



фото: mos.ru

На торжественном мероприятии в концертном зале «Зарядье», посвящённом Дню города, мэр Москвы Сергей Собянин рассказал о динамичном развитии столицы.

За последние годы было реконструировано и возведено три миллиона квадратных метров объектов здравоохранения. До 2030 года планируется достроить и реконструировать ещё миллион квадратных метров таких зданий. Это позволит сделать московское здравоохранение самым современным в мире.

Также Сергей Собянин объявил о завершении программы реконструкции городских поликлиник.

«В Москве поликлиники, которые мы реконструировали за эти годы, охватывают практически 95 % всей амбулаторной помощи. 100 миллионов человек посещают их ежегодно. И это не только новые здания, это новая среда, новая планировка, новый стиль, новое отношение к пациентам. Это какое-то совсем другое настроение и у врачей, для их комфортной работы, и у пациентов. Сегодня мы открываем одновременно 15 поликлиник», – сообщил мэр Москвы.

Всего в программу реконструкции и строительства входило 343 здания взрослых и детских поликлиник.

«Москва – столица великой страны, которая может быть только сильной. И на наших плечах ответственность, чтобы наша столица, столица нашей Родины была лучшим городом на планете. Для этого нужно работать и работать. Поэтому я уверен, что мы и впредь будем двигаться вперёд такими же темпами, а может, ещё и большими. Ради России, ради Москвы, ради москвичей! С праздником, дорогие друзья, с Днём Москвы!» – сказал Сергей Собянин.



878 ЛЕТ РАСЦВЕТА СТОЛИЦЫ

▲ Одна из площадок празднования Дня города

фото: Василий Кузьмичёнок/Агентство «Москва»

Новости

Первые пациенты детской больницы

13 сентября Детская городская клиническая больница святого Владимира приняла первых пациентов в своём новом комплексе. Здание торжественно открыли Президент Российской Федерации Владимир Путин и мэр Москвы Сергей Собянин. «В следующем году исполняется 150 лет этой больнице, юбилей. Я надеюсь, что к этому времени коллектив уже переедет и начнёт принимать пациентов в новом корпусе, который мы сегодня вводим», – сообщил Сергей Собянин. Всего в комплексе будет работать 20 отделений. Это третья суперсовременная детская больница, построенная в Москве. Ранее работы такого же масштаба были проведены в Морозовской детской больнице, также построены детские корпуса в Московском многопрофильном клиническом центре «Коммунарка».



▲ Проводится рентген кисти руки

Кардиотокография в электронной медкарте

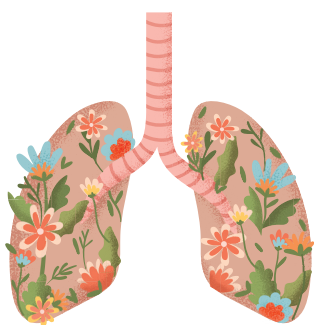


фото: mos.ru

В столичных женских консультациях и центрах женского здоровья кардиотокографию перевели в цифровой формат. «Исследование помогает провести диагностику состояния будущего малыша, оценить характер его сердцебиения, своевременно выявить

признаки нехватки кислорода. Благодаря цифровому сервису врачи получили возможность более оперативно оценивать состояние малыша и принимать клинические решения, а будущие мамы в любой момент могут посмотреть результат исследования в электронной медкарте», – сообщила заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

Анонсы



Врач-пульмонолог Юрий Антоновский – о причинах и профилактике бронхита.
Жизнь без кашля

<< СТР. 6



Врач-терапевт Оксана Колпакова – о необходимости регулярной диспансеризации.
Важный вклад в здоровье

<< СТР. 7



Читайте нас онлайн. Наведите камеру телефона на QR-код



Фото: mos.ru

▲ Красочные арт-объекты в Гостином дворе никого не оставили равнодушными

«Москва 2030»: финал форума

Более 50 тысяч мероприятий состоялось в рамках форума «Территория будущего. Москва 2030» за 45 дней.

«Успех форума – результат огромной работы команды Правительства Москвы и наших партнёров. Спасибо всем, кто внёс свой вклад в проведение этого масштабного события. Каждая локация, каждое событие форума «Территория будущего. Москва 2030» демонстрировали впечатляющие возможности столицы и значительные шаги, которые уже сделаны на пути превращения столицы в лучший город земли», – рассказал в личном блоге мэр Москвы Сергей Собянин. По мнению москвичей, лучшей площадкой форума из 11 стало пространство в Гостином дворе. Выставку «Бесконечное развитие с вечными ценностями» посетили более полумиллиона человек.

Лидерство в соцпроектах

Мэр Москвы Сергей Собянин во время пленарного заседания «Демография 2.0. Перегрузка» VI форума социальных инноваций регионов рассказал, что социальные программы и проекты, реализуемые в Москве, не имеют аналогов в России и за рубежом.

Активно развивается программа поддержки материнства и детства, благодаря чему количество столичных многодетных семей выросло в два раза. В городе открывается всё больше центров женского здоровья, которые оснащаются всем необходимым оборудованием и встроены в систему многофункциональных клиник.

«Потому что, если у мамы есть какие-то проблемы, врач женской консультации, скорее всего, не сможет ей помочь в полной мере. Необходимы

все направления медицинской помощи. И мама, придя в такой центр женского здоровья, находится в руках врачей и одной команды от начала материнства до родов, и далее они занимаются уже ведением ребёнка, оказанием ему помощи», – подчеркнул Сергей Собянин.

Также в Москве созданы большие программы поддержки здоровья людей серебряного возраста, в том числе «Московское долголетие», и программы в системе здравоохранения.



Фото: mos.ru

▲ Перед пленарным заседанием форума



Фото: mos.ru

▲ Мэр Москвы лично вручил награды выдающимся жителям столицы

Награды в честь Дня города

В преддверии Дня города мэр Москвы Сергей Собянин вручил выдающимся жителям столицы государственные награды Российской Федерации и награды города Москвы, а также премии города Москвы 2025 года в области литературы и искусства.

«В преддверии Дня города вручил государственные и городские награды заслуженным москвичам. Среди них учителя, врачи, строители, сотрудники соцзащиты, деятели искусства, представители общественных организаций и благотворительных фондов, спортсмены и журналисты», – написал в мессенджере MAX Сергей Собянин.

За трудовые успехи и многолетнюю добросовестную работу награждены:

- орденом Пирогова – президент Московского научно-практического центра медицинской реабилитации, восстановительной и спортивной медицины имени С. И. Спасокукоцкого Александр Разумов;
- медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» I степени – заместитель главного врача Госпиталя для ветеранов войн № 3 Вячеслав Новиков.

Также несколько человек получили звания «Заслуженный врач Российской Федерации» и «Заслуженный работник здравоохранения Российской Федерации».

Коротко

Съезд медстатистиков

С 15 по 17 октября в Москве состоится VII Съезд медицинских статистиков, организованный Департаментом здравоохранения города Москвы и НИИ организации здравоохранения и медицинского менеджмента. Традиционно мероприятие объединит ведущих экспертов, аналитиков и специалистов здравоохранения для обсуждения современных подходов к медицинской статистике, внедрения цифровых технологий и искусственного интеллекта в управление здравоохранением. 15 октября пройдут различные мастер-классы, 16 октября состоится пленарное заседание и три тематические сессии, 17 октября стартует «ЗдравСтат Хакатон». Участие бесплатное с обязательной регистрацией на каждый день отдельно.



Препарат для лечения перикардита

Министерство здравоохранения Российской Федерации включило в клинические рекомендации по лечению заболеваний сердца (перикардитов) инновационный препарат, созданный московским фармпроизводителем. «Москва – один из крупнейших в России производителей лекарственных средств и медицинских изделий. По поручению Сергея Собянина город всесторонне поддерживает развитие этой критически важной для страны отрасли. Включение препарата московского производства в клинические рекомендации Минздрава России стратегически важно», – рассказал министр Правительства Москвы, руководитель Департамента инвестиционной и промышленной политики Москвы Анатолий Гарбузов.



Актуальные события глазами ИИ

Первая в московской медицине ИИ-ведущая каждую неделю делает выжимку актуальных новостей о столичном здравоохранении. Информация подаётся в видеоформате. Посмотреть выпуски можно, если навести камеру мобильного телефона на QR-код.

ИННА САМСОНОВА: «СОВРЕМЕННАЯ МЕДИЦИНА – ЭТО КОМАНДНАЯ РАБОТА И МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЙ ПОДХОД»

Недавно Городская клиническая больница № 52 получила статус клинического научно-исследовательского центра. О профессиональной преемственности, профильных медицинских центрах и современных технологиях – в нашей беседе с заместителем директора МКНИЦ Больница 52, главным врачом Инной Самсоновой.

фото: пресс-служба МКНИЦ Больница 52



▲ Инна Самсонова

– Инна Владимировна, какие перспективы открываются с присвоением больнице статуса научно-исследовательского центра?

– Прежде всего изменение статуса больницы почётно и очень важно для нас. Мы видим в этом признание того, что наша клиника вносит значительный вклад в развитие медицинской науки, инновационных технологий и образования именно в системе московского здравоохранения. За последние несколько лет проведено полное переоснащение клиники, открыты новые ключевые структурные подразделения, в том числе отделение трансплантации органов и тканей человека. Помимо этого, на базе Больницы 52 сосредоточено 4 профильных центра городского значения, и у нас огромный поток пациентов со сложнейшими патологиями. Это позволяет накапливать клинические наблюдения по редким заболеваниям. Наш опыт мы транслируем не только в публикациях и выступлениях на научных форумах в стране и за рубежом – он становится основой диссертационных работ и клинических рекомендаций.

их в осознанном выборе будущей профессии.

Кроме того, новый статус позволит нашей клинике сократить время от принятия решения о проведении научной работы до внедрения в практическое здравоохранение. В текущем году мы получили грантовую поддержку по 6 приоритетным научным направлениям, продолжаются работы по 7 грантам, полученным ранее. За два последних года наши коллеги дважды удостоены Премии города Москвы в области медицины за внедрения, повышающие эффективность лечения пациентов. Все эти работы имеют высочайшую научную и практическую значимость.

– В чём заключается основная задача профильных центров?

– Центры компетенций и отделения больницы объединены общей задачей – оказание высокопрофессиональной медицинской помощи пациентам с тяжёлой, часто сочетанной патологией.

На базе Больницы 52 работают крупные городские центры по ревматологии, аллергологии-иммунологии, гематологии. Наряду с Московским городским научно-практическим центром нефрологии и патологии трансплантированной почки, который известен не только в Москве, но и далеко за её пределами, в них создан замкнутый цикл оказания медпомощи, и это позволяет проводить лечение пациентов в непрерывном процессе в различных условиях (амбулаторный приём, дневной и круглосуточный стационары) и осуществлять последующее наблюдение.

Мультидисциплинарный подход – особенность всех подразделений больницы. С одним пациентом может работать целая команда профильных специалистов.



▲ Больница 52 всегда объединяла настоящих профессионалов



▲ В центре применяются передовые методы диагностики и лечения

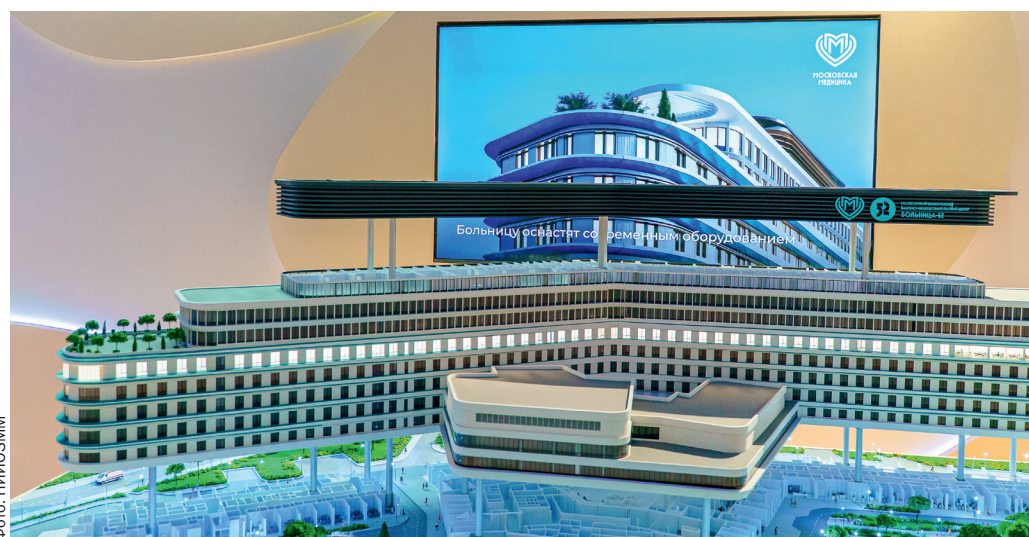
проходящим лечение и наблюдающим в наших центрах, обрести радость материнства. В частности, с тяжёлыми онкогематологическими патологиями, возникшими как до, так и в процессе беременности. В таких случаях наши врачи ведут их буквально с малых сроков. При наличии серьёзных сопутствующих заболеваний женщины проходят лечение, которое возможно при беременности, и в результате становятся мамами здоровых малышей, даже если у них трансплантированы лёгкие, почки, имеются тяжелейшие системные заболевания. И мы безумно этим гордимся.

– Ведущие столичные стационары обретают новый облик. Гости форума «Территория будущего. Москва 2030» смогли ознакомиться с макетом нового комплекса Больницы 52. Какие преимущества для команды больницы и пациентов даст новое здание?

– Больница № 52 ведёт свою историю с 1955 года, и в декабре мы отметим 70-летний юбилей. Пройден долгий путь, полный больших достижений. Обретение нового здания было нашей главной и заветной мечтой. И вот наконец она сбылась. Корпус растёт буквально на глазах, и мы с радостью следим за этим. В проекте использованы современные архитектурные решения, и новый комплекс органично впишется в ландшафт территории. Но самое главное – это внутреннее пространство. Под одной крышей будут объединены основные клинические и диагностические подразделения и родильный дом. Это позволит не только обеспечить, высокий уровень оказания медпомощи, но и создать максимальный комфорт как для пациентов, так и для медицинского персонала.

Проведено полное переоснащение клиники, открыты новые структурные подразделения

Больница 52 является клинической базой для ведущих медицинских вузов столицы и постоянно укрепляет позиции в медицинском образовании, в том числе за счёт возможностей собственного образовательного центра. Для нас важно самим готовить молодых специалистов, сохраняя и обеспечивая тем самым профессиональную преемственность. Одна из программ, которая реализуется при поддержке Правительства Москвы, – подготовка медицинских сестёр, включая практику обучения студентов на рабочих местах, которые в последующем им придётся осваивать. Такой подход не только даёт молодым специалистам большой массив новых знаний и практических навыков, но и укрепляет



▲ Макет нового комплекса МКНИЦ Больница 52

фото: НИИОЗММ

ПОМОГАЯ СПАСАТЬ ЖИЗНИ

Специалисты перинатального центра Городской клинической больницы № 31 имени академика Г. М. Савельевой помогли пациентке родить здорового ребёнка при редком осложнении беременности – резус-конфликте.

фото: пресс-служба мэра и Правительства Москвы



▲ Здание центра женского здоровья на ул. Новаторов

Иммунитет женщины воспринимал эритроциты плода как чужеродные и стремительно разрушал их – это могло привести к серьёзным осложнениям. Чтобы восполнить запас кровяных телец, врачи провели малышке пять переливаний крови ещё в утробе матери. Под чутким контролем медиков женщина смогла доносить ребёнка до 37-й недели, на свет появилась здоровая девочка. Об этом рассказала заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

«Мощный инфраструктурный каркас столичной медицины и новейшее оборудование позволяют нам не только диагностировать патологии плода на ранних сроках, но и применять уникальные методы внутриутробного лечения. Например, специалисты больницы имени Савельевой имеют большой опыт ведения беременных с таким редким иммунным заболеванием, как резус-сенсibilизация. Это состояние, при котором иммунитет женщины воспринимает клетки крови ребёнка как чужеродные и борется с ними, что может привести к серьёзным осложнениям. Благодаря чёткой маршрутизации и профессионализму команды медиков недавно на свет смогла появиться здоровая малышка, мама которой столкнулась с этим диагнозом. За женщиной в течение всей беременности наблюдали врачи, которые специализируются на таких случаях. По медицинским показаниям требовалось внутриутробное переливание крови. Специалисты провели пять таких процедур и продлили беременность будущей мамы до 37-й недели. Женщина родила здоровую девочку, сейчас они уже дома с семьёй», – сообщила заммэра.

Резус-фактор и беременность

Резус-сенсibilизация может развиваться у женщины с отрицательным резус-фактором, беременной резус-положительным ребёнком. Это происходит в случае, когда нарушается барьер между кровотоками матери и плода, например, при родах, выкидыше или его угрозе, травмах, некото-



▲ УЗИ – один из важных методов диагностики во время беременности

рых операциях и других обстоятельствах. Чтобы это заболевание не возникало, женщинам с резус-отрицательной кровью обязательно вводится антирезусный иммуноглобулин на 28-й неделе беременности, а также после родов, в случае подтверждения положительного резус-фактора у новорождённого и любых других со-



▲ Счастливый момент выписки из роддома

антитела, которые их разрушают. Это может привести к развитию анемии у малыша и представлять серьёзный риск для его здоровья и даже жизни. Заболевание, при котором эритроциты плода разрушаются под действием материнских антител, называется «гемолитическая болезнь плода».

«У нас накоплен большой опыт в данной сфере. За то время, как применяется эта методика, нами проведено более 1900 внутриутробных переливаний. Это неоднократная операция. Чем раньше во время беременности проявляется тя-

Комплексный подход

Перинатальный центр ГКБ № 31 имени академика Г. М. Савельевой – одно из ведущих медицинских учреждений Москвы в сфере акушерства, гинекологии и неонатологии. Более 300 квалифицированных медицинских работников центра оказывают качественную медицинскую помощь беременным женщинам, роженицам, новорождённым.

В центре получают специализированную помощь беременные с высоким риском осложнений и патологиями, которые подлежат внутриутробной коррекции.

Перинатальный центр больницы работает в едином комплексе с центром женского здоровья

Сотрудники центра владеют всеми современными методиками родоразрешения, включая вертикальные роды и операцию мягкого кесарева сечения. В перинатальном центре применяются современные методы анестезии при родах и оперативных вмешательствах.

В ходе консультации анестезиолог подбирает наиболее подходящий вид анестезии, безопасный для матери и ребёнка. Отделения реанимации новорождённых и патологии новорождённых здесь оснащены самой современной высокотехнологичной медицинской техникой. Сотрудники центра также помогают женщинам с резус-сенсibilизацией и гемолитической болезнью плода, прилагают все усилия для того, чтобы обеспечить безопасные роды и поддержать здоровье малыша.

При этом перинатальный центр работает в едином комплексе с центром женского здоровья. Они размещены на одной территории и соединены между собой закрытым тёплым переходом.

Это позволяет обеспечить преемственность медицинской помощи, повысить эффективность маршрутизации пациентов, при необходимости обеспечить максимально быструю госпитализацию беременных и наиболее качественное лечение.



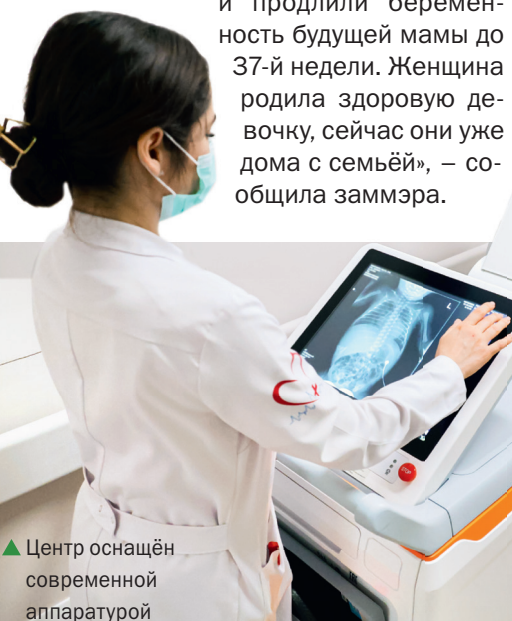
▲ Выхаживание новорождённых в кюветах

бытий, которые могут привести к резус-сенсibilизации.

Если не провести профилактику, в следующий раз, когда эритроциты плода попадут в кровоток такой женщины, иммунитет воспримет их как чужеродные и начнёт вырабатывать

жёлтая анемия у плода, тем больше проводится вливаний: их может быть 2–5 и более. Это позволяет пролонгировать беременность до сроков жизнеспособности», – отметил Александр Конопляников, доктор медицинских наук, акушер-гинеколог перинатального центра ГКБ № 31 имени академика Г. М. Савельевой.

фото: пресс-служба мэра и Правительства Москвы



▲ Центр оснащён современной аппаратурой

фото: пресс-служба мэра и Правительства Москвы

В РИТМЕ СЕРДЦА

«Важно никогда не останавливаться на достигнутом. Каждый день приносит очередные вызовы и возможности, и мне нравится открывать новые горизонты, учиться и испытывать себя», – говорит руководитель регионального сосудистого центра Городской клинической больницы имени М. П. Кончаловского, главный специалист-кардиолог ЗелаО Москвы, обладатель почётного статуса «Московский врач» Владимир Кузнецов.

Фото: пресс-служба ГКБ имени М. П. Кончаловского



▲ Владимир Кузнецов

«Для меня вопрос, почему я пришёл в медицину, всегда был сложным. Всё было постепенно», – вспоминает Владимир Алексеевич. Дом, где он вырос, был рядом с одной из московских больниц. «Я увлечённо наблюдал за работой врачей приёмного отделения, видел скорые, вертолёты санавиации – это меня завораживало», – признаётся врач. Сериал «Скорая помощь» добавил романтизма и вдохновения. Но, пожалуй, наибольший интерес к будущей профессии вызвали уроки биологии, на которых он впервые узнал, как устроен человеческий организм.

Профессиональная траектория

Однако путь к мечте не был прямым. В подростковом возрасте Владимир серьёзно увлекся тхэквондо. После школы по настоянию тренера он поступил в спортивный институт. «Отучившись год, я понял, что совершил ошибку. Забрал документы и поступил в медицинский колледж, а по его окончании – во Второй мед», – говорит Владимир Алексеевич.

Уже на первых курсах он определился с врачебной специализацией и выбрал кардиохирургию: «Сердце – это маленький, но невероятно сложный орган, и существует множество заболеваний, которые с ним связаны. Мне хотелось стать универсальным специалистом, чтобы понимать весь процесс лечения от начала до конца».

Он с увлечением учился и работал медбратом в кардиореанимации НИИЦ кардиологии имени академика Е. И. Чазова, где после окончания вуза продолжил обучение в ординатуре по рентгенэндоваскулярной хирургии. «Это был важный этап, который научил меня работать в команде, дал бесценный опыт помощи тяжёлым пациентам и помог глубже погрузиться в будущую специальность», – вспоминает доктор.

Центр спасения

С 2017 года Владимир Кузнецов работает в Городской клинической больнице имени М. П. Кончаловского. Врач осуществил свою давнюю мечту, и сегодня у него сразу четыре сертификата: по анестезиологии-реанимации, кардиологии, функциональной диагностике и эндоваскулярной хирургии. Владимир Алексеевич уверен, что эти знания не только расширили спектр его профессиональных навыков,

но и помогли стать руководителем регионального сосудистого центра, одного из крупнейших в Москве.

«Региональный сосудистый центр нашей больницы оказывает помощь пациентам с тяжёлыми состояниями – кардиогенным шоком, инфарктами, инсультами и другими сосудистыми патологиями. Спасение и лечение таких больных – это работа не одного врача. Это слаженные действия многих специалистов: кардиологов, нейрохирургов, анестезиологов-реаниматологов, эндоваскулярных и сосудистых хирургов, неврологов, реабилитологов, психологов и медсестёр. Чтобы руководить такой многочисленной и многопрофильной командой, нужно знать и понимать специфику каждого из направлений. Кроме того, работа окружного кардиолога также требует глубокого понимания принципов оказания медицинской помо-

Владимир Кузнецов уверен, что, помимо любимой работы, в жизни каждого человека должно быть хобби

щи пациентам на амбулаторном этапе, в поликлинике», – объясняет Владимир Алексеевич.

В составе сосудистого центра семь отделений, ежегодно здесь получают помощь более тысячи пациентов. Доктор признаётся, что своё дело считает частью себя, а вся его команда нацелена на результат: «Главное для меня – сплотить коллектив, чтобы врачи разных специальностей успешно работали вместе, принимая коллегиальные решения. Это мультидисциплинарный подход, который реально работает и спасает жизни».



▲ Командная работа – ключевой фактор для успешного лечения пациентов

Здоровый баланс

Постоянное развитие – одна из главных особенностей врачебной профессии. Участие в проекте «Московский врач» стало для Владимира Кузнецова личным вызовом. Он получил этот почётный статус ещё в 2018 году, а недавно вновь его подтвердил. «Проект «Московский врач» – прекрасная инициатива Департамента здравоохранения Москвы. Для меня, да и для многих моих коллег это была своего рода проверка себя, своих знаний», – констатирует доктор. Сегодня он входит в экспертную группу проекта и уже сам участвует

в оценке навыков врачей, стремящихся получить этот статус. По мнению Владимира Алексеевича, главное – это преодолеть волнение перед предстоящим экзаменом и поверить в свои силы: «Я всегда говорю своим коллегам: важно не только знать материал, но и уметь управлять своими эмоциями. Уверенность в себе и спокойствие – это ключевые факторы успеха».

А что в свободное время? Владимир Алексеевич уверен, что, помимо любимой работы, в жизни каждого человека должно быть хобби. Это отличное «лекарство» от профессионального выгорания, позволяющее сохранять душевное равновесие. Набраться сил и положительных эмоций ему помогают спорт и активный отдых. Он с удовольствием участвует в активностях Спартакиады в рамках фестиваля «Формула жизни», занимается триатлоном, любит путешествовать и открывать для себя новые неизведанные места: «Спорт даёт возможность переключиться, восстановиться, стать сильнее. Он развивает множество важных качеств, которые просто необходимы врачу, – дисциплину, настойчивость, уважение к себе и людям. Так что мне моё хобби очень помогает по жизни».

▼ Команда ГКБ имени М. П. Кончаловского – активный участник Спартакиады в рамках фестиваля «Формула жизни»



▲ Спорт даёт возможность переключиться, восстановиться, стать сильнее



Фото: пресс-служба ГКБ имени М. П. Кончаловского

Фото: пресс-служба ГКБ имени М. П. Кончаловского

ЖИЗНЬ БЕЗ КАШЛЯ

В осенне-зимний период из-за распространения вирусных инфекций увеличивается частота случаев заболевания бронхитом. О причинах и профилактике заболевания рассказывает заведующий отделением пульмонологии Городской клинической больницы имени И. В. Давыдовского, врач-пульмонолог Юрий Антоновский.



Фото: Алексей Чеканов / НИИОЗММ

▲ Юрий Антоновский

Как правило, сопутствует острое воспаление дыхательных путей, кашель продолжается не более двух недель.

Хронический бронхит – состояние бронхов, при котором возникает хроническое ограничение воздушного потока и кашель. Оно зачастую связано с длительным вредным воздействием (пыль, сырость, дым, холодный климат).

Важно: диагноз «хронический бронхит» врач может поставить, если кашель длится более трёх месяцев в году и возникает на протяжении двух лет подряд.

Признаки заболевания

Первый и главный симптом бронхита – это кашель (сухой или с выделением мокроты). Кстати, характер мокроты даёт понять врачам, есть ли обострение бронхита (мокрота зачастую становится не слизеподобной и прозрачной, а гнойной). Симптомы, которые отмечают при остром или хроническом бронхите, бывают и при других болезнях дыхательных путей:

- затруднение дыхания, одышка;
- повышенная температура тела (до 37–38 °С);

Бронхит – заболевание нижних дыхательных путей, характеризующееся воспалением слизистой оболочки бронхов, зачастую присутствует постоянный кашель с мокротой или без неё.

Причины развития

Бронхит бывает двух видов: острый и хронический. Общие причины для развития того и другого состояния разные, но в любом случае поражаются бронхи. Возбудители бронхита – вирусы, которые циркулируют во внешней среде.

Развитие острого бронхита может быть спровоцировано воздействием бактерий.

- иногда может появляться озноб, лихорадка (в основном при остром бронхите);
- слабость, плохая переносимость физических нагрузок, отсутствие аппетита, головная боль.

Кто в зоне риска

Развитию бронхита может способствовать наследственная предрасположенность. Сам по себе бронхит не заразен. Его можно получить в виде осложнения после заражения вирусным или бактериальным агентом.

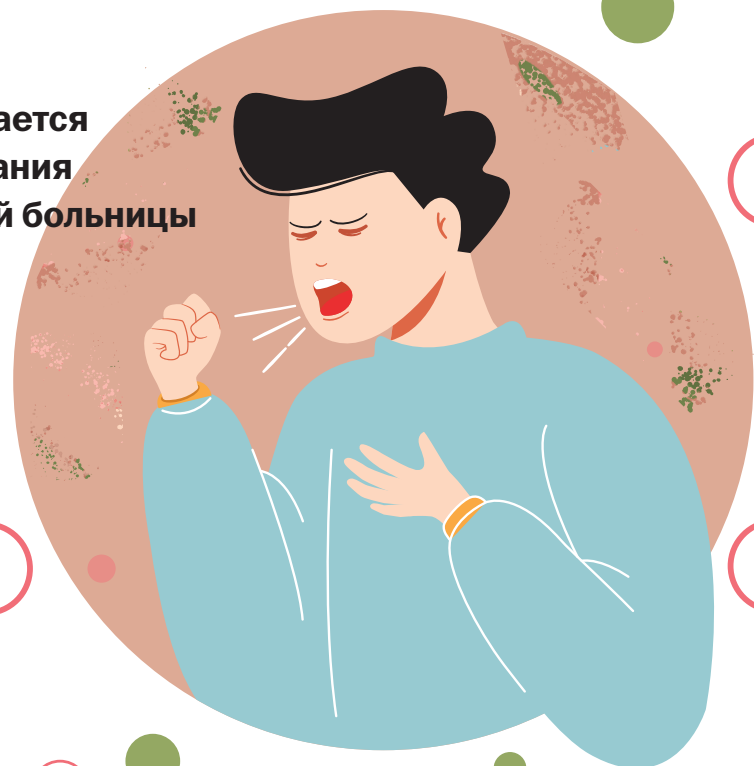
Соблюдая меры профилактики, которые советуют врачи, можно снизить риск развития бронхита.

Предупредить осложнения

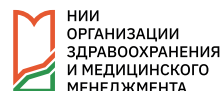
Нужно не допускать переохлаждения, своевременно лечить простудные

заболевания под наблюдением врача, вести здоровый образ жизни, сбалансированно питаться, соблюдать режим сна и отдыха.

Еще совет: в рацион нужно включить больше свежих овощей и фруктов, продуктов с высоким содержанием белка. Для поддержания иммунитета организму необходимо достаточное количество витаминов.



ПРОФИЛАКТИКА БРОНХИТА


 НИИ
ОРГАНИЗАЦИИ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
И МЕДИЦИНСКОГО
МЕНЕДЖМЕНТА

 Другие
памятки
смотрите
по QR-коду


Своевременно лечите простудные заболевания



В сезон простуд избегайте мест большого скопления людей



Включите в рацион больше свежих овощей, фруктов и продуктов, богатых белком (для поддержания иммунитета организму необходимо достаточное количество витаминов)



Не переохлаждайтесь



Соблюдайте режим сна и отдыха



Регулярно мойте руки с мылом или другими дезинфицирующими средствами

ВАЖНЫЙ ВКЛАД В ЗДОРОВЬЕ



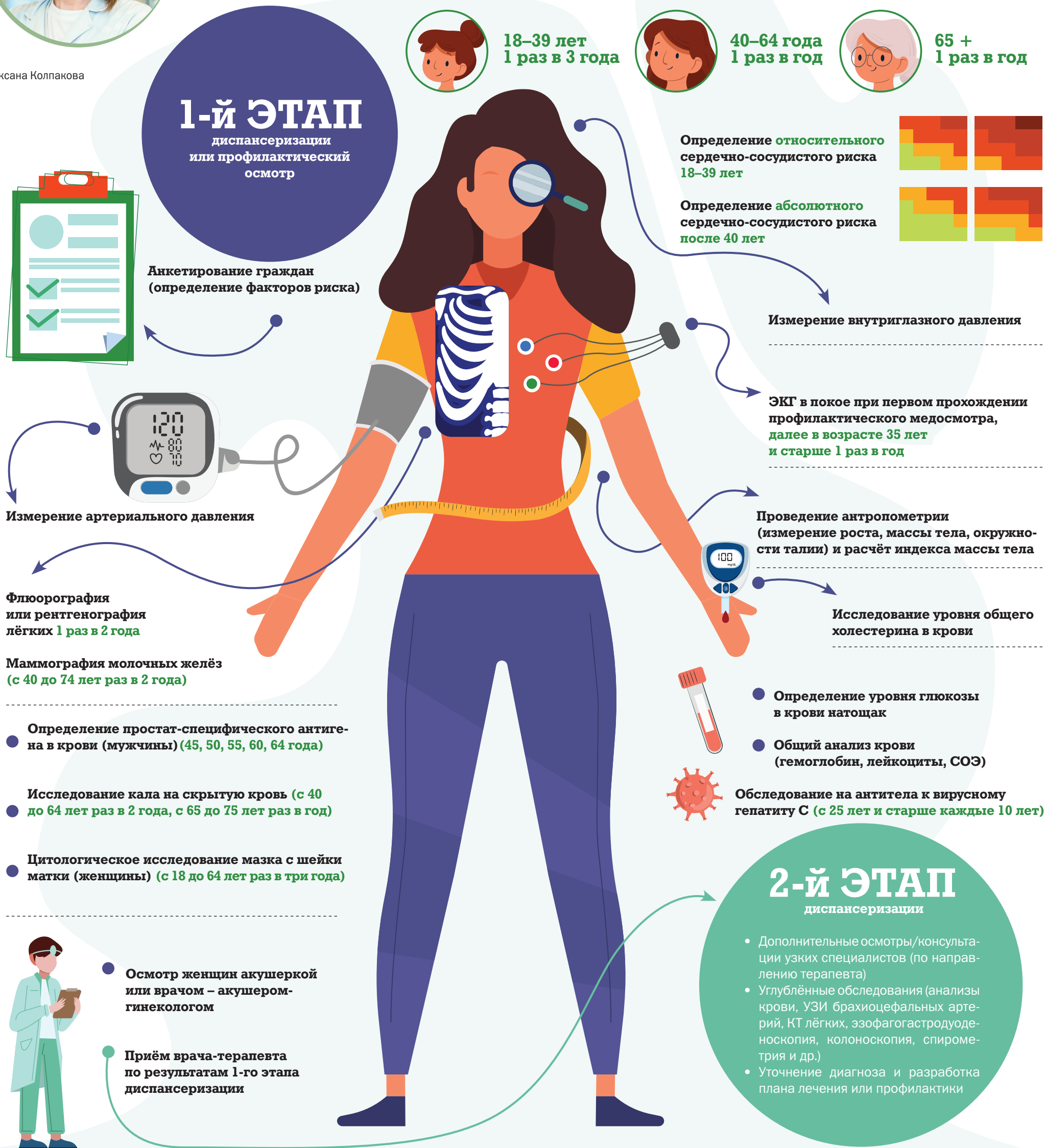
Диспансеризация помогает не только выявить болезни на ранних стадиях, но и предотвратить их развитие. Как пройти диспансеризацию, какие исследования в неё входят, рассказывает врач-терапевт отделения медицинской профилактики Городской поликлиники № 67 Оксана Колпакова.

В 2025 году пройти диспансеризацию могут все владельцы московского полиса ОМС старше 40 лет, а также москвичи с 18 до 39 лет, чей год рождения кратен трём (2007, 2004, 2001, 1998 и т. д.). Все остальные могут проходить профилактические осмотры – они проводятся ежегодно.

Обследование доступно во всех поликлиниках города как в будние дни, так и в выходные. Обычно диспансеризация проводится по предварительной записи на порталах «Мос.ру», «ЕМИАС.ИНФО» или через мобильные приложения «Госуслуги Москвы» и «ЕМИАС.ИНФО».

Фото: Алексей Чеканов/НИИОЗММ

▲ Оксана Колпакова



СТОЛИЦА, СВОБОДНАЯ ОТ ГРИППА

В день старта бесплатной вакцинации против гриппа, 8 сентября, корреспондент газеты Арина Алексеева проверила, как работают мобильные пункты, и обезопасила себя от заражения вирусами на предстоящий год.

В этом году в столице работают 18 мобильных пунктов возле станций метро, МЦК и МЦД каждый день с понедельника по пятницу с 08:00 до 20:00, по субботам – с 09:00 до 18:00, по воскресеньям – с 09:00 до 16:00.

Почему нужна прививка

Грипп может привести к серьезным осложнениям: бронхиту, пневмонии, миокардиту, менингиту и энцефалиту. Чтобы не рисковать здоровьем и не выбывать надолго из рабочего ритма, важно каждый сезон готовить свой иммунитет к столкновению с вирусами с помощью вакцин.

В мобильном пункте возле станции метро «ЦСКА» желающих привиться встретил главный внештатный специалист по первичной медико-санитарной помощи взрослому населению Москвы Андрей Тяжельников. Он подчеркнул, что вакцинация

особенно эффективна, если она массовая. «Когда вы вакцинируетесь от гриппа, вы защищаете не только себя, но и окружающих людей. Чтобы сделать прививку, специальной подготовки не требуется. Главное противопоказание – состояние обострения какого-либо заболевания в момент вакцинации. Если у вас высокая температура, проявления ОРВИ, нужно дождаться выздоровления и только затем делать прививку», – объяснил эксперт.

В день вакцинации важно избегать мест массового скопления людей, отказаться от водных процедур, отложить занятия спортом.

Москвичи выбирают не болеть

Жительница столицы Елена уже 25 лет ежегодно прививается от гриппа и для этого

приходит в мобильные пункты: «Потому что можно заглянуть туда в удобное время и не нужно заранее записываться. Процедура проходит быстро и достаточно комфортно. Я считаю, что нужно обязательно вакцинироваться, если нет противопоказаний, чтобы не принести вирус своим родным в дом».

Ярко оформленные машины скорой помощи, в которых проходит процедура вакцинации, привлекают внимание. Москвич Игорь впервые решил попробовать сделать прививку в мобильном пункте, не пожалел об этом решении и будет смело рекомендовать знакомым последовать его примеру. «Это удобно и для здоровья будет полезно», – уверен мужчина.

Не меньше желающих обезопасить себя от гриппа оказалось и возле пункта мобильной вакцинации у станции метро «Речной вокзал». Посетителей встретила врач-эпидемиолог Городской поликлиники № 45 Дарья Филатова. По её словам, процедура занимает 15–30 минут. «С собой нужно брать паспорт и при наличии полиса обязательного медицинского страхования. Каждый раз врач перед проведением процедуры осматривает больного и исключает наличие противопоказаний для постановки прививки», – рассказывает Дарья Филатова.

Иммунитету нужно время

Пока в столице не наступила промозглая погода, самое время обезопасить себя от вирусов. Врачи применяют только инактивированные вакцины, которые не содержат живого вируса и сами по себе не могут вызвать заболевание.



▲ Шприцы вскрываются при пациенте

Однако, чтобы прививка начала защищать в полную силу, требуется около двух недель. За это время вакцина обучит иммунитет бороться с различными штаммами вируса.

В мобильных пунктах работает квалифицированный медицинский персонал, а современное оснащение делает процедуру полностью безопасной. Кроме того, вакцинация проводится во всех городских поликлиниках по записи. Выбрать удобную дату и время можно на mos.ru и через мобильное приложение «ЕМИАС.ИНФО». Где находятся мобильные пункты, а также другие подробности о кампании по вакцинации против гриппа можно узнать на сайте Департамента здравоохранения Москвы.



Фото: Алексей Чеканов/НИИОЗММ



▲ Перед процедурой нужно заполнить небольшую анкету

**НИИ
ОРГАНИЗАЦИИ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
И МЕДИЦИНСКОГО
МЕНЕДЖМЕНТА**

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

Члены редакционного совета

М. А. Абрамян, Г. А. Айрапетов, Т. В. Амплеева, И. И. Андреевская, М. Б. Анциферов, Г. Ш. Аржиматова, И. И. Афуков, Т. Т. Батышева, П. В. Безменов, А. С. Белевский, В. А. Бельченко, А. И. Брагин, Т. Ю. Брежнева, А. Ю. Буланов, С. А. Валиуллина, Н. А. Васильевская, Ю. А. Васильев, Е. Ю. Васильева, С. Г. Врублевский, Д. Ю. Выборнов, В. В. Горев, А. А. Гринь, С. А. Гуменок, М. В. Давыдовская, Н. С. Демикова, В. П. Ефимова, Е. С. Жолобова, М. В. Журавлева, А. И. Загребнева,

О. В. Зайратьянц, И. В. Золотницкий, С. К. Зырянов, А. Н. Ибрагимов, А. Н. Ивашкин, А. Ю. Ивойлов, О. В. Карасева, И. В. Караченцова, Л. П. Кисельникова, А. Г. Кисина, О. В. Князев, А. Г. Комаров, К. Л. Кондратчик, В. В. Коренная, Г. П. Костюк, О. Н. Котенко, В. Г. Крыжановский, А. И. Крюков, О. А. Латышевский, А. Ю. Лебедева, Л. Н. Мазанова, А. И. Мазус, А. Б. Малахов, Н. Е. Мантурова, А. В. Масыкин, И. В. Ноздреватых, Е. А. Нурмухаметова, В. Е. Одинцов, А. С. Оленев, З. Г. Орджоникидзе, И. М. Османов, О. Д. Остроумова, А. Н. Пампура, Д. Д. Панков, Е. Е. Петрайкина, Н. Ф. Плавунов, И. В. Погонченкова,

Н. Н. Потекаев, Д. Н. Проценко, В. В. Плушкин, Д. Ю. Пушкар, А. Ю. Разумовский, Н. К. Рункина, Н. А. Савёлов, М. А. Сагиров, Т. А. Севостьянова, Ж. Б. Семёнова, А. Ю. Симонова, Т. А. Скворцова, Д. В. Скрыпник, С. В. Сметанина, А. В. Стародубова, Л. А. Стрижаков, Ю. В. Суханов, Е. А. Тарабрин, О. А. Тиганова, И. И. Трунина, Е. Л. Туманова, А. Р. Тумасян, А. А. Тяжельников, С. А. Федотов, В. В. Фомин, Д. С. Фомина, И. Е. Хатьков, А. Б. Хисамов, М. Ш. Хубулия, Е. В. Цыганова, Ю. А. Чайка, А. В. Шабунин, Н. А. Шамалов, Ю. А. Шельгин, М. Ю. Шивилова, С. В. Ширеев.
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, Шарикоподшипниковская ул., д. 9. Контакты: +7 (495) 530-12-89, niiozmm@zdrav.mos.ru.

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

Над выпуском работали:

Управление коммуникаций НИИОЗММ ДЗМ.
Шеф-редактор: Евгения Воробьева. Авторы: Ирина Степанова, Надежда Владимировна. Корректор: Людмила Базылевич. Дизайнер-верстальщик: Рената Хайрудинова.

© ГБУ г. Москвы «Научно-исследовательский институт организации здравоохранения и медицинского менеджмента Департамента здравоохранения города Москвы», 2025.

Время подписания в печать: по графику – 15:00, фактическое – 15:00. Тираж: 23 000 экз. Распространяется бесплатно.

Адрес типографии: 117534, г. Москва, ул. Кировоградская, д. 23.

«Московская медицина. Сито» в социальных сетях:



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПОСОВЕТУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ