Юдина

▲ Виктор Мельников

и рентгенография. Врачи поставили диагноз «перелом дистального метаэпифиза правой лучевой кости». В этот же день выполнили хирургическое вмешательство – открытую репозицию и остеосинтез пластиной и винтами.

Операция прошла успешно. Спасибо огромное врачам-хирургам Кристине Викторовне Горюновой и Илье Сайаровичу Жалялову, врачу – анестезиологу-реаниматологу Вере Сергеевне Некрасовой, медицинским сёстрам, которые своим профессионализмом и позитивным настроем вселяли уверенность в несомненном успехе операции и даже не дали

почувствовать малейших предоперационных опасений и переживаний.

## Воплощение надежды

В настоящее время я прохожу необходимый период восстановления рабочих функций кисти в реабилитационном центре у замечательного доктора – травматолога-ортопеда, кистевого терапевта Ксении Павловны Зверевой.

Переоценить работу Ксении Павловны невозможно – это тот случай, когда не только дают надежду, но и реально возвращают пациенту движение повреждённой руки. Это возможность снова вернуться к полноценной активности, профессиональной деятельности, творчеству!

Спасибо за ваш непростой труд, за вашу любовь к такой сложной и необходимой профессии! Спасибо, что вы есть!»

Пациентка Б. ▲ Выполняется операция на кисти



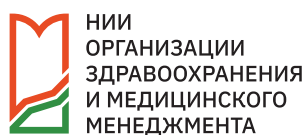
Фото: пресс-служба ГКБ им. С. С. Юдина

«На себе испытала профессионализм, оперативность и слаженность работы всех без исключения служб Центра».



Фото: пресс-служба ГКБ им. С. С. Юдина

▲ Врачи выполняют как плановые, так и экстренные операции по полису ОМС



НИИ  
ОРГАНИЗАЦИИ  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
И МЕДИЦИНСКОГО  
МЕНЕДЖМЕНТА

## РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

**Председатель**  
Леонид Михайлович Печатников  
**Члены редакционного совета**  
Т. В. Амплеева, Е. Е. Андреева, М. Б. Анциферов,  
Е. М. Богородская, Е. Ю. Васильева,

В. В. Горев, В. Э. Дубров, А. И. Загребнева,  
О. В. Зайратьянц, О. В. Князев, Г. П. Костюк,  
А. И. Крюков, А. И. Мазус, Н. Е. Мантурова,  
И. А. Назарова, Э. Г. Орджоникидзе,  
И. М. Османов, Н. Ф. Плавунин, Н. Н. Потехаев,  
Д. Н. Проценко, Д. Ю. Пушкарь, Н. К. Рунихина,

Д. В. Скрыпник, С. В. Сметанина,  
И. А. Урванова, В. В. Фомин, И. Е. Хатьков,  
М. Ш. Хубутия, А. В. Шабунин,  
Н. А. Шамалов.  
**Главный редактор**  
Алексей Иванович Хрипун

12+

Регистрационное свидетельство ПИ № ФС 77 – 71880 от 13 декабря 2017 г. Выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).

**Учредитель:** ГБУ г. Москвы «Научно-исследовательский институт организации здравоохранения и медицинского менеджмента Департамента здравоохранения города Москвы».

**Адрес редакции и издателя:** 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, 9. **Контакты:** +7 (495) 530-12-89, niiozmm@zdrav.mos.ru.

Представителем авторов публикаций в газете «Московская медицина» является издатель. Перепечатка только с согласия авторов (издателя). Мнение редакции может не совпадать с мнением автора.

**Над выпуском работали:** Управление коммуникаций НИИОЗММ ДЗМ.

Авторы: Ирина Степанова, Евгения Воробьева.

Корректоры: Надежда Владимировна, Ирина Баринская, Людмила Базылевич. Дизайнер-верстальщик: Рената Хайрудинова.

**Время подписания в печать:** по графику – 15:00, фактическое – 15:00.

**Тираж:** 23 000 экз. Распространяется бесплатно. Выпуск газеты осуществляется в рамках учебно-производственной работы студентов ГБПОУ «Московский техникум креативных индустрий имени Л. Б. Красина».

**Адрес типографии:** г. Москва, ул. Кировоградская, д. 23.

«Московская медицина» в социальных сетях:



® – Обозначение является товарным знаком, охраняемым на территории Российской Федерации. Несанкционированное использование товарного знака или сходных с ним обозначений преследуется по закону.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПОСОВЕТУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ