



Для тех, кто заботится о своем здоровье

ВИТАМИНКА

«Искра», № 145

5 декабря 2009 года

Читайте
в номере:

Ходьба -
не ерунда

8

"Доктор Айбо-
лит" исцелит

9

Густые волосы
и кремний

10

тема номера: жизнь после инфаркта

Благодать, дающая здоровье

Не поверите, у этого обаятельно улыбающегося мужчины, копающегося в двигателе автомобиля, прооперировано сердце.

Александр Николаевич Деткин – нефтяник, слесарь по ремонту нефтепромышленного оборудования. На четвертом десятке жизни у него вдруг начались проблемы с повышенным давлением. Год назад холестериновые бляшки перекрыли один из сердечных сосудов на 64% – встали на пути кровотока. Об этом пациент узнал перед операцией аорто-коронарного шунтирования сердца – на коронарографии.

– Считаю, что основная причина появления тромба – это то, что мы хватаем тяжести, не жалея себя, – говорит бывший нефтяник. – Надо все делать размеренно. И, конечно, стрессы дают о себе знать.

Сейчас 52-летний Александр чувствует себя неплохо. Старается поддерживать жизненный тонус. Александр – заядлый рыбак. Мастерски чинит бытовую технику, автомобили.

– Я убедился, что какую пищу мы едим – такие и мы, – продолжает

разговор мой собеседник. – Взять, к примеру, дерево. Капли дождя попадают в землю, насыщаются микроэлементами. Дерево своими корнями впитывает эту целебную влагу. Вылей ведро бензина под дерево – оно начнет чахнуть. Так и наша кровь впитывает красители, наполнители....

...Плохо, если больной остается наедине с собой – он быстро угасает. Остальное от тебя зависит. Главное, жить – не тужить, жизни радоваться.

ворит Валентин Константинович, – в любое время года и любую погоду. Я после инфаркта еще до 10 километров по лесу намотывал. Баньку очень люблю, но парюсь после операции с осторожностью.

Люблю хорошее красное вино, иногда и водочки немного могу себе позволить. Алкоголь в умеренных дозах, по мнению ученых, полезен для сердечно-сосудистой системы. После операции почти не употребляю мясо. В моем

Весной – операция. А осенью наш герой уже копает картошку. Потихоньку начинает обрабатывать свои четыре дачные сотки.

Бывший учитель физкультуры Валентин Константинович Коровкин, перенес инфаркт, аорто-коронарное шунтирование, семь операций на глазах, с дистанции сходиться не собирается.

Весной 2006-го ему сделали операцию, а осенью наш герой уже копал картошку. В следующем году он участвовал в крестном ходе. Правда, часть пути, подстраховываясь, ехал на автобусе.

– Стараюсь ходить, – го-

меню много овощей и зелени со своего огорода, рыба, творог, фрукты. Иногда – яйца.

Я, как и многие люди, попавшие в подобные обстоятельства, – продолжает разговор мой собеседник, – пришел к Богу. Молитва успокаивает, вселяет веру, дает силу и терпимость – помогает справиться с недугами. Уныние – грех. Это та же депрессия, которая только усугубляет болезнь.

Вера Медведева



Фото: Елена Теплякова

Александр Деткин – мастер на все руки

помоги себе сам

Кислород приходит на помощь

Случалось ли вам просыпаться утром с больной головой, совершенно разбитым? Вы мучились после праздничного застолья от неожиданно тяжелого похмелья? После занятий спортом ваше тело отказывалось вам служить? Неожиданно подступившая головная боль лишала вас сна и отдыха? Вы замечали, как сильно начинает болеть голова в душном, не проветриваемом помещении?

– Все это признаки одного и того же процесса – гипоксии, – комментирует врач-пульмонолог городской по-

ликлиники Алексей Ладыгин. – Гипоксия – это недостаток кислорода в организме. Возникает из-за уменьшения кровото-

ка по суженным кровеносным сосудам, из-за снижения уровня передачи кислорода эритроцитами клеткам тканей.

– Какие органы нам дают сигнал о недостатке кислорода?

– В первую очередь – нейроны головного мозга. Сердце – второй орган, который начинает страдать от дефицита кислорода. ➔8

Мы всегда рады вам помочь!



ул. 9-е Января 124 "а"
тел. 3-08-05

**Акция
"От сердца к сердцу"**

с 5 декабря по 31 декабря

- ❖ кислородные баллончики
- ❖ ингаляторы (небулайзеры)
- ❖ тонометры
- ❖ увлажнители воздуха
- ❖ магнитотерапевтические аппараты скидка – 12%

Доброго вам здоровья и долголетия!



Витаминные препараты тонизируют – их лучше принимать утром. Сейчас появились двухфазные (утро-вечер) витаминно-минеральные комплексы, соответствующие нашему биологическому ритму.

В 1,5 л теплой воды мелко нарезать 1 кг свеклы, добавить 2 ст. ложки сахара, 2 кусочка хлеба. Настоять квас 7 дней. Пить по 1/3 стак. 3 раза – 3 недели. Квас очистит сосуды, снимет давление и головную боль (совет от Г.П. Малахова).



врач по вызову

Ходьба - это вам не ерунда



Как дальше жить, перенеся инфаркт? Как его избежать? На эти и другие вопросы отвечает врач-кардиолог городской поликлиники Юлия ТОНКОВА.

- Юлия Владимировна, что должен предпринять человек, перенесший инфаркт?

- Сразу исключить из своей жизни факторы риска. Во-первых, нормализовать артериальное давление, принимая медикаменты, назначенные врачом. Далее, выбросить сигареты. Содержание жиров в крови у курящих выше, чем у некурящих, а это прямой путь к атеросклерозу. Время свертываемости крови при курении ускоряется на 15-26% - это ведет к образованию тромбов. Следующий по значимости фактор риска у таких больных – ожирение. Не допустить ожирение поможет физическая активность и низкокалорийная диета.

Движение - эффективное средство борьбы с атеросклерозом. У людей, которые занимаются физкультурой хотя бы по 30 минут три раза в неделю, улучшается состояние крови по жировым показателям, снижается склонность к тромбообразованию, развиваются дополнительные мелкие кровеносные сосуды, питающие мышцу сердца, нормализуется холестерин, постепенно рассасываются жировые бляшки. Это доказано при повторной ангиографии сосудов сердца.

Нагрузки надо увеличивать постепенно. Слушайте себя. Прошли в медленном темпе 1 км – более и неприятных ощущений нет. На следующий день немного увеличьте темп или расстояние.

Без лекарств не обойтись

- А если после выписки из больницы, почувствовав улучшение, пациент, перенесший инфаркт миокарда, снизит прием лекарств?

- Это очень опасная тенденция. Назначенные доктором препараты предотвращают дальнейшее прогрессирование заболевания. Так, аспирин уменьшает свертываемость крови, статины нормализуют уровень холестерина в крови, гипотензивные препараты снижают артериальное давление.

- Знакомый пережил три инфаркта и сейчас нормально себя чувствует. Многие не переносят и одного такого «приступа». Почему?

- Вероятность нового приступа зависит от индивидуальности, от наличия гипертонии, наследственности, неправильного питания, избыточного веса, эмоционально-психических перегрузок. Согласно статистике, после первого инфаркта второй случается в течение первого года у 10-20% пациентов. Мужчины в данном случае более уязвимы, чем женщины.

Сладости отдай врагу

- Питание тоже влияет на развитие болезни?

- Конечно. Необходимо снижать уровень холестерина в крови. Наиболее им богаты рыба, икра, яичный желток, печень, почки, мозги, молочные продукты, жир животного происхождения.

Нужно резко ограничить все сладкое, чтобы избежать сахарного диабета, который в еще большей степени отягощает течение атеросклероза, гипертонии, инфаркта.

Все, что придает пище красоту и вкус, как правило, содержит вредные для организма больного человека составляющие. То есть без диеты не обойтись.

О жаре и о «Виагре»

- Одни люди, перенесшие инфаркт, боятся лишних движений, другие, наоборот, начинают увеличивать физические нагрузки. У многих кунгуряков имеется сад или огород, а у грядок можно и перенапрячься. Как быть в таком случае?

- Действительно, работу на приусадебном участке к полезной физической активности никак не отнесешь. Если уж вы решили немного поразмяться у грядки, трудитесь дозированно, не спеша, каждые 20-30 минут

делая перерывы. И не в жару. Категорически противопоказано поднимать тяжести. При любой боли в груди нужно сразу прекратить работу. Отдохнув, переключиться на другой более легкий вид деятельности.

- Некоторые больные стесняются задать доктору вопрос на деликатную тему: секс противопоказан?

- Больным, которые могут спокойно подняться на третий-четвертый этаж, особых ограничений не требуется. Кому не под силу эта нагрузка и здесь нужна осторожность. Нелишне иметь в спальне под рукой нитроглицерин. Но хочу предупредить: он несовместим с «Виагрой» - может резко упасть давление. Между приемами этих препаратов должно пройти 12 часов.

В заключение главный совет – во всем будьте разумными. В первую очередь, сами заботьтесь о своем здоровье, проявляя к нему постоянное внимание.



Копай, но не геройствуй!

ЭКСПЕРТ

Валерий ШЛЯПИН, кандидат медицинских наук, возглавляет частный лечебно-диагностический центр «Кредо» в Кунгуре:

После инфаркта жизнь не останавливается, но необходима реабилитация. Это сложный комплекс: лечебные мероприятия, изменение образа жизни, взаимодействие врача и пациента.

После перенесенного инфаркта пациенты проходят сложный и многоуровневый период восстановления. Каждый пациент должен помнить, что соблюдение рекомендаций после инфаркта - это гарантированное возвращение в жизнь.

Основное условие успеха для восстановления больных после инфаркта - регулярный прием лекарственных препаратов (многих - пожизненно). Самостоятельное прекращение приема не допускается.

Регулярное прохождение осмотра у лечащего врача.

Контроль артериального давления и пульса.

С лечащим врачом максимально скомпенсируйте сопутствующие ишемической болезни заболевания.

Из немедикаментозных способов выделяем основные правила: соблюдение противохолестериновой диеты; снижение потребления поваренной соли; контроль массы тела; сохранение физической активности (режим и интенсивность физических нагрузок определяет врач); полный отказ от курения – снижает вероятность повторного инфаркта на 20-50%; допустимо употребление алкоголя в малых количествах – до 1 бокала сухого красного вина в день (вино способствует снижению уровня вредных липидов, в том числе холестерина).

При всех усилиях специалистов положительного результата от лечения можно достигнуть только при наличии воли у самого пациента.

помоги себе сам

Кислород приходит на помощь

Инфаркт — это гибель той части миокарда, которая перестает снабжаться кислородом. Стенокардия, боли в области сердца — судорожные сигналы о нарастающей гипоксии.

Жесткие боли в печени после обильных возлияний тоже из-за нехватки кислорода в крови.

Почему цвет кожи лица курильщика серый? Ее преждевременное увядание и изменение цвета — следствие недостатка кислорода.

Дети с нарушенной функцией внешнего дыхания при астме или с разбухшими аденоидами отстают в развитии от своих сверстников, часто болеют. Жизнь в загрязненных мегаполисах приводит к тому, что и у совершенно здоровых людей к пятидесяти годам легкие теряют до половины своих возможностей. А если доба-

вить к этому пораженные атеросклерозом сосуды, то станет понятно, почему так часты инфаркты и инсульты в наше время.

- Как избавиться от гипоксии?

- Подышать кислородом, воспользовавшись кислородным баллончиком.

- Кому нужно иметь про запас такой баллончик?

- Кислородотерапия настоятельно рекомендуется людям, страдающим стенокардией и перенесшим инфаркт; людям с заболеваниями органов дыхания — бронхитами, бронхиальной астмой, курильщикам; лицам, постоянно находящимся в состоянии стресса и перенапряжения сил; беременным женщи-

нам и ослабленным детям, пожилым людям; при иммунодефицитном состоянии, при нарушениях работы сердечно-сосудистой системы.

- Как может помочь кислородный баллончик, к примеру, больным астмой?

- Приступы астмы сопровождаются нарастающими нарушениями функции внешнего дыхания. Ингаляции чистого кислорода при этом помогут снять ощущение удушья.

- Алексей Олегович, а Вы наблюдали на своих больных эффект кислородотерапии?



опробовано на себе

Чай повышает иммунитет

После того, как мне дали рецепты витаминного чая и отвара шиповника, мы с удовольствием стали их пить - моя внучка ходит в садик почти что без «прогулов» (боюсь сглазить). А то, бывало, день - в садике, неделю - дома. Видимо, эти напитки действительно повышают иммунитет.

Взять по одной части сухих листьев боярышника, зверобоя и малины. Чайную ложку смеси залить стаканом кипятка. Настоять 20 минут. Пить чай теплым.

Отвар шиповника: 20 г сухих измельченных плодов залить 0,5 ст. кипяченой воды и кипятить на очень слабом огне под крышкой 10 минут. Настоять в теплом месте 3 часа. Пейте по 0,5 ст. 2-3 раза в день.

Зинаида Тимофеева

Вера Вереск



Правильная смена сна и бодрствования, по высказываниям ученых, защищает организм от онкологических заболеваний, а при наличии опухоли – лечение делает более эффективным.

Обильное питье помогает справиться с болезнью, ведь отравляющие тело токсины выходят из организма вместе с потом и мочей. Питье должно быть теплым, но никак не горячим.



Медицинский центр ООО «Доктор Айболит»

Генеральный директор Тимур Ринатович Хабибрахманов,
управляющий Ирина Алексеевна Глушко

г. Кунгур, ул. Гоголя, 3
(во дворе городской
поликлиники).
Тел. 8 (34271) 2-17-69,
2-49-69

новое оборудование

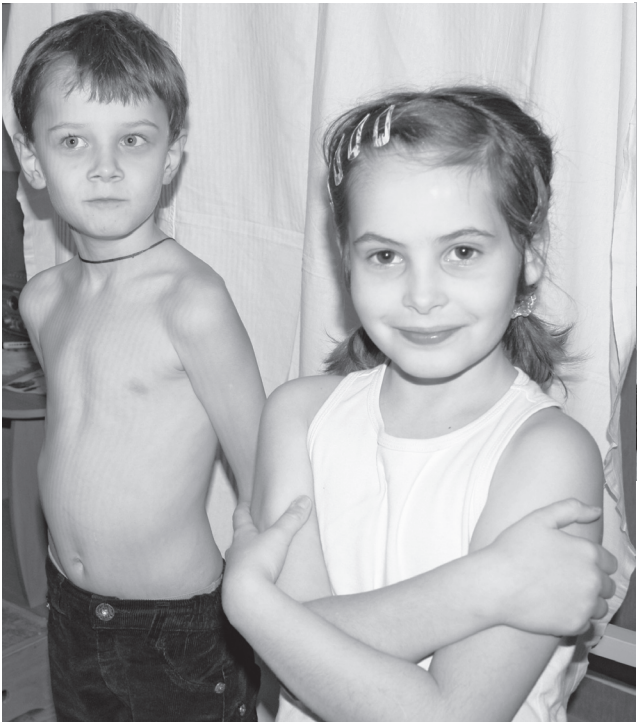
Зебра полосатая

В Кунгуре появился компьютерный топограф по выявлению сколиоза. На улицах города невольно обращаешь внимание на мальчишек и девочек, шагающих с доверху набитыми школьными ранцами и сумками, перегнувшись в одну сторону. Они долго сидят за партой в школе, да бывает еще, что парта - не по росту. Вот вам и сколиоз заработан. По мнению специалистов, даже если вы постоянно водите маленького ребенка в детсад и на прогулках, держа его за одну и ту же руку – уже может появиться некоторое искривление позвоночника. Сколиоз, деформация (искривление) позвоночника - одно из самых распространенных заболеваний, которое приводит к неправильной работе внутренних органов, в будущем часто – к инвалидности.

Частный медицинский центр

ООО «Доктор Айболит» недавно приобрел передвижной компьютерный топограф, при помощи которого можно выявить сколиоз на самой ранней стадии его развития. В качестве акции, бесплатно, медицинский центр решил провести обследование первоклассников школы № 16 Кунгура и Ергачинской школы. Через полгода вновь посмотреть этих детей – провести мониторинг. Первые испытуемые в школе № 16 первоклассники Даша Кондракова и Кирилл Кирьянов. На школьников «нацеливается» прибор, подобие фотоаппарата с «сеточкой внутри». На спину направляется пучок света – на теле появляются полоски. - Очень хорошо видно даже на глаз искривление полосок, - комментирует оператор топографа Людмила Пронина. – А на экране компьютера просмат-

ривается даже малейшая их кривизна. Доктор «считывает» информацию и ставит диагноз. То есть компьютерная топограмма - полное графическое описание рельефа поверхности спины пациента в виде изолиний - чередованием светлых и темных контурных линий. Топография совершенно безопасна – никаких вам излучений. Родители получают рекомендации хирурга-ортопеда, ребенок проходит курс упражнений лечебной физкультуры. И, как говорят специалисты, все это поможет избежать перехода деформаций позвоночника из функциональной стадии в структурную. Уже получены результаты компьютерной топографии первоклассников в школе № 16. Из 30 детей только у двух состояние позвоночника оценено на «отлично».



НУЖНЫЙ АДРЕС

Компьютерную топографию позвоночника можно сделать в частной клинике «Доктор Айболит» (Гоголя, 3, во дворе горполиклиники). Телефон 2-17-69 и 2-49-69. Цена услуги 320 рублей.

эндокринолог

Сахарный диабет и инфаркт

Эндокринолог Ольга Пихтовникова принимает детей и взрослых. Это настолько отзывчивый и внимательный доктор, что, записавшись к своему пациенту даже на улице, обязательно напомним, что уже настала пора вновь показаться эндокринологу. Потому не секрет, что многие горожане, жители Кунгурского и близлежащих районов, страдающие сахарным диабетом, остеопорозом, имеющие проблемы с работой щитовидной железы, желают попасть на прием именно к этому врачу.

У кабинета эндокринолога в частной клинике «Доктор Айболит» рядом со взрослыми пациентами – школьники, родители с малышами. Доктор недавно прошла курсы специализации по детской эндокринологии. - Статистика показывает, - комментирует ситуацию Ольга Николаевна, - что диабету часто сопутствуют сердечно-сосудистые заболевания. Риск раннего развития ишемической болезни сердца (ИБС) при диабете очень велик. Как известно, основа ИБС – это атеросклеротическое поражение сосудов, нарушение жирового (липидного) обмена, иначе говоря, дислипидемия. Она чаще проявляется как повышение уровня холестерина в крови.

- Ольга Николаевна, то есть немолодым людям и тем, кто склонен к заболеваниям сердечно-сосудистой и эндокринной системы, нужно следить за показателями холестерина? Где работающему, очень занятому чело-



веку можно быстро проверить содержание холестерина в крови? И кто может расшифровать результаты анализа? - По направлению доктора вы можете записаться в регистратуру центра «Доктор Айболит» на сдачу биохимического анализа крови. Расшифрует показатели тот же врач, который направил вас в лабораторию. В принципе, взглянув на результаты анализа, вы сами можете узнать, каков уровень холестерина в вашей крови..

НА ЗАМЕТКУ

Уровень общего холестерина в крови должен быть у здорового человека – ниже 5 ммоль/литр, а у пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями или расположенностью к ним - менее 4,5 ммоль/литр

лечим горло

"Тонзиллор" уберет боль

Врач-отоларинголог, управляющий медицинским центром «Доктор Айболит» Ирина Глушко работает с новым аппаратом «Тонзиллор ММ», который лечит больных, используя низкочастотный ультразвук. - Причем, - рассказывает доктор, - обработка горла при хроническом тонзиллите, фарингите низкочастотным ультразвуком осуществляется как через жидкие лекарственные препараты, так и контактно. Ультразвук обезболивает, снимает воспаление в пораженных участках биоткани, улучшая микроциркуляцию крови, восстанавливая функции небных миндалин. Многие больные даже после одного курса лечения забыли о боли в горле.

ИМЕЙТЕ В ВИДУ

В настоящее время насчитывается около 130 болезней, так или иначе связанных с хроническим тонзиллитом – это, к примеру, экзема и псориаз, панкреатит и холецистит, миокард и артрит.



На приеме у Ирины Алексеевны Глушко учащийся лесотехникума Денис Симанов

Уважаемые жители п. Ергач и с. Плеханово!

ООО «Медфарм» сообщает об открытии

аптечных пунктов:

пос. Ергач, ул. Школьная, 22 (здание поликлиники)

село Плеханово, ул. Набережная, 26 (здание поликлиники)

Приглашаем Вас посетить аптечные пункты с 9.00 до 16.00 с понедельника по пятницу (лицензия № ЛО-59-02-000256 от 27.10.2009 г.)



Верховая езда (иппотерапия) прорабатывает каждую мышцу, позвонок, а посадку дает королевскую - настоящей всадницы. Уроки верховой езды полезны взрослым и детям.

Слезы предохраняют роговицу глаза от пыли, защищают глаза от микробов. Если от души поплакать в течение 15 минут, можно снять напряжение, накопившееся за целый год.



Все о жизни

 **опробовано на себе**

Вверх потянулись!

Я – чернобылец, больной человек. Но держусь, благодаря оптимизму и ежедневной работе над собой. Как-то такая сильная боль в позвоночнике (у меня – грыжа позвоночника) сковала меня, что спал по 2 часа, и то полулежа. Помогло поправить здоровье одно упражнение, которое я делал каждый день до иступления.

Сейчас – начало зимы. Идет обострение болезней. Остеохондроз особенно проявляет себя.

Итак, надо сесть на стул, лучше на табуретку. Ноги – шире плеч. Руки поставить на колени, локти – в стороны. И начинать, медленно раскачиваясь, наклоняться с каждым разом все ниже и ниже вперед. Нет сил, больно, голова закружилась – передохните. И снова вперед – вытягивать позвонки. Я дошел до того, что с маленькой табуретки почти доставал головой пол. Растягивать позвоночник - до хруста, когда позвонки встают на место.

Лучше это упражнение делать после разогрева (позвонки лучше поддаются) – медового массажа позвоночника или после бани.

И еще, у меня возникла сильная боль там, где позвонок был вдавлен, поэтому я, наклоняясь, подкладывал под живот палку –



через нее наклонялся. Позвонки могут быть и вдавлены, и выпуклы, и смещены в сторону. Сами поймете – вам лучше заниматься с палкой или без нее. Главное, в любом случае, нужна растяжка позвоночника, чтобы он стал эластичный. И идет укрепление мышц спины, поддерживающих позвоночник в хорошей форме.

Внимание. Нельзя во время наклонов делать повороты вправо и влево – можно защемить нерв.

Почаще потягивайтесь на носочках. Держите вещи, посуду (чем часто пользуетесь) в верхних отделениях шкафов, чтобы до них надо было ежедневно тянуться – это как раз на пользу позвоночнику.

Можно вытягивать позвоночник, висая на руках, держась за перекладину. А еще лучше, перекладину - под колено, и висеть вниз головой.

Многим помогают кровати НУГА-БЕСТ. Одобряю занятия на «маятнике» Василия Бартова (писали в «Витаминке» несколько лет назад).

В.Г. Дьячков
(п. Садовое)

 **вопрос - ответ**

Густые волосы и ...кремний

В последнее время много говорят о кремнии, что его недостаток сказывается на состоянии волос и кожи. А в чем он содержится?

Кристина

Кремний содержится практически во всех тканях и органах. Без него наши кости становятся хрупкими, иммунитет - слабым, на стенках сосудов начинают откладываться холестериновые бляшки. Этот микроэлемент защищает нас от появления ран-

них морщин, делает волосы густыми и блестящими, не дает ногтям ломаться и расслаиваться.

Содержит кремний: цельное зерно, свекла, соя, репа, редька, редис, зеленые бобы, хвощ полевой, цикорий, картофель, зелень, ревень, лук, минеральные воды.

 **рецепт из конверта**

При замедленном ритме

Моя соседка, у нее замедленный ритм сердца, пользуется таким рецептом. 4 лимона разрезать на 4 части, сварить в 1 л воды до кашицеобразной массы. Добавить 0,5 кг измельченных грецких орехов, 250 г кунжутного масла (есть в продаже) и 200 г сахарной пудры. Перемешать, принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за полчаса до еды.

Александр Сергеев

Главная тема следующего номера "Витаминки"

◆ **источники зимней бодрости**

Приложение выйдет в январе

Нужный телефон

Служба спасения

123

2-76-81

Одежда производства **РОССИЯ**

МАЛЫШ

магазин "Сандал"

2 этаж

Остановка "Гостиница"

- новогодние наряды
- игрушки
- горнолыжные брюки

 **это возможно!**

Бабушка в 50 - девочка опять!

Все-таки не зря говорят: питайся правильно, спи 8 часов в сутки, занимайся спортом - и сможешь сохранить фигуру и лицо на долгие годы. Конечно, соблюдать эти нехитрые правила несложно, да чаще всего просто лень.

Недавно в Лас-Вегасе прошел конкурс красоты «Miss 50 years old». Главное условие - участнице должно быть пятьдесят лет или более. Со всей Америки съехались бабушки, которым, как оказалось, есть что показать.

Понятное дело, что без пластической хирургии не обошлось - это даже не обсуждается. Но невозможно же ушить себя целиком!

Так что остается лишь констатировать - массажи, спорт и правильное питание регулярно и с удовольствием дают определенные результаты. Некоторые из участниц выглядят сексуальнее, чем девушки, которые в два раза моложе!

Источник: «Комсомольская правда»

Лечебно-диагностический центр ООО "Кредо"

КАРДИОЛОГ. ТЕРАПЕВТ.
КАНДИДАТ МЕДИЦИНСКИХ НАУК
Валерий Валентинович ШЛЯПИН

- *ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.
- *ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДБОР ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ.
- *ДИСПАНСЕРНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ.

К вашим услугам:

- *ДОПОЛНЕНИЯ В ЛИСТ МСЭК.
- *ЭНДОКРИНОЛОГ.
- *ГИНЕКОЛОГ - Кольпоскопия. Диагностика и лечение патологии шейки матки. Криодеструкция, УЗИ.
- *ЭКГ, ХМ-ЭКГ, СМАД, ФВД.
- *КОМПЛЕКСНАЯ ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ.
- *ИССЛЕДОВАНИЕ СОСТОЯНИЯ МОЗГОВОГО КРОВООБРАЩЕНИЯ (СОСТОЯНИЯ ПОСЛЕ ОНМК, ВНУТРИЧЕРЕПНАЯ ГИПЕРТЕНЗИЯ, ГОЛОВНЫЕ БОЛИ).
- *УЗ-диагностика.
- *Забор крови на все виды лабораторных исследований.
- *Предрейсовые осмотры водителей транспортных средств.
- *Профосмотры на предприятиях.

Кунгур, ул. Ленина, 25

Предварительная запись по телефонам:

2-40-81 9.00-14.00
2-87-50 после 14.00

(Лицензия 59-01-000109)

Специализированный магазин "Оптика", расположенный недалеко от лесотехникума, пользуется большим спросом у горожан и жителей района.

Оптика

изготовление и ремонт очков за 1 день

большой выбор оправ

цветные контактные линзы

средства ухода

Елена УСОЛЬЦЕВА, начальник Кунгурского управления минсоцразвития:
- Я – клиент «Оптики» с 80-х годов. Сейчас много приходится работать на компьютере, поэтому пользуюсь специальными, как говорят, компьютерными очками. Очень нравится. Глаза устают значительно меньше.

Зинаида ЛЕПИХИНА, директор Кунгурского архива:
- Несколько лет уже пользуюсь бифокальными очками, которые заменяют две пары очков. Они состоят из двух линз: с помощью верхней корректируется дистанционное (дальнее) видение, а нижняя используется для работы с предметами на близком расстоянии. Оправы на выбор – эстетичные. И качественно, и недорого (против Перми). И обслуживание отличное.

Ольга ЛОСЕВА, служащая:
- Своей дочке-школьнице очки всегда заказываю по направлению врача только в магазине «Оптика» (директор Светлана Дуркина). Претензий нет. И дочери нравится блистать модными очками, которые к тому же удобны и как раз «по глазам».