

журнал о здоровье и здоровом образе жизни

# TONUS Life #4

Лариса Антипенко:  
Здоровые глаза –  
каждому!

Болезни от  
удовольствия

Заболевание  
активных  
женщин

Диабет  
наносит  
удар по  
зрению

клинике  
«TONUS»  
**16**  
лет

сентябрь / октябрь / ноябрь 2015

18+



## ХИРУРГИЧЕСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ «ТОНУС ПРЕМИУМ»

### Эндоскопическая хирургия

в гинекологии, урологии, а также лапароскопическая холецистэктомия, аппендэктомия и др.

### Сосудистая хирургия

### Пластическая хирургия

### Лазерная хирургия

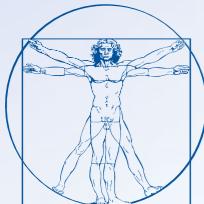
### Челюстно-лицевая хирургия

### Лор-хирургия

### Детская хирургия

### Круглосуточный стационар

### Комфортабельные палаты



Центр лучевой диагностики  
и эндоскопической хирургии

**TONUS**  
*Premium*

Ул. Б.Покровская, 62  
тел. 411-13-13

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

TONUS Life сентябрь/октябрь/ноябрь 2015

18+ **TONUS**  
*Life*

# Содержание



8.

Лариса Антипенко:  
Здоровые глаза –  
каждому!

20.

16 лет  
доверия



**НОВОСТИ**  
5. «Тонус МАМА»  
взяла под опеку  
кенгуру в зоопарке  
«Лимпопо»

**ВОПРОС-ОТВЕТ**  
6. Важный вопрос

**ЛИЦА**  
8. Лариса Антипенко:  
Здоровые глаза –  
каждому!  
14. Почему я сделала  
лазерную коррекцию  
зрения Femto LASIK

**СТАРШЕЕ  
ПОКОЛЕНИЕ**  
16. Диабет наносит  
удар по зрению



16.

Диабет наносит  
удар по зрению

Пилинг: избавиться  
от лишнего

26.



## Содержание



**34.** Косоглазие у детей



**52.** Что творится у вас в голове?

### ПРИНИМАЕМ ПОЗДРАВЛЕНИЯ

- 20.** 16 лет доверия
- 22.** Поздравляем с 16-летием клиники «Тонус»!
- 24.** Здравствуйте, дорогие друзья!

### КРАСОТА

- 26.** Пилинги: избавиться от лишнего

### КРАСОТА

- 28.** Целлюлит: план уничтожения
- 32.** Поднимите мне веки

### ДЕТИ

- 34.** Косоглазие у детей
- 40.** Аденоиды у ребенка: опасно ли это?
- 42.** Это странное чувство в животе

### ОНА

- 37.** Бесплодие и возраст: опасная зависимость

### ВНИМАНИЕ

- 46.** Заболевание активных женщин
- 52.** Что творится у вас в голове?

### ТЕТ-А-ТЕТ

- 56.** Болезни от удовольствия

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР  
**Елизавета Гавриленко**

ДИЗАЙНЕРЫ  
**Анна Абрамова**  
**Павел Смирнов**

ВЕРСТКА  
**Игорь Васильев**

КОРРЕКТОР  
**Мария Языванова**

РЕКЛАМНЫЙ ОТДЕЛ  
**Анастасия Ткачук**

КОНСУЛЬТАНТ  
ПО ЮР. ВОПРОСАМ  
**Екатерина Nikolaeva**

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ:  
**Елизавета Гавриленко**  
**Екатерина Кирилловых**

УЧРЕДИТЕЛЬ  
**Сеть медицинских клиник «Тонус»**

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
**Ольга Михалева**

ПЕРИОДИЧНОСТЬ:  
**раз в квартал**  
ТИРАЖ: 900 экземпляров  
ПОДПИСАНО В ПЕЧАТЬ:  
**21.08.2015**

Отпечатано в типографии:  
ООО «Риммини», г. Москва,  
ул. Верейская, д. 29,  
строение 32А.

Любое воспроизведение материалов и их фрагментов возможно только по согласованию с редакцией.

По всем вопросам обращаться  
**info@tonus.nnov.ru**

# «Тонус МАМА» взяла под опеку кенгуру в зоопарке «Лимпопо»



внести свою лепту, взяв их под опеку. Большие рыжие кенгуру – не первые животные, опекаемые сетью медицинских клиник «Тонус».

С 2012 года детские клиники «Тонус КРОХА» заботятся о страусах Эму, тоже живущих в «Лимпопо».

Приходите в нижегородский зоопарк «Лимпопо» посмотреть на наших новых питомцев!



Клиника высоких репродуктивных технологий «Тонус МАМА» стала опекуном двух австралийских больших рыжих кенгуру в нижегородском зоопарке «Лимпопо».

Большой рыжий – крупнейший из видов кенгуру, а также из млекопитающих в Австралии. Они не только красивые и необычные, но еще и заботливые мамы. Вынашивая малыша в сумке, кенгуру проявляют чудеса заботы – только они могут вырабатывать четыре вида молока, в зависимости от возраста кенгуренка. Неудивительно, что для многих эти прекрасные животные являются символом материнства!

Мы очень рады, что теперь жители Нижнего Новгорода смогут познакомиться с такими необычными животными в зоопарке «Лимпопо»! Именно поэтому клиника «Тонус МАМА» решила

# Важный вопрос

В каждом номере журнала специалисты сети медицинских клиник «Тонус» отвечают на несколько писем из нашей почты.  
Отправить свой вопрос можно по адресу [info@tonus.pnov.ru](mailto:info@tonus.pnov.ru) с пометкой «Журнал»

## Марина, 32 года

**Чуть побалую себя чем вкусненьким – губы слегка опухают, краснеют, чешется шея. Сейчас я беременна, 13 неделя. Муж мой аллергией не страдает. Я переживаю, унаследует ли ребенок аллергию, когда его можно будет обследовать, чтобы прояснить этот опасный вопрос?**

Несомненно, у Вас есть аллергическое заболевание. Оно передается по наследству в 50-70% случаев, поэтому будущий ребенок находится в группе риска. Вам, готовящейся стать матерью, сейчас надо думать не о том, как обследовать ребенка в будущем, а как в настоящем, на ранних сроках беременности, снизить риск возникновения аллергии у малыша. Только опытный специалист может дать грамотные рекоменда-

ции по этому вопросу! Вам стоит записаться на прием к аллергологу, пройти обследование и получить рекомендации по профилактике аллергии у будущего ребенка и лечению заболевания у Вас самой. Важно помнить, что многие медикаменты не разрешены беременным (поэтому так опасно заниматься самолечением), а врач сможет порекомендовать те меры, которые будут безопасными для Вас и малыша.



Ирина Чернышева  
врач аллерголог-иммунолог клиники «Тонус»

## Анна, 28 лет

**У сестры после беременности и первых родов образовался геморрой. Вопрос в том, имеет ли смысл делать операцию по устраниению узлов, если она собирается через пару лет рожать второй раз, или же следует «отложиться» и делать? Ведь беременность – это один из основных факторов риска развития геморроя у женщин.**

После родов, как правило, болезненные проявления геморроя постепенно стихают или существенно уменьшаются, но иногда остаются гипертрофированные кожные разрастания вокруг анального отверстия – так называемые баҳромки. Причем достаточно часто женщины принимают данные образования за геморроидальные узлы. Подход к каждому пациенту сугубо индивидуален, поэтому необходим осмотр хирурга-колопроктолога для уточнения симптоматики, определения стадии геморроидальной болезни и решения вопроса о дальнейшей тактике лечения. В настоящее врем-

я в арсенале специалистов, помимо традиционных хирургических методов лечения, имеются малоинвазивные методики (например, склеротерапия, лигирование, дезартеризация геморроидальных узлов), позволяющие добиться нормализации качества жизни пациента без боли и значительных ограничений жизнедеятельности на этапе лечения.



Александр Плотников,  
врач-хирург,  
проктолог  
клиники «Тонус»

## Андрей, 46 лет

**К какому врачу пойти и какие исследования назначат при повторяющихся носовых кровоточениях? Разва три–четыре за месяц течет кровь из носа. Ни с чем конкретным связать это не могу.**



Эльвира Данилина,  
врач-терапевт, врач  
функциональной диагностики 1 категории  
клиники «Тонус»

Кровь из носа – не всегда безобидный симптом. Причинами кровотечения могут быть заболевания полости носа и придаточных пазух, травмы, болезни крови и нарушения работы свертывающей системы, патология внутренних органов и всего организма

в целом. Мы рекомендуем вам для начала обратиться на прием к лор-врачу для исследования состояния слизистой носа, если острой патологии носовых ходов не будет обнаружено, тогда вам нужно обратиться к терапевту для дальнейшего обследования.

# Лариса Антипенко: Здоровые глаза – каждому!

ПОКА ВИДЯТ ГЛАЗА – НЕ ПОНИМАЕШЬ, ЧТО ТАКОЕ ЗРЕНИЕ, ГЛАСИТ НАРОДНАЯ МУДРОСТЬ. ОДНАКО, ЗРЕНИЕ – ОДИН ИЗ САМЫХ ЦЕННЫХ ОРГАНОВ ЧУВСТВ: МЫ ВИДИМ ЛИЦА ЛЮБИМЫХ, ЗАКАТЫ И ВОСХОДЫ, ОСЕННЕЕ БУЙСТВО КРАСОК И ЗИМНЕЕ СНЕЖНОЕ СПОКОЙСТВИЕ... И ПРИ ЭТОМ ПРАКТИЧЕСКИ НЕ ЦЕНИМ ТАКОЙ ДАР, РИСКУЯ ОДНАЖДЫ ЕГО ЛИШИТЬСЯ. ЛАРИСА АНАТОЛЬЕВНА АНТИПЕНКО, ГЛАВНЫЙ ВРАЧ КЛИНИКИ «Тонус АМАРИС», РЕФРАКЦИОННЫЙ ХИРУРГ, ПОСВЯТИЛА СВОЮ ЖИЗНЬ ОХРАНЕ ЗРЕНИЯ, НА ЕЕ СЧЕТУ УЖЕ ДЕСЯТКИ ТЫСЯЧ СПАСЕННЫХ ГЛАЗ.

## **Как Вы решили стать офтальмологом?**

Врачом я хотела быть с детства: лечила кукол вместе со своими близкими подругами. Забавно, в итоге они тоже реализовали себя как доктора в разных

специальностях. Я изначально мечтала стать кардиологом, но, будучи студенткой, познакомилась с учителями, которые заинтересовали меня офтальмологией, – так и решила связать с ней свою дальнейшую

жизнь. Однако рефракционная хирургия стала более взвешенным выбором – я влюблялась в нее постепенно, по мере учебы и работы. Зато теперь считаю это делом всей своей жизни.

## **Чем Вас так заинтересовала рефракционная хирургия?**

Рефракционная хирургия – очень сложная сфера, а потому интересная. В те годы, когда я только начинала, она была новым направлением как для города, так, в общем-то, и для страны в целом. Да, клиники лазерной коррекции зрения уже существовали, но уровень их оставлял желать лучшего. Так что развиваться в этом направлении было очень перспективно.

## **Как появилась на свет клиника «Тонус АМАРИС»?**

У нас с Юрием Михайловичем Кудрявцевым, моим единомышленником, коллегой и талантливым рефракционным хирургом, однажды родилась идея создать в Нижнем Новгороде офтальмологическую клинику, которой нет равных. Мы мечтали, что в



новое направление. Показали ей, какой клиника должна быть на наш взгляд. Ольга Владимировна лично посетила ведущие офтальмологические клиники страны, чтобы понять, как это работает в действительности, а после дала нам «добро». Очень быстро мы выбрали место для клиники, так же быстро ее построили, купили шикарное оборудование, аналогов которому нет в Нижнем Новгороде.

## **Но в то время в городе уже были офтальмологические клиники. Что же стало залогом успеха этой "авантюры"?**

Да, клиники существовали, и это был определенный риск. Пожалуй, успех заключался в сочетании нескольких факторов: во-первых, в «Тонус АМАРИС» пришла целая команда специалистов с большим опытом работы, во-вторых, мы удачно сделали ставку на определенное оборудование, которое до сих пор ни разу не подводило.

Приобретая, на тот момент, уникальную эксимерлазерную установку немецкой ком-

пании «SCHWIND», марки «AMARIS», название которого и легло в основание клиники – «Тонус АМАРИС», мы произвели революцию на рынке офтальмологических услуг. Самый современный и мощный, он позволил с высокой точностью обеспечить контроль за глазом и ходом всей операции. Мы получили возможность помогать людям не только с высокими степенями близорукости, дальнозоркости и астигматизма, но и людям с воз-



РЕФРАКЦИОННАЯ ХИРУРГИЯ – ЭТО РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ МИКРОХИРУРГИЧЕСКОГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ СКОРРЕКТИРОВАТЬ ЛЮБУЮ СТЕПЕНЬ БЛИЗОРУКОСТИ, ДАЛЬНОЗОРКОСТИ ИЛИ АСТИГМАТИЗМА.





растными изменениями зрения. Кроме того, от скорости лазера зависит период восстановления пациента, раньше реабилитация длилась, в среднем, неделю, а теперь достаточно одного дня.

Ну, и третий фактор – щедрый директор, человек, с которым очень комфортно работать. Она действительно верит в людей, дает возможность подходить к делу творчески, все наши задумки поддерживаются и реализуются – это основной толчок к прогрессу.

#### Как «Тонус АМАРИС» стал развиваться дальше?

Начиналось все с отделения лазерной коррекции зрения. Спустя некоторое время, мы выделили детское направление как отдельную клинику. Затем было решено открыть отделение микрохирургии глаза, где бы занимались лечением катаракты и глаукомы. Позже мы познако-

мились с Е. А. Карапуловой, лучшим витреоретинальным хирургом Нижнего Новгорода. Она настолько влюблена в свою профессию, что вдохновила нас на создание нового направления: так, в рамках «Тонус АМАРИС», образовался центр витреоретинальной хирургии, где специалисты проводят сложнейшие нанотехнологичные операции на сетчатке в условиях круглосуточного стационара. В апреле этого года открылся филиал клиники в Сормовском районе.

#### Удивительно, как много разных направлений в рамках одной сферы деятельности!

Глаз – вообще сложный орган. Несмотря на то, что размер его всего 2,5 сантиметра, сложнее выстроен, наверное, только головной мозг человека. Каждая оболочка глаза – как неизвестная страна, каждой можно

посвятить всю свою жизнь: изучать, диагностировать, лечить, и у нас несколько отделений, каждое из которых ориентировано по узкому направлению.

#### Как решается вопрос, принять или нет новых врачей в свою сплоченную команду?

Мы стараемся принимать в коллектив не только высококлассных и ответственных специалистов, но и творческих личностей. Важно, чтобы «новобранец» чувствовал себя в нашей команде комфортно. К работе все подходим с душой, она вызывает в нас азарт. Кроме того, мы придерживаемся слов знаменитого советского и российского офтальмолога Степана Николаевича Федорова: «Прекрасные глаза – каждому!», и это очень правильная позиция. Любой врач в своей работе должен руководствоваться, прежде всего, желанием помочь, помочь на самом высоком уровне, и когда весь коллектив работает по этому принципу, любая задача становится выполнимой.

Так же нельзя не отметить труд среднего и младшего медперсонала, ведь наш медперсонал – это не просто медсестры. Старший оптометрист, Ольга Баева, например, работает у нас по этой специальности уже 14 лет! Представьте, какой у нее колоссальный опыт, он очень важен для качественной работы. Ведь хирурги-офтальмологи проводят операцию, основываясь на измерениях, полученных оптометристом. А Ольга Шурыгина, старшая, она же – операционная, медсестра с высшим образованием, это мои «вто-

рые руки» во время операции! Я ей доверяю, как себе самой.

Также в нашей клинике работают уникальные санитарочки. О Спиридоновой Веру Васильевне в буквальном смысле ходят легенды: она настолько сопереживает каждому пациенту, относится к ним как к родным, помогая и поддерживая, создавая атмосферу домашнего уюта, не давая возможности вспомнить, что они находятся в клинике на лечении.

Ведь очень важен не только успех проведенных операций и лечения, но и чтобы пациенты чувствовали себя комфортно.

#### А оборудование? Как клиника подходит к его выбору?

Здесь действует один-единственный принцип – только лучшее. На сегодняшний день по уровню оборудования мы занимаем лидирующие позиции в Приволжском Федеральном округе. В клинике «Тонус АМАРИС» собран уникальный комплект аппаратов, и теперь мы можем вести пациента, начиная с компьютерной диагностики органов зрения и заканчивая сложнейшими операциями.

Качественное и разнообразное оборудование позволяет нашим врачам распознавать болезни на ранних стадиях и получать широкий спектр данных, так необходимых для определения безопасной и эффективной методики лечения заболеваний. Операции также проходят на высочайшем уровне. Например, у нас есть мультиволновая лазерная установка Visulas Trion

#### Преимущества инновационной методики REFLEX Smile по сравнению с LASIK:

**REFLEX Smile**  
2 мм  
минимальная  
инвазия

**LASIK**  
20 мм  
флэп



- Отсутствие возможности смещения роговичного лоскута;
- Минимальное повреждение роговицы, и как результат минимизация риска развития «синдрома сухого глаза»;
- Более высокая точность и надежность;
- Возможность сразу вернуться к активному образу жизни.

характеристики большинства лазерных установок позволяют выполнять только базовый уровень фемтосекундных операций – по методикам FemtoLASIK и Femto Super LASIK. Лазерная система VisuMAX 500 дает возможность усовершенствовать даже их, сделав операции еще более щадящими, комфортными и безопасными, а реабилитационный период еще короче.

RELEX FLEX и RELEX SMILE – вот последнее слово в фемтосекундных технологиях. Лучше методик еще не изобрели! Операция RELEX SMILE, например, проводится через крохотный надрез – всего 2 мм. Только VisuMAX 500 обладает достаточной точностью автоматической системы наведения, чтобы позволить хирургу проделать такую «ювелирную» работу. Естественно, столь маленький разрез заживает в кратчайшие сроки и не вызывает у пациента никакого дискомфорта. Представьте, вы пришли в клинику в очках, допустим, с минус пять, полежали несколько минут под лазером... А потом сели за руль и уехали из клиники уже человеком со 100% зрением!

#### Есть ли какое-то оборудование, уникально представленное в «Тонус АМАРИС»?

Да, гордость нашей клиники –

единственный в Приволжском федеральном округе фемтосекундный лазер последнего поколения VisuMAX 500. Сегодня фемтосекундные технологии – уже не новинка. Каждая уважающая себя офтальмологическая клиника переходит на этот уровень лазерной коррекции зрения, но технические



щаем зрение пациентам с патологией любой сложности! Кроме того, объединив возможности нового аппарата и фемтотехнологий, теперь мы можем проводить пациентам более щадящее лечение заболеваний роговицы, а также ее дополнительное укрепление как сопровождение лазерной коррекции зрения.

#### **Вот это творческий подход к работе! Так подбирают-ся все методики лечения?**

В «Тонус АМАРИС», повторюсь, мы все работаем командой, поэтому каждый из нас стремится совершенствоваться, расти, чтобы повысить уровень оказания медицинских услуг. Мы ездим на научные конференции, слушаем наших коллег в России и за рубежом, читаем в обязательном порядке, научные статьи, изучаем их, прорабатываем. Каждая новая методика, которую привносят в клинику

«Тонус АМАРИС», можно сказать, выстрадана доктором. Еще одной сильной стороной является то, что мы беремся даже за самые "тяжелые" случаи. Например, в большинстве клиник опасаются работать с центральной областью сетчатки, но наш лазерный хирург А. П. Шахалова воспринимает трудные задачи как профессиональный вызов и отлично справляется с теми проблемами, от решения которых отказались другие врачи!

#### **Поговорим о заболеваниях. Например, о глаукоме. В последнее время офтальмологи пугают: глаукома стремительно молодеет.**

Да, это так, но, к сожалению, глаукому чаще обнаруживают в запущенном состоянии, в то время как для успешного лечения крайне важно обнаружить заболевание на ранних сроках. Наша клиника оснащена ди-

гностическим оборудованием, способным не только обнаружить болезнь на начальных стадиях, но и проследить, насколько обширны пораженные участки. Главное, чтобы пациент все-таки встретился с врачом, дальше наши специалисты разберутся в показаниях и поймут, какой путь лечения лучше.

#### **В поликлинике выявить заболевание на начальных стадиях не могут?**

В принципе, могут, но очень редко. В поликлиниках тоже работают хорошие специалисты, но, к сожалению, у них не всегда есть необходимое оборудование. Однако, основная проблема заключается даже не в этом! Пациенты чаще всего обращаются за помощью уже тогда, когда появились заметные симптомы. Наличие жалоб, тем более при таком коварном заболевании как глаукома, говорит, что болезнь находится на стадии, когда помочь уже очень тяжело. Раньше существовала диспансеризация – каждый человек в нужное время получал полное обследование на должном уровне. Сегодня, к сожалению, такого нет. Я надеюсь, что когда-нибудь это будет восстановлено на государственном уровне. Диспансеризация очень важна, потому что заболевание, выявленное на начальной стадии, вылечить полностью гораздо легче, и это относится ко всем сферам медицины.

#### **Можно ли еще в детстве начать принимать какие-то меры, чтобы**

#### **подольше сохранить качественное зрение?**

Обязательно! И начать следует с тщательного обследования. Ребенка нужно приводить на диагностику хотя бы раз в год. Так врач-офтальмолог сможет вовремя снять напряжение с глаз маленького пациента, а в случае обнаруженной патологии назначит аппаратное лечение.

#### **Для взрослых тоже есть какие-то вспомогательные меры?**

Тоже аппаратные методики. Люди с профессиями, требующими длительной работы за компьютером, могут проходить в клинике профилактическое лечение для снятия напряжения с глаз. Как часто? Раз в полгода, но, по показаниям, может быть и чаще.

#### **Кто преимущественно делает лазерную коррекцию зрения?**

Современному человеку, вне зависимости от возраста, важно качество жизни, внешний вид, комфорт. Люди восстанавливают зрение, и за один день их жизнь меняется. Ведь теперь операции лазерной коррекции зрения не требуют времени на реабилитацию, и в этот же день пациент уже может водить машину или работать за компьютером – зрение возвращается мгновенно! Сколько восторгов это вызывает! После операции они осуществляют давнишние мечты – занимаются подводным плаванием и другими активными видами спорта.

#### **После лазерной коррекции зрение больше не падает?**

Для того, чтобы после операции зрение оставалось стабильным, нужно перед коррекцией качественно провести диагностику органов зрения. В клинике «Тонус АМАРИС» мы сделали на это упор: первые внедрили в практику непосредственно перед проведением лазерной коррекции проводить диагностику зрения пациента на аппарате Pentacam, который позволяет выявить возможные заболевания роговицы, эта процедура повышает безопасность операции. Иными словами, если все обследование проведено качественно, то результат непременно будет стабильным.

#### **На что пациентам стоит обратить внимание при выборе клиники и врача?**

Во-первых, пациент должен обратить внимание на стаж работы специалиста: давно ли

он занимается данным направлением офтальмологии. Важно и то, совершенствуется ли врач, посещает ли конференции, семинары, симпозиумы. Большую роль играет и операционная активность – количество прооперированных пациентов. Что касается клиники, то, безусловно, имеет значение качество оборудования и стабильность медперсонала. В нашем деле важна сработанность коллектива.

#### **Складывается ощущение, что коллектив Вас очень вдохновляет...**

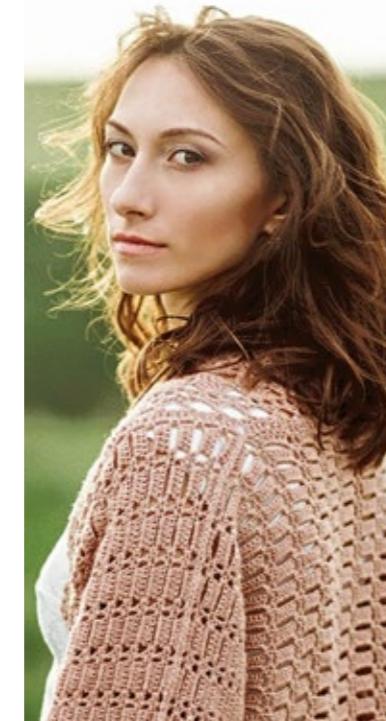
Это действительно так! Все говорят, что у нас в клинике совершенно уникальная атмосфера, и я в это верю! Прихожу сюда, как домой, как в семью. Я уверена, что в любой ситуации мне помогут, на каждого здесь можно положиться. А когда еще и пациенты, и руководитель доверяют тебе, чувствуешь небывалое воодушевление. ■



# Почему я сделала лазерную коррекцию зрения Femto LASIK

**Н**едавно я сделала лазерную коррекцию зрения по методике Femto LASIK. Это бесконтактная, полностью лазерная операция нового поколения. Я очень серьезно подошла к выбору клиники, читала отзывы, смотрела сайты. Главным критерием стали оборудование и опыт врачей. Пока изучала вопрос, узнала, что лучшим на сегодняшний день лазерным аппаратом для таких операций является VisuMAX 500. В Нижнем Новгороде такой есть только в клинике «Тонус АМАРИС».

К врачу я пришла с миопией высокой степени, близорукость была – 10 диоптрий. Готовясь к операции, прошла в клинике комплексную диагностику органов зрения, сдала необходимые анализы. Утром, в день операции, сильно волновалась.



Лазерная коррекция – это конвейерная операция, прямо передо мной с операционного сто-

ла встала девушка, которой только что вернули зрение. Это внушило мне немного спокойствия. В операционной уложили на стол, где над головой нависал тот самый лазер. Лечащий врач давал указания: «Сейчас будет гореть зеленая точка, ни в коем случае не своди с нее глаз». Сердце бешено колотилось, но никакой боли я не почувствовала. Стressовая ситуация продлилась меньше пяти минут. Всего пять минут, чтобы изменить мою жизнь! Когда я легла на стол, не могла разглядеть ничего вокруг. Более того, я настолько плохо видела, что слабо различала черты лица доктора, а ведь он сидел рядом! Когда все закончилось, медсестра протянула мне руку, но помочь была не нужна. «Я вижу», – сказала я, а позже сидела в комнате отдыха и плакала. «Спасибо, спасибо, спасибо», – вертелось в мыслях.

Некоторое время беспокоили закономерные ощущения: чувство песка, инородного тела в глазах, светобоязнь, слезоточивость. Врач сказал, что так и должно быть – потребуется некоторое время для восстановления роговицы. Уже спустя день ничего не мешало наслаждаться новой жизнью!

Теперь у меня стопроцентное зрение. Я могу заниматься спортом, ходить в любимую баню, на вечеринки... Засыпать и просыпаться, больше не волнуясь ни о чем, и видеть мир прекрасным во всех его деталях!

*Ксения Поняева, 23 года*



**FemtoLASIK и Femto Super LASIK** – более современные, улучшенные модификации методик LASIK, доступные теперь и пациентам с тонкой роговицей. Во время операции манипуляции выполняются с помощью фемтосекундного лазера, то есть бесконтактно. Это гарантирует безопасность, отсутствие осложнений и быструю реабилитацию.

# ФЕМТО ЛАСИК В «ТОНУС АМАРИС»

## ЛАЗЕРНАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ



ТЕПЕРЬ  
И ДЛЯ ЛЮДЕЙ  
С ТОНКОЙ  
РОГОВИЦЕЙ

А также фемтосекундные технологии ReLEx FLEX, ReLEx SMILE,  
эксклюзивно представленные в Нижнем Новгороде в «Тонус АМАРИС»

**A**  
**ТОНУС**  
**AMARIS**  
ЦЕНТР ЛАЗЕРНОЙ  
КОРРЕКЦИИ ЗРЕНИЯ

**Ул. Белинского, 38**  
**т. (831) 411-10-10**



О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# Диабет наносит удар по зрению

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ ЯВЛЯЕТСЯ ОДИМ ИЗ САМЫХ РАСПРОСТРАНЕННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ. ОН ВЛЕЧЕТ ЗА СОБОЙ МНОЖЕСТВО ОСЛОЖНЕНИЙ, В ТОМ ЧИСЛЕ И НА ГЛАЗА. СРЕДИ ДИАБЕТИЧЕСКИХ ПОРАЖЕНИЙ ГЛАЗ НАИБОЛЕЕ ОПАСНЫМ И ТЯЖЕЛЫМ ЗАБОЛЕВАНИЕМ ЯВЛЯЕТСЯ РЕТИНОПАТИЯ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩАЯСЯ ПОРАЖЕНИЕМ СОСУДОВ ГЛАЗНОГО ДНА И СЕТЧАТКИ. БОЛЕЗНЬ СОПРОВОЖДАЕТСЯ СТРЕМИТЕЛЬНОЙ ПОТЕРЕЙ ЗРЕНИЯ И МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К СЛЕПОТЕ.

**Д**лительное повышение уровня сахара в крови нарушает проницаемость стенок сосудов, что приводит к кровоизлияниям в сетчатку, отеку, ишемии и новообразованным сосудам. Начальные стадии этого заболевания не проявляются какими-либо симптомами, частичная или полная потеря зрения является поздним сигналом уже тяжелой формы ретинопатии. Именно поэтому врачи настоятельно

рекомендуют всем пациентам, страдающим сахарным диабетом, регулярно обращаться к офтальмологам, специализирующимся на лечении сетчатки глаза.

## ДИАГНОСТИКА РЕТИНОПАТИИ

Только тщательное исследование позволит выявить диабетическую ретинопатию. На сегодняшний день в обычных поликлинических услови-



ях нельзя в полной мере диагностировать заболевание на ранних стадиях, ведь для этого необходимо дорогостоящее высокоточное оборудование.

Врач-офтальмолог с помощью специального микроскопа и линз с очень большим увеличением детально изучает состояние сетчатки и зрительного нерва. УЗИ поможет специалисту оценить различные структуры глаза даже сквозь мутный хрусталик. ОКТ (оптический когерентный томограф) важен для измерения и качественного рассмотрения отделов сетчатки. После того, как получена вся необходимая информация, врач может назначить эффективное лечение заболевания в соответствии с показаниями.

Елена Караполовская,  
зам. главного врача  
клиники «Тонус АМАРИС»,  
врач-офтальмолог,  
витреоретинальный  
хирург, к.м.н.



## КАК ЭТО ЛЕЧИТСЯ?

Основным методом лечения ретинопатии является лазерная коагуляция. Операция проводится абсолютно безболезненно, под местной анестезией в амбулаторных условиях. Суть лазерной коагуляции (от латинского «coagulatio» – свертывание, укрепление) сводится к воздействию лазера на сетчатку в области новообразованных сосудов и зон ишемии с целью улучшения состояния и приостановки прогрессирования ретинопатии. Через час после такого лечения пациент уже может вернуться к обычной жизни.

Хирургическое лечение сетчатки (витреоретинальная хирургия) – инновационное современное направление в

*Наиболее эффективной профилактикой глазных заболеваний при диабете являются регулярные осмотры у офтальмолога и эндокринолога, следование их рекомендациям.*

хирургической офтальмологии, позволяющее лечить самые тяжелые формы диабетической ретинопатии, ранее считавшиеся безнадежными. Операции являются нанотехнологичными – делается разрез всего 0,5 мм! ■



# Восток – дело вкусное

В РЕСТОРАНЕ «АЛИ БАБА»  
БЕЛИНСКОГО, 61 | 220 79 19

ЛАГМАН 338 ₽



ЛЮЛЯ-КЕБАБ 268 ₽



ШАШЛЫК 248 ₽



ПЛОВ УЗБЕКСКИЙ 348 ₽



Али Баба

Ресторан

РЕКЛАМА

по-русски  
**Объедъ**

отъ 12 до 16 час. вечера  
по будням



⇄ РЕСТОРАЦІЯ ⇄  
**пяткинъ**

ул. Рождественская, 25  
т. 430-91-83  
[www.pir.nnov.ru](http://www.pir.nnov.ru)

# 16 лет доверия



Поздравляем генерального директора сети медицинских клиник «Тонус» Ольгу Владимировну Михалеву с победой во Всероссийском конкурсе «Заслуженный директор Российской Федерации» 2015 года!

ИСТИННУЮ ЦЕННОСТЬ ЗДОРОВЬЯ ПОНИМАЕШЬ ЛИШЬ ТОГДА, КОГДА НАЧИНАЕШЬ БОЛЕТЬ. НО МЫ ВСЕГДА ПОДДЕРЖИМ ВАС И ПОМОЖЕМ ПОПРАВИТЬ ЗДОРОВЬЕ! ДЛЯ ЭТОГО У НАС ЕСТЬ ВСЕ НЕОБХОДИМОЕ. ЗА 16 ЛЕТ СВОЕГО СУЩЕСТВОВАНИЯ СЕТЬ МЕДИЦИНСКИХ КЛИНИК «ТОНУС» ЗАВОЕВАЛА ДОВЕРИЕ И ПРИЗНАТЕЛЬНОСТЬ СВОИХ ПАЦИЕНТОВ.

**М**едицинские центры «Тонус» — это клиники, представленные в Нижнем Новгороде и области, оказывающие полный спектр амбулаторной помощи взрослому населению. Консультации и прием ведут врачи высшей категории, кандидаты и доктора медицинских наук — опытные практики и теоретики всех направлений. Клиники оснащены современным диагностическим и лечебным оборудованием, отвечающим лучшим мировым стандартам!

### Клиника «ТОНУС ПРЕМИУМ» включает в себя:

\* **Центр лучевой диагностики**, где представлены самые передовые методы диагностики: УЗИ, рентген-диагностика, цифровая маммография, компьютерная (КТ) и магнитно-резонансная томография (МРТ).

\* **Центр эндоскопической хирургии**, где упор сделан на высокотехнологичные операции с коротким реабилитационным периодом. В условиях собственного круглосуточно-

го стационара проводятся операции по гинекологии, общей хирургии, пластической, сосудистой, челюстно-лицевой и ЛОР-хирургии.

\* **Центр эстетической медицины**, объединяющий в себе три основных эстетических направления: косметологию, стоматологию и пластическую хирургию. Для решения множества эстетических задач мы используем самые современные и эффективные методики, качественное оборудование, новейшие линии косметологии

\* **Центр микрохирургии глаза** — операции по устранению катаракты по уникальным запатентованным методикам проводят ведущие специалисты с опытом работы более 15 лет. Операции проходят в амбулаторных условиях, но, при необходимости

предоставляем круглосуточное пребывание в стационаре под наблюдением квалифицированного медперсонала.

**«Тонус КРОХА»** — это клиники для детей от 0 до 18 лет. Мы предлагаем весь спектр медицинских услуг для подрастающего поколения, самое современное оборудование и лучших врачей города. Кроме того, в нашей клинике действуют услуга «врач на дом» и комплексное наблюдение детей (патронаж).

**Центр лазерной коррекции зрения «Тонус АМАРИС»** — современная офтальмологическая клиника. Благодаря применению инновационных фемтосекундных технологий, мы имеем возможность проводить лазерную коррекцию зре-

ния всех уровней сложности, в том числе и пациентам с тонкой роговицей. Специалисты клиники проводят все виды лазерных операций для лечения глаукомы. Отделение витреоретинальной хирургии занимается самыми сложными заболеваниями сетчатки и внутренних структур глаза. Операции проводятся в амбулаторных условиях или, при необходимости, круглосуточного пребывания в комфортных условиях стационара под наблюдением опытных врачей.

**Клиника высоких репродуктивных технологий «Тонус МАМА»** создана с целью лечения наиболее тяжелых форм мужского и женского бесплодия, в том числе с применением вспомогательных репродуктивных технологий (ЭКО, ИКСИ). В основе работы нашей клиники лежит комплексный и индивидуальный подход при диагностике и лечении каждой супружеской пары.

Успешно развиваясь и постоянно внедряя инновационные технологии, сеть медицинских клиник «Тонус» занимает поистине лидирующие позиции на рынке медицинских услуг, оказывая качественную лечебно-диагностическую помощь пациентам. Тем самым, «Тонус» способствует развитию здравоохранения региона в целом и поддержание имиджа Нижегородской области как лидера в сфере оказания медицинских услуг на уровнях лучших мировых стандартов.



Благодарственное письмо от правительства Нижегородской области вручил губернатор Нижегородской области В. П. Шанцев генеральному директору сети медицинских клиник «Тонус» О. В. Михалевой

# Поздравляем с 16-летием клиники «Тонус»!

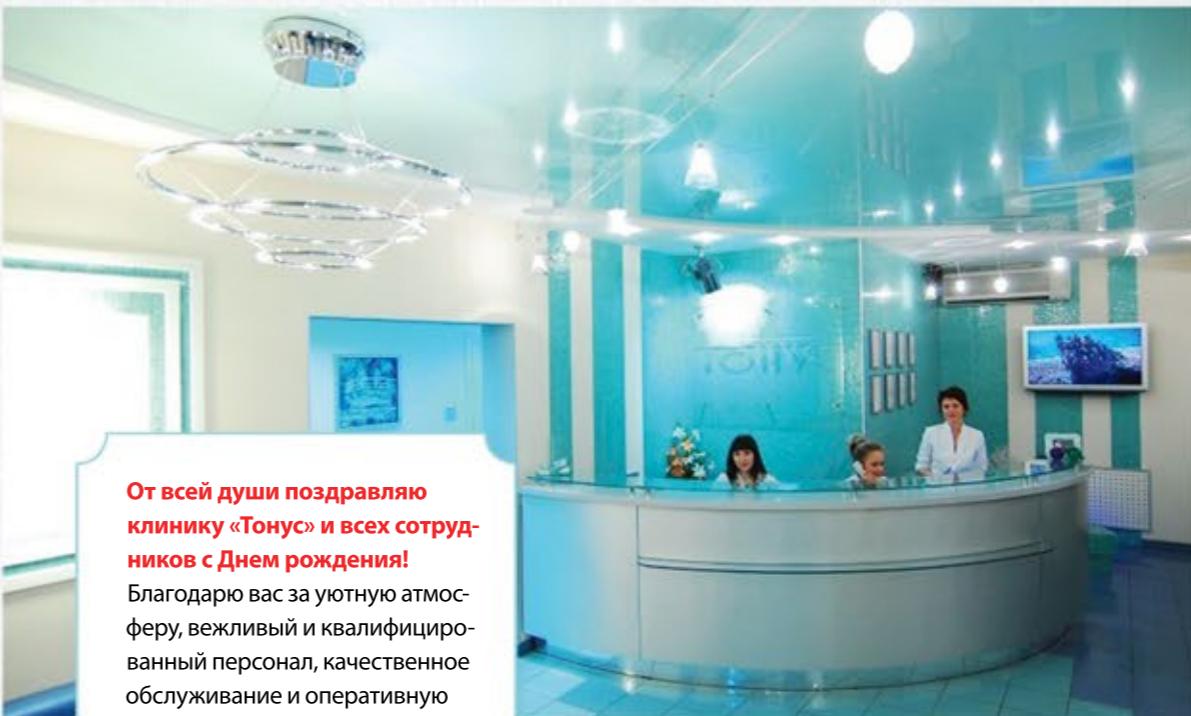


**Оксана Блатова,  
главный врач клиники «Тонус»**

В нелегкое плавание по бурным морям частной медицины 16 лет назад мы пустились небольшой командой на утлой «лодочки» – так я называю четыре кабинета, с которых все начиналось. За время нашего пути, на котором чего только ни происходило. «Лодочка» превратилась в шикарный огромный «оceanский лайнер» – одних только филиалов сейчас у нас более 20. «Лайнер»

этот никогда не пустует: благодарных беспокойных туристов-пациентов в нем всегда очень много. Почему? Потому что за эти годы мы не только расширяли площади и увеличивали коллектив, но и внедряли новый ассортимент услуг, повышая при этом их качество. Мы преодолели расстояние от обычных анализов до генетических исследований, научились работать с серьезным диагностическим оборудованием, таким как МРТ, КТ, эндоскопические и лазерные системы. Мы стали по-настоящему комплексной медицинской структурой, масштабы которой – одни из самых впечатляющих в Нижнем Новгороде. То, что Мы являемся клинической базой Нижегородской Государственной Медицинской Академии, говорит не только о признании нас в медицинских кругах, но и, конечно же, о высоком качестве оборудования и услуг.

Причины того, что нам удается преодолевать все трудности и неуклонно развиваться, вижу и в грамотном, мудром руководстве, и в той команде, что выросла с годами не только количественно, но и профессионально. Если к этому еще прибавить те человеческие качества, что характерны для специалистов «Тонуса»: внимание к людям, интерес к решению профессиональных проблем, неравнодушие, взаимовыручка, получается очень сильный коллектив, способный справиться с задачами любой сложности!



**От всей души поздравляю  
клинику «Тонус» и всех сотруд-  
ников с Днем рождения!**

Благодарю вас за уютную атмосферу, вежливый и квалифицированный персонал, качественное обслуживание и оперативную работу. Вот уже 14 лет я и моя семья обращаемся за помощью в вашу клинику. Сначала мы приходили только в «Тонус», затем стали посещать и «Тонус КРОХУ», «ТОНУС ПРЕМИУМ», «Тонус АМАРИС». Вашиими стараниями мы здоровы и счастливы. Спасибо за то, что всегда относитесь как к родным, поддерживаете не только медицинским рецептом, но и добрым словом, ласковой улыбкой. Хочу также выразить свое уважение за внимательное отношение – с самого начала общения по телефону и до окончания приема.

Желаю оставаться на высоком уровне в медицинской сфере и развиваться так же стремительно, становясь все более крупной, сильной и надежной сетью клиник.

**Суважением, Мария**

**С благодарностью и признательностью  
поздравляем коллектив клиники  
«Тонус» с Днем рождения!**

Большое спасибо врачам, которые помогают нам справиться с болезнями. Высокая квалификация ваших сотрудников позволяет точно и быстро установить диагноз и своевременно начать лечение. Мы всегда уверены в том, что любая проблема будет решена.

С особой теплотой хочется поблагодарить Сажину Ирину Николаевну и Михайлову Ирину Петровну. Благодаря им (и папам, конечно) в нашей семье появились долгожданные Варенька и Андрюша!

**Вихревы Елена и Людмила**





**Валерий Зимин, директор по медицине сети медицинских клиник «Тонус», главный врач педиатрического центра «Тонус КРОХА» в Сормовском районе**

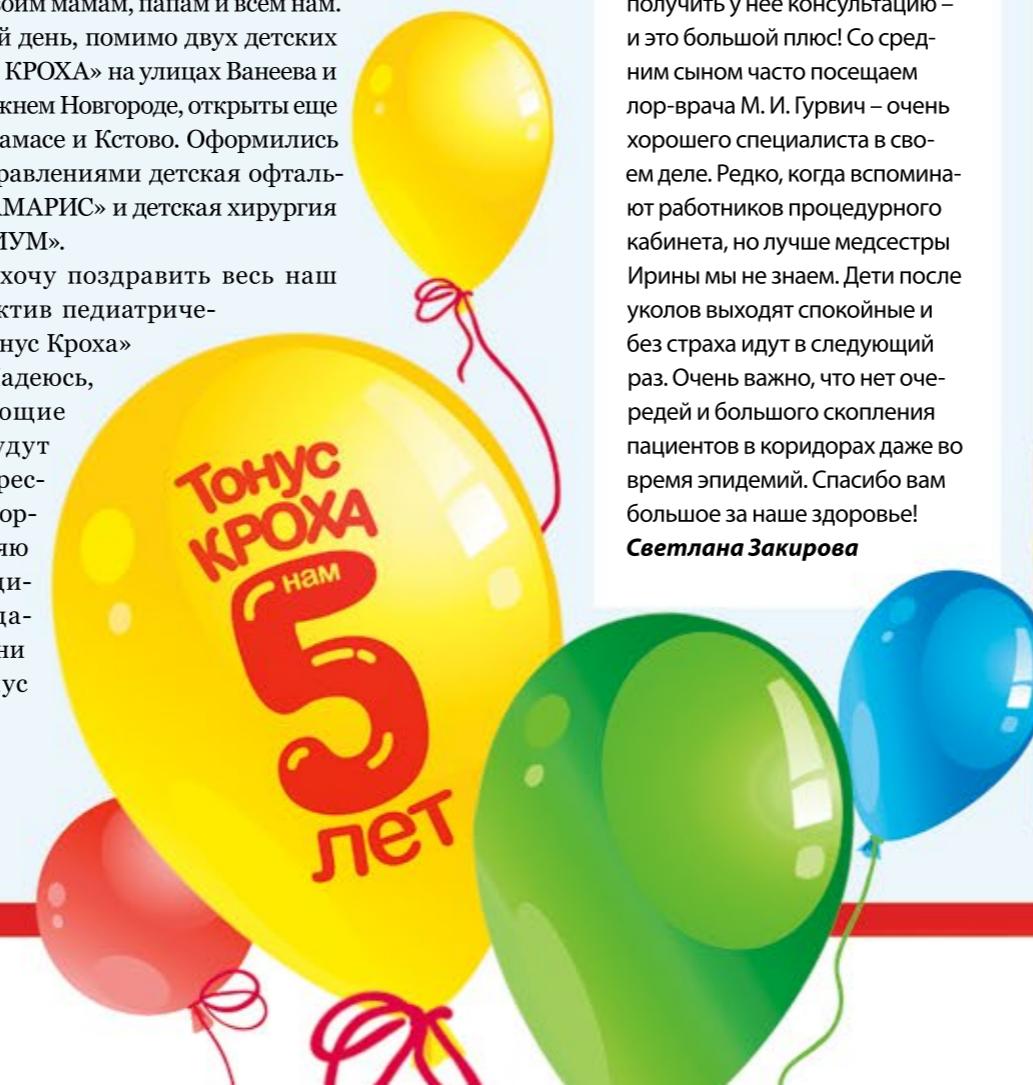
Изначально клиника «Тонус КРОХА» планировалась для своих детей. Задумывалась она не как детская больница, а как своеобразный клуб, где детишек лечат, развлекают, отвлекают от болезней. Где нет белых халатов, зато есть добрые и внимательные врачи, всегда оказывающие медицинскую помощь на самом высоком уровне. Чтобы воплотить эту мечту в реальность, мы подобрали самое совершенное оборудование (ультразвуковые аппараты экспертного класса, электро-кардиографы, АД- и ЭКГ-мониторы, эндоскопы

## Здравствуйте, дорогие друзья!

и пр.), и, самое главное, – пригласили высококлассных детских специалистов: врачей высшей и первой категорий, кандидатов и докторов медицинских наук. Именно благодаря профессионализму, грамотности и неравнодушию наших детских докторов и медперсонала, детишки вырастают здоровыми и счастливыми – на радость своим мамам, папам и всем нам.

На сегодняшний день, помимо двух детских отделений «Тонус КРОХА» на улицах Ванеева и Коминтерна в Нижнем Новгороде, открыты еще и филиалы в Арзамасе и Кстово. Оформились отдельными направлениями детская офтальмология «Тонус АМАРИС» и детская хирургия в «ТОНУС ПРЕМИУМ».

От всей души хочу поздравить весь наш дружный коллектив педиатрических клиник «Тонус Кроха» с пятилетием! Надеюсь, что и последующие «пятилетки» будут такими же интересными и плодотворными. Поздравляю всех наших пациентов и благодарю их за то, что они выбирают «Тонус КРОХА»!



Мои дети уже 5 лет наблюдаются в «Тонус КРОХА» на Ванеева. Нам очень нравится эта клиника. В нашей семье трое детей: 17 лет, 8 лет и 7 месяцев. После рождения младшего сына у нас не было никаких сомнений в выборе клиники для патронажа. Конечно же, в «КРОХУ», к нашему врачу, с которым мы прошли все наши «болячки» со старшими детьми, – к Т. Н. Шевченко. Мы очень довольны этим врачом: в любое время можно получить у нее консультацию – и это большой плюс! Со средним сыном часто посещаем лор-врача М. И. Гурвич – очень хорошего специалиста в своем деле. Редко, когда вспоминают работников процедурного кабинета, но лучше медсестры Ирины мы не знаем. Дети после уколов выходят спокойные и без страха идут в следующий раз. Очень важно, что нет очередей и большого скопления пациентов в коридорах даже во время эпидемий. Спасибо вам большое за наше здоровье!

**Светлана Закирова**



Выражаю огромную благодарность всему коллективу «Тонус КРОХА» за внимательное, бережное и ответственное отношение к детям. Мы с моим сыном Вадимом уже давно сюда ходим. На каждом приеме у любого специалиста ребенок тщательно осмотрен. При необходимости назначено лечение, которое всегда дает нужные результаты. А это – самое главное! Вадим приходит и уходит в хорошем настроении. Спокойно, без слез ходит в процедурный кабинет, где медсестры всегда найдут подход к ребенку и безболезненно возьмут кровь или сделают укол. Вежливые администраторы всегда запишут к нужному специалисту на удобное время. Атмосфера в клинике спокойная и очень доброжелательная. Огромное вам спасибо!

**С уважением, Елена Сафонова**



# Пилинг: избавиться от лишнего

КАК БЫСТРО ВЕРНУТЬ КОЖЕ ЛИЦА ТОНУС, СИЯНИЕ И МОЛОДОСТЬ? НАИБОЛЕЕ ПРОСТЫМ И ПОПУЛЯРНЫМ МЕТОДОМ НА СЕГОДНЯ ЯВЛЯЮТСЯ РАЗЛИЧНЫЕ ПИЛИНГИ. ВЫБРАТЬ ИЗ ВСЕГО РАЗНООБРАЗИЯ СУЩЕСТВУЮЩИХ ЕДИНСТВЕННЫЙ НУЖНЫЙ ПОМОЖЕТ ВРАЧ-КОСМЕТОЛОГ. ИЛИ НАША СТАТЬЯ!

## УЛЬТРАЗВУКОВОЙ

**ПИЛИНГ** – классическая методика. Врач-косметолог проводит по коже вдоль естественных массажных линий вибрирующей насадкой, а клиент в это время ощущает лишь тепло и легкое дрожание кожи. Учитывая, что процедура безболезненна, не требует много времени на реабилитацию, подходит для любого типа кожи, а так же показана для всех возрастов, ее можно назвать одной из самых популярных и эффективных.

**АЛМАЗНЫЙ ПИЛИНГ** – один из самых щадящих методов механической очистки, он подходит для любого типа кожи. Вращающиеся диски с алмазным напылением бережно удаляют ороговевшие клетки, стимулируя выработку коллагена и эластина. Специальные насадки разной степени шлифовки позволяют работать даже с самыми чувствительными зонами.

## ГАЗОЖИДКОСТНЫЙ

**ПИЛИНГ** – единственный вид пилинга, который можно делать в любое время года! Он идеален

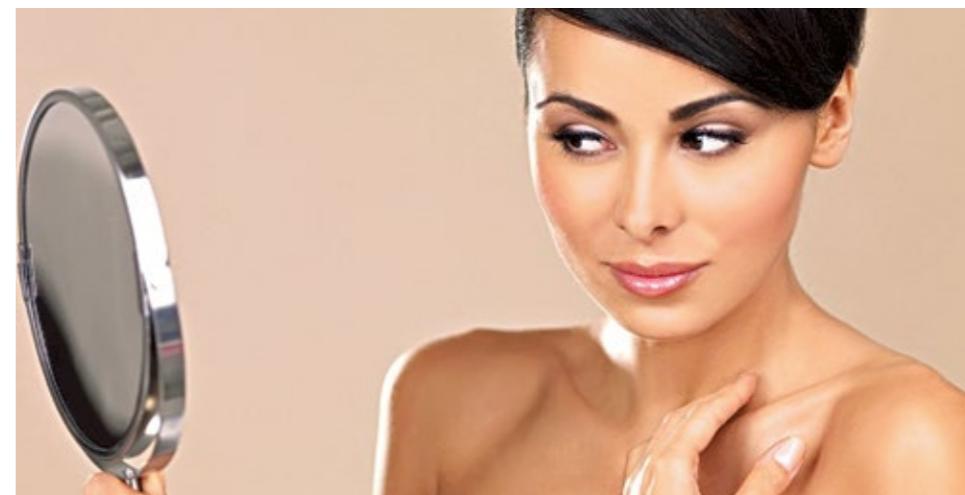


**Мария Склемина,**  
врач-косметолог  
клиники  
«ТОНУС ПРЕМИУМ»



еще и тогда, когда вы нуждаетесь в быстром результате – этакой «вспышке» красоты. Насадка аппарата, при помощи струи из газа и раствора, формирует на коже ямку и как бы «выдувает» из нее все отмершие клетки. Такой пилинг может быть и мягким, и очень агрессивным. Косметолог подбирает глубину и степень воздействия струи в зависимости от типа кожи клиента, но, в любом случае процедура безболезненна, а для многих даже приятна.

**ГЛИКОЛЕВЫЙ ПИЛИНГ**, являясь одним из видов поверхностного химического пилинга, осуществляется при помощи гликоловой кислоты. В первую очередь способствует очищению верхнего слоя кожи от омертвев-



ших роговых клеток, параллельно выравнивания ее рельеф за счет снижения толщины рогового слоя. Можно применять как в молодом возрасте, так и после 30 лет, когда появляются едва заметные морщинки.

**МОЛОЧНЫЙ ПИЛИНГ** – это самый щадящий и легкий вид пилинга на основе молочной кислоты, который подходит даже для очень чувствительной кожи. Его можно использовать не только для кожи лица, но и для других проблемных зон, требующих особого внимательства, например, для кожи спины, покрытой прыщами.

**ПИЛИНГ ТСА**, на основе трихлоруксусной кислоты, относится к срединным химическим пилингам. Делать ТСА нужно в осенне-зимний период. Если вас сильно беспокоят глубокие морщины, рубцы или растяжки, мелкие пятнышки после неудачного удаления акне, расширенные поры, то этот вид хими-

ческих пилингов подходит вам идеально!

**РЕТИНОЕВЫЙ ПИЛИНГ** – поверхностный химический пилинг при помощи ретиноевой кислоты. Данная процедура проходит только для зрелой кожи, для женщин от 35 до 50 лет. Такой пилинг заставляет клетки активно регенерировать, что приводит к очищению от старых ороговевших эпителиальных клеток и омоложению лица, а также способствует сохранению влаги в глубине кожи, что обеспечивает ей эластичность и свежий вид.

**ЛАЗЕРНЫЙ ПИЛИНГ** – самый эффективный вид пилинга, с помощью особого лазерного луча способен справиться с мелкими рубцами постакне, расширенными порами, шрамами, неровностями кожи лица, пигментными пятнами, мелкими морщинками. Восстановительный период длится около 1-2 недель, но результат превзойдет все ваши ожидания! ■

# Целлюлит: план уничтожения

ТЕ, КТО СТАЛКИВАЛСЯ С ЭТОЙ ПРОБЛЕМОЙ, ЗНАЮТ: ОТ ЦЕЛЛЮЛИТА В ОДНОЧКУ ИЗБАВИТЬСЯ ПРАКТИЧЕСКИ НЕВОЗМОЖНО. ПОМОЧЬ В ЭТОМ НЕЛЕГКОМ ДЕЛЕ МОГУТ ТРЕНЕР В СПОРТЗАЛЕ И ГРАМОТНЫЙ КОСМЕТОЛОГ В НАДЕЖНОЙ КЛИНИКЕ.

ВРЕМЯ НЕ СТОИТ НА МЕСТЕ, И ТЕПЕРЬ НЕТ НЕОБХОДИМОСТИ ИЗНУРЯТЬ СЕБЯ БЕСКОНЕЧНЫМИ ТРЕНИРОВКАМИ И ЖДАТЬ ЭФФЕКТА «ВОЛШЕБНЫХ» КРЕМОВ ИЗ РЕКЛАМЫ. НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ, РАЗВИТИЕ КОСМЕТОЛОГИИ ПРОДВИНУЛОСЬ ДАЛЕКО ВПЕРЕД, ПРЕДОСТАВЛЯЯ ШИРОКИЙ ВЫБОР КОМФОРТНЫХ И ЭФФЕКТИВНЫХ МЕТОДОВ БОРЬБЫ С ЭТОЙ ПРОБЛЕМОЙ.



## ТАКТИКА И СТРАТЕГИЯ КОСМЕТОЛОГА

Оценив масштабы проблемы, врач составит индивидуальную программу лечения целлюлита, даст рекомендации по питанию и образу жизни. План борьбы может сочетать в себе несколько различных косметологических процедур или состоять из курса однотипных. В зависимости от показаний и ожидаемых результатов, врач может выбрать как аппаратные, так и инъекционные методы лечения целлюлита.

## АРСЕНАЛ КОСМЕТОЛОГА

**1 · Массаж**, который тоже может быть разным: ручным и вакуумно-роликовым. Ручной выполняется со специальными маслами, и косметологи советуют объединять его с водорослевыми обертываниями, чтобы усилить антицеллюлитный эффект. Вакуумно-роликовый массаж работает несколько иначе: благодаря вакууму, специальная насадка прихватывает складку кожи и проминает ее небольшими врачающимися

роликами. Массаж проходит по естественным лимфатическим линиям, проминаются мышцы и подкожно-жировые ткани. В результате вы получаете восхитительный эффект: кожа подтягивается и выглядит более молодой и здоровой, пропадают целлюлит и отеки, корректируется рельеф, улучшается тонус мышц.

**2 · Мезотерапия** – это инъекции в проблемные зоны тела лекарственных коктейлей, которые содержат в себе необходимые компоненты для улучшения

обменных процессов и рассасывания жировых отложений. Такая процедура будет усиливать эффективность физических нагрузок, диет, а также обеспечит коже защиту от обвисания и образования растяжек. Кроме того, мезотерапия активно борется с локальными отложениями жира на руках, животе, ягодицах, от которых сложно избавиться в короткие сроки с помощью физических упражнений.

**3 · Электропорация** – для тех, кто нуждается в мезотерапии, но боится иголок. Тот же потрясающий эффект, но никаких синячков и отеков, совершенно безболезненно и комфортно – это то, о чем мечтает каждая женщина! Насадки аппарата производят инфракрасное излучение, вибрации и импульсы тока, увеличивающие проходимость биомембран и образующие крохотные каналы, по которым полезные вещества попадают в клетки кожи. Мягкая стимуляция на клеточном уровне запускает синтез коллагена, эффект лифтинга, разглаживание рельефа кожи.

**4 · Лазерный липолиз** отлично справляется с устранением стойкого целлюлита и локальных жировых скоплений даже на небольших участках тела (например, внутренняя сторона бедер, колени, спина, предплечья или верхняя область живо-





та). Суть процедуры заключается в том, что холодный лазер высвобождает из жировых клеток содержимое (воду, глицерин и жирные кислоты) и выводит их в межклеточное пространство. Одновременно с лазером происходит воздействие электропорации с антицеллюлит-

ным гелем. В результате не только исчезают жировые отложения, но и подтягивается кожа, улучшается ее тонус, а значит, пропадает целлюлит.

**5. Сонононофорез** – процедура, во время которой с помощью ультразвука обрабатываются плохо поддающиеся участки выраженного целлюлита. Размягчаются даже самые устойчивые жировые скопления! В начале процедуры на проблемный участок наносится специальный контактный гель, а затем врач водит по зоне насадкой. Кроме этого, усилить эффект можно, нанеся перед процедурой на обрабатываемый участок лечебные «коктейли»: во время процедуры ультразвуком полезные вещества быстрее достигнут клеток. Благодаря этой процедуре уменьшается

целлюлит, улучшается лимфоток, циркуляция крови, стимулируется общий обмен веществ.

**6. Термолифтинг тела** – один из эффективных методов подтяжки кожи, которая с возрастом теряет свою эластичность и упругость. Неоспоримым преимуществом термолифтинга является видимый результат уже после первой процедуры с нарастающим эффектом в течение полугода. Принцип термолифтинга заключается в прогреве глубоких слоев кожи при помощи фракционного инфракрасного излучения. Кожа становится упругой, подтянутой, целлюлит уходит, и рельеф фигуры улучшается. Благодаря своей эффективности и безопасности, данная процедура уже покорила Америку, Европу и стремительно набирает популярность в России. ■



## Осеннее преображение лица и тела

- Биоревитализация
- Газожидкостный пилинг
- Ботулинотерапия
- Контурная пластика
- Плазмолифтинг
- Векторный лифтинг
- Термолифтинг
- Лазерное омоложение
- Лазерное удаление сосудов
- Лазерное удаление пигментаций
- Лазерная эпиляция
- Фотоэпиляция
- Криолиполиз
- Лазерный липолиз
- Массаж, обертывания
- Комплексные программы снижения веса

ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

**ТОНУС** Premium

ул. Б. Покровская, 62  
т. 411-11-75

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

РЕКЛАМА

# Поднимите мне веки

НЕДОВОЛЬНЫ РАЗРЕЗОМ ГЛАЗ? ИЛИ ПОД ТЯЖЕСТЬЮ ЛЕТ ВЕКИ ПРЕДАТЕЛЬСКИ СТАЛИ ПРОВИСАТЬ И СОБИРАТЬСЯ НЕКРАСИВЫМИ СКЛАДКАМИ? А МОЖЕТ БЫТЬ, ПОД ГЛАЗАМИ ОБРАЗОВАЛИСЬ ТАКИЕ МЕШКИ, ЧТО БЕЗ СЛЕЗ НЕВОЗМОЖНО ВЗГЛЯНУТЬ? ТОГДА ЭТА СТАТЬЯ ДЛЯ ВАС!

**C**правиться с недовольством вам поможет блефаропластика или, выражаясь проще, пластика век. Для решения той или иной задачи во время этой операции удаляют излишки кожи и жировой ткани с верхних и нижних век, иногда укрепляют мышечный тонус. Пластика век может значительно улучшить внешность и подарить вам уверенность, а, значит, и привлекательность!

## КАК ПРОХОДИТ ПРОЦЕДУРА?

Для начала вы должны определиться, что именно хотите получить от операции, и обговорить это на консультации с пластическим хирургом. Он оценит, в соответствии со структурой вашего лица и другими показателями, что из ваших желаний можно осуществить, а что – нет, и выберет наиболее подходящий метод пластической операции. Если речь идет



Вадим Гавриленко,  
пластический  
хирург клиники  
«ТОНУС ПРЕМИУМ», к.м.н.



## КАКОЙ БЫВАЕТ БЛЕФАРОПЛАСТИКА?

Существует несколько методов проведения операции в зависимости от преследуемой цели.

\* **Пластика верхних век** – самая популярная операция, когда разрезы делаются по естественным кожным складкам, а затем через них удаляются излишки.

\* **Пластика нижних век** – очень деликатная операция, когда разрезы делаются под линией роста ресниц или же с внутренней стороны нижнего века.

\* **Трансконъюнктивальная блефаропластика** проводится, когда необходимо убрать только жировые складки, не меняя разрез и форму глаз. Для этого делают прокол или миниатюрный разрез по внутренней стороне века, и после операции его невозможно будет заметить. Такую операцию проводят чаще всего в молодом возрасте, потому что для ее проведения требуется хорошая эластичность кожи.

\* **Эпикантопластика** (или операция при синдроме «азиатских глаз») – при которой удаляются эпикантусы (особая «азиатская» складка у внутреннего угла глаза) и формируется «европейская» складка верхних век, а глаза визуально становятся больше. Разрезы делаются в естественных складках или же с внутренней стороны век.

о возрастных изменениях, то вместе с блефаропластикой специалист может предложить вам сделать круговую подтяжку лица.

Затем вам необходимо будет пройти медицинское обследование, чтобы выявить возможные противопоказания. Благодаря этому врачи смогут сделать операцию максимально безопасной для пациента.

Сама операция проводится под местным наркозом, но, по желанию пациента, можно применить и общий. По времени пластика век занимает совсем немного – около 30 минут, поэтому считается одной из самых легких и простых операций.

## О РЕАБИЛИТАЦИИ

Отправляясь домой можно сра-



зу же после операции, так как боли не чувствуется, а маленькие ранки можно спрятать под очками! Через 4-7 дней снимают швы, послеоперационные синяки и отечность проходят. Таким образом, уже через неделю вы сможете предстать перед своими близкими и знакомыми во всей красе! ■



# Косоглазие у детей

КОСОГЛАЗИЕМ НАЗЫВАЮТ НАРУШЕНИЕ ЗРЕНИЯ, КОГДА ПРИ ВЗГЛЯДЕ РЕБЕНКА ПРЯМО ПРОИСХОДИТ ОТКЛОНЕНИЕ ПОЛОЖЕНИЯ ОДНОГО ИЛИ ОБОИХ ГЛАЗ. КОСОГЛАЗИЕМ СТРАДАЮТ ОКОЛО 3% ДЕТЕЙ, И ЧАЩЕ ВСЕГО ЭТОТ НЕДОСТАТОК ПОЯВЛЯЕТСЯ В ВОЗРАСТЕ 2-3 ЛЕТ. МНЕНИЕ, ЧТО КОСОГЛАЗИЕ МОЖЕТ ПРОЙТИ САМО СОБОЙ, ОШИБОЧНО. БОЛЕЕ ТОГО, ПРИ ОТСУТСТВИИ СВОЕВРЕМЕННОГО ЛЕЧЕНИЯ ВОЗМОЖНО РАЗВИТИЕ СЕРЬЕЗНЫХ ОСЛОЖНЕНИЙ.

**К**осоглазие – это не только недостаток внешности. Без лечения эта проблема приводит к потере бинокулярного зрения, благодаря которому ребенок получает верное пространственное представление об окружающих предметах. От этого работа зрительного анализатора нарушается, что приводит к задержке умственного развития.

## КАКОВЫ ЖЕ ПРИЧИНЫ КОСОГЛАЗИЯ У ДЕТЕЙ?

Косоглазие может быть следствием многих причин врожденного или приобретенного характера: наличие аметропии (дальнозоркости, близорукости, астигматизма) средней и высокой степеней, травмы, заболевания центральной нервной системы, аномалии развития и прикрепления глазодвигательных мышц, их параличи и парезы, а также резкого снижения остроты зрения одного глаза, инфекционного или соматического заболевания ребенка, стрессов.

Иногда родители пугаются косоглазия у младенцев, но такое явление носит временный характер и связано с незре-



**Татьяна Кириллова,**  
зав. отделением  
детской офтальмологии  
«Тонус КРОХА», врач-  
офтальмолог, контактолог  
высшей категории

## РАЗЛИЧАЮТ СЛЕДУЮЩИЕ ВИДЫ КОСОГЛАЗИЯ:

|                                    |                               |   |
|------------------------------------|-------------------------------|---|
| <b>По времени возникновения:</b>   | <b>По вовлеченности глаз:</b> | к переносице),<br>• расходящееся (глаз направлен к виску),<br>• одностороннее<br>• перемежающееся                 |
| <b>По стабильности отклонения:</b> | <b>По виду отклонения:</b>    | • вертикальное (отклонение глаза кверху или книзу),<br>• сходящееся (глаз направлен к переносице),<br>• смешанное |
| <b>• врожденное,</b>               |                               |   |
| <b>• приобретенное.</b>            |                               |   |
| <b>• постоянное,</b>               |                               |   |
| <b>• периодическое.</b>            |                               |   |



лостью зрительных центров, проводящих путей и нервных центров. Довольно часто косоглазие в раннем возрасте проходит к полугоду. Тем не менее проконсультироваться с детским офтальмологом все-таки необходимо.

## КАК ИСПРАВИТЬ КОСОГЛАЗИЕ У РЕБЕНКА?

Как только родители заметили, что у ребенка начал косить один или оба глаза, следует немедленно обратиться к специалисту для обследования малыша. Ведь чем раньше приняты меры, тем они эффективнее. Только квалифицированный детский офтальмолог сможет установить правильный диагноз и назначить необ-



ИНОГДА РОДИТЕЛИ ПУГАЮТСЯ КОСОГЛАЗИЯ У МЛАДЕНЦЕВ. НО ТАКОЕ ЯВЛЕНИЕ НОСИТ ВРЕМЕННЫЙ ХАРАКТЕР И СВЯЗАНО С НЕЗРЕЛЬСТЬЮ ЗРИТЕЛЬНЫХ ЦЕНТРОВ, ПРОВОДЯЩИХ ПУТЕЙ И НЕРВНЫХ ЦЕНТРОВ. ДОВОЛЬНО ЧАСТО КОСОГЛАЗИЕ В РАННЕМ ВОЗРАСТЕ ПРОХОДИТ К ПОЛУГОДУ. ТЕМ НЕ МЕНЕЕ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ДЕТСКИМ ОФТАЛЬМОЛОГОМ ВСЕ-ТАКИ НЕОБХОДИМО.

ходимые процедуры. Лечение косоглазия и его осложнений должно быть комплексным, своевременно начатым, проводиться индивидуально и поэтапно. Основная его цель – восстановление бинокулярного зрения, то есть способности видеть предметы четко обоими глазами одновременно.

Программа лечения для каждого ребенка подбирается индивидуально с учетом особенностей его зрения. Основным

## ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ЛЕЧЕНИЯ:

1. Комплексная диагностика для установления вида косоглазия и выявления его причин
2. Ранняя оптическая коррекция (очки, мягкие контактные линзы)
3. Повышение остроты зрения обоих глаз
4. Развитие бинокулярного зрения
5. Закрепление достигнутых результатов
6. Развитие стереоскопического зрения





рации назначают специальные упражнения, чтобы восстановить объемное зрение и привыкнуть мозг к новой схеме восприятия информации.

#### ЧЕМ ТАК ВАЖНО БИНОКУЛЯРНОЕ ЗРЕНИЕ?

Бинокулярное зрение дает возможность воспринимать предметы объемно, пространственно. Благодаря ему мы можем ориентироваться на местности, координировать свои действия (например, при ходьбе, прыжках), управлять движениями. Иными словами, полноценно участвовать во всех сферах деятельности – работе, учебе, спорте. ■

- прибором для устранения косоглазия и выработки бинокулярного зрения является синоптофор. Лечебные упражнения на аппарате помогают устраниć асимметричность бинокулярного зрения и стабилизировать его, улучшить развитие подвижности глазных яблок.

В том случае, если терапевтические методы бессильны, врачи направляют маленьких пациентов на операцию. Хирургический метод позволяет избавиться от внешних проявлений косоглазия. Большинство детей с косоглазием получают постоянные психологические травмы из-за своей необычной внешности. Поэтому даже косметический эффект – очень важный результат вмешательства хирурга. После опе-

**В детской офтальмологии «Тонус КРОХА» лечение косоглазия проводится на современном многофункциональном синоптофоре Takagi MT-364 (Япония). Разнообразие программ и режимов на этом оборудовании гарантируют точность обследования и эффективность лечения косоглазия.**



# Бесплодие и возраст: опасная зависимость

С КАЖДЫМ ГОДОМ РАСТЕТ КОЛИЧЕСТВО ЖЕНЩИН, РЕШИВШИХ РОЖАТЬ В ЗРЕЛОМ ВОЗРАСТЕ. ЕСЛИ НЕКОТОРОЕ ВРЕМЯ НАЗДА ЖЕНЩИНУ, РОДИВШУЮ ПЕРВЕНЦА ПОСЛЕ 20 ЛЕТ, НАЗЫВАЛИ «ПОЖИЛОЙ ПЕРВОРОДЯЩЕЙ», А ДАМ ЗА 30 И ВОВСЕ «СТАРОРОДЯЩИМИ», ТО С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ СОВРЕМЕННОЙ МЕДИЦИНЫ «ПОЗДНИМИ» СЧИТАЮТСЯ ПЕРВЫЕ РОДЫ ЖЕНЩИНЫ ПОСЛЕ 35 ЛЕТ. НО ТАК ЛИ БЕЗОБИДНА ЭТА ТЕНДЕНЦИЯ?

Сегодня женщины предпочитают основательно подготовиться к полноценной семейной жизни: доучиться, попутешествовать по миру, сделать карьеру, добиться материальной стабильности, чтобы будущий ребенок ни в чем не нуждался. И только после того, как все пункты плана выполнены, современные леди начинают задумываться о потомстве.

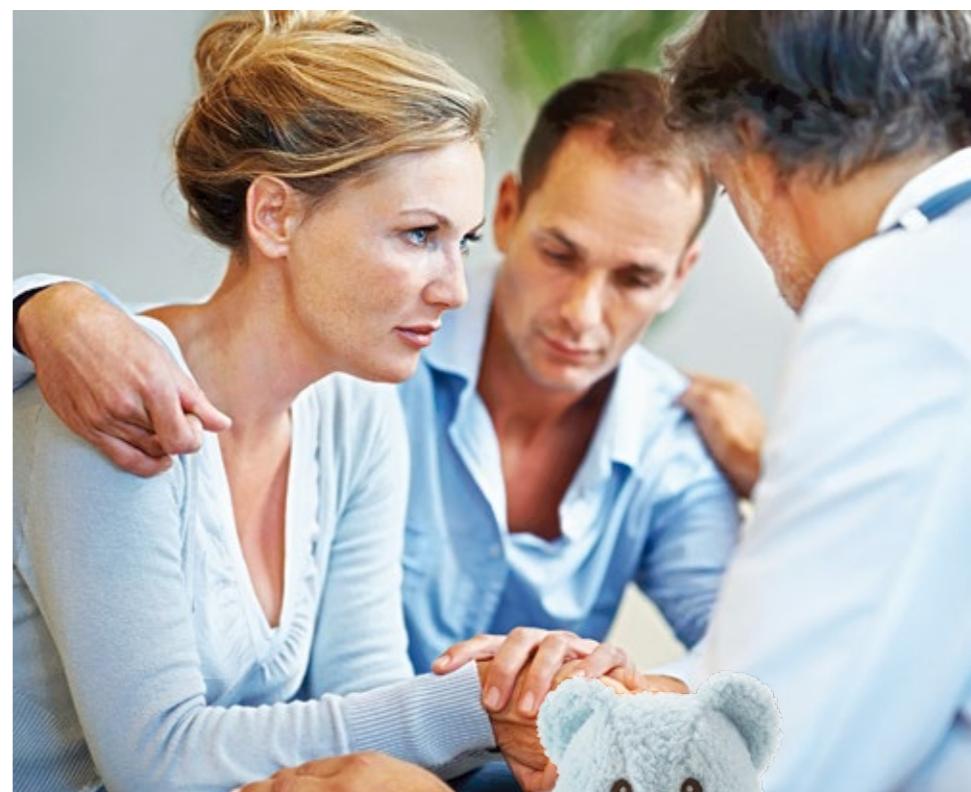
Однако фертильность женщины тесно связана с ее возрастом. Дело в том, что способность женщины к зачатию зависит от количества и здоровья ее яйцеклеток. Еще до рождения девочки ее яичники содержат пожизненный запас яйцеклеток (первичных ооцитов). К 40 годам количество ооцитов стремительно снижается. К тому времени, когда женщина достигает 50 лет, запас в 1 миллион ооцитов падает практически до нуля. Иными словами, чем дольше женщина откладывает решение иметь детей, тем ниже шансы забеременеть

естественным путем, не прибегая к помощи репродуктологов.

Конечно, каждая из нас индивидуальна: некоторые имеют проблемы, приводящие к бесплодию, независимо от возраста, другие даже в 43 года спо-



Людмила Леонтьева,  
врач акушер-гинеколог  
клиники «Тонус МАМА»,  
репродуктолог  
высшей категории



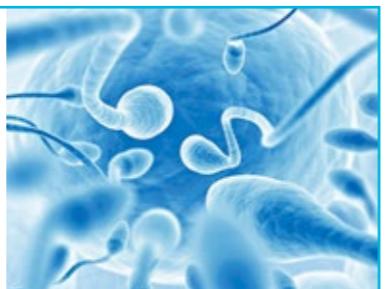


собыны к зачатию. Тем не менее, общая тенденция указывает на снижение качества и количества яйцеклеток с возрастом, следовательно, и на рост риска бесплодия. Это подтверждается количеством семейных пар, обращающихся в репродуктивные центры за помощью.

Семьи, впервые столкнувшись с проблемой бесплодия, чаще всего пребывают в рас-



С ВОЗРАСТОМ КОЛИЧЕСТВО СПЕРМАТОЗОИДОВ НЕ УМЕНЬШАЕТСЯ, НО ИДЕТ ПОСТЕПЕННОЕ НАКОПЛЕНИЕ СЕМЕНИ С ПОВРЕЖДЕННЫМ ГЕНЕТИЧЕСКИМ МАТЕРИАЛОМ. ОБСЛЕДОВАВ 20 ТЫСЯЧ БЕСПЛОДНЫХ ПАР, ФРАНЦУЗСКИЕ УЧЕНЫЕ ОБНАРУЖИЛИ, ЧТО ПОСЛЕ 45 ЛЕТ МУЖЧИНЫ ИМЕЮТ В ТРИ РАЗА МЕНЬШЕ ШАНСОВ ПРИНЯТЬ УСПЕШНОЕ УЧАСТИЕ В ЗАЧАТИИ, ЧЕМ ТЕ, КТО НА 10 ЛЕТ МОЛОЖЕ ИХ.



терянности, как справиться с внезапно возникшей проблемой. Во-первых, репродуктолог направит супругов на различные анализы и исследования. Если же бесплодие подтвердится, врач предложит прибегнуть к вспомогательным репродуктивным технологиям. В первую очередь – к ЭКО.

ЭКО (экстракорпоральное оплодотворение) – это высокоэффективный метод преодоления бесплодия. Он не лечит нарушения организма, а позволяет женщине забеременеть, несмотря на заболевания и другие препятствия. Суть ЭКО заключается в том, что оплодотворение происходит вне организма, в лаборатории. Или, как часто говорят, «в пробирке».

В программе ЭКО специалисты получают несколько яйцеклеток пациентки и, после бережного культивирования в течение 3–5 дней оплодотворенных яйцеклеток (эмбрионов), переносят один или несколько наилучших эмбрионов в полость матки. Месяцы безуспешных усилий для зачатия в естественном цикле заменяет один цикл ЭКО.

Решайтесь! Не теряйте драгоценное время, силы и здоровье! ■

# РЕБЕНОК БУДЕТ!



TONUS  
мама

клиника  
высоких  
репродуктивных  
технологий

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ  
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



## ЛЕЧЕНИЕ БЕСПЛОДИЯ ЭКО ИКСИ

Нижний Новгород, ул. Воровского, 22  
тел. (831) 411-11-20 [www.tonusmama.ru](http://www.tonusmama.ru)

# Аденоиды у ребенка: опасно ли это?

ОДНИМ ИЗ ЧАСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА ЯВЛЯЮТСЯ АДЕНОИДЫ. ЧЕМ ОПАСНО ЭТО ЗАБОЛЕВАНИЕ, И КАК ОНО ЛЕЧИТСЯ?



**Алексей Кондратьев,**  
детский врач-отоларинголог  
высшей категории  
клиники «ТОНУС ПРЕМИУМ»

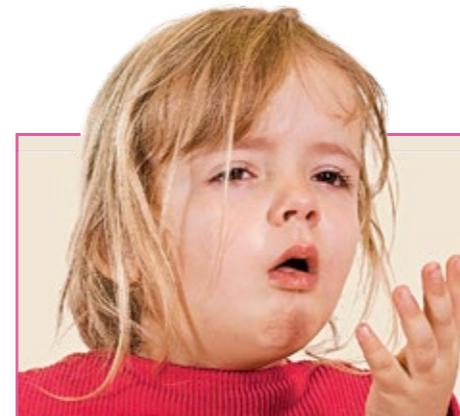
Аденоиды – это лимфоидная ткань, располагающаяся в носоглотке, или носоглоточная миндалина. Увеличение аденоидов в размерах может вызвать различные нарушения здоровья: плохой сон, затрудненное носовое дыхание, снижение слуха, головные боли, вялость, рассеянность, а также отставание ребенка в развитии за счет гипоксии головного мозга (недостатка кислорода в связи с нарушением носового дыхания). При наличии вышеуказанных симптомов следует как можно скорее обратиться к врачу.

Пожалуй, наиболее объективным, безопасным и безболезненным способом диагностики заболеваний носоглотки



## СУЩЕСТВУЕТ НЕСКОЛЬКО СПОСОБОВ ДИАГНОСТИКИ АДЕНОИДОВ:

- \* Пальцевое исследование носоглотки
- \* Компьютерная томография носоглотки
- \* Метод эндориноскопии



УВЕЛИЧЕНИЕ АДЕНОИДОВ В РАЗМЕРАХ МОЖЕТ ВЫЗВАТЬ РАЗЛИЧНЫЕ НАРУШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ: ПЛОХОЙ СОН, ЗАТРУДНЕННОЕ НОСОВОЕ ДЫХАНИЕ, СНИЖЕНИЕ СЛУХА, ГОЛОВНЫЕ БОЛИ, ВЯЛОСТЬ, РАССЕЯННОСТЬ, А ТАКЖЕ ОТСТАВАНИЕ РЕБЕНКА В РАЗВИТИИ ИЗ-ЗА НЕДОСТАТКА КИСЛОРОДА ГОЛОВНОГО МОЗГА

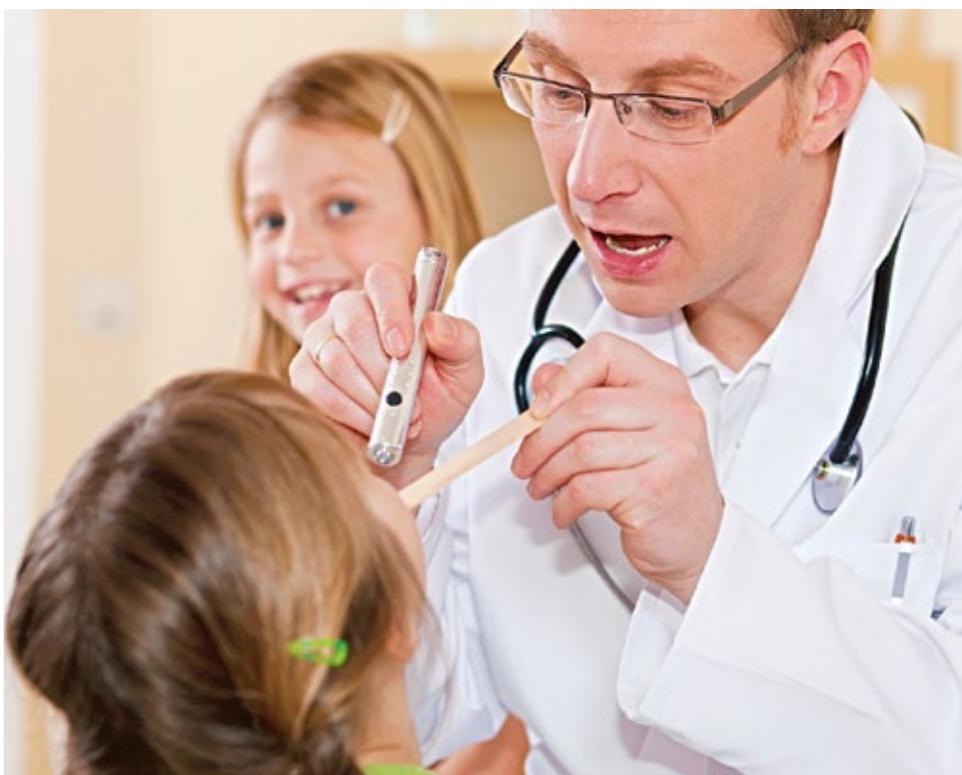
на сегодняшний день является эндоскопический метод исследования. Эндориноскоп, который использует врач, – гибкий прибор с камерой на конце. Он проводится через полость носа до носоглотки, что дает возможность четко определить размер аденоидов. Этот метод применяется для детей с 1 года. Исследование занимает не больше минуты, и максимум, что почувствует ребенок – это небольшой дискомфорт.

## ЛЕЧЕНИЕ АДЕНОИДОВ

Носоглоточная миндалина – важная составляющая защитной функции организма в детском возрасте. Она является барьером на пути вдыхаемых с воздухом чужеродных бактерий и вирусов. Поэтому приступать к лечению аденоидов нужно как можно раньше.

В зависимости от степени увеличения в размерах аденоидной ткани носоглотки, используется либо консервативное лечение, либо хирургическое. При небольших размерах носоглоточной миндалины или наличии противопоказаний к хирургическому вмешательству применяются противовоспалительные и противоаллергиче-

ские препараты, общеукрепляющие средства (витамины, иммуностимуляторы). Хороший эффект дает криоорошениие носоглотки (лечение холодом), благодаря которому ребенок легче справляется с заболеванием, а в будущем болеть будет реже. Если же аденоидная ткань достигает значительных размеров, резко затрудняет носовое дыхание, то потребуется хирургическое вмешательство. Операция проводится в условиях общего обезболивания, под эндоскопическим контролем, при этом хирург четко видит на экране монитора все свои действия. Благодаря современным препаратам и оборудованию, используемым для проведения хирургического вмешательства, наркоз и операция легко переносятся маленькими пациентами. ■



# Это странное чувство в животе



**Светлана Сулоева,**  
врач аллерголог-  
иммунолог клиники  
«Тонус КРОХА», к.м.н.

ПРИБЛИЗИТЕЛЬНО КАЖДЫЙ ВТОРОЙ ЧЕЛОВЕК В МИРЕ ЗАРАЖАЕТСЯ ГЛИСТАМИ ЕЖЕГОДНО. ЧАЩЕ ВСЕГО ОТ ЭТИХ ПАРАЗИТОВ СТРАДАЮТ ДЕТИ. КАК ЖЕ РАСПОЗНАТЬ СТОЛЬ РАСПРОСТРАНЕННОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ? И ЧТО НУЖНО ПРЕДПРИНЯТЬ В ТАКОМ СЛУЧАЕ?

## КТО ТАКИЕ ГЛИСТЫ И ЧЕМ ОНИ ОПАСНЫ?

Гельминты или глисты – это паразитические черви, живущие за счет чужого организма. В природе существуют около 300 видов глистов, 30 из них – самые распространенные. В России чаще всего встречаются остирицы и аскариды. Глисты поглощают витамины и питательные вещества, необходимые для нормальной работы организма человека, подрывают иммунную систему, нарушают микрофлору кишечника, являются возбудителями различных инфекций, поэтому могут быть очень опасными для здоровья маленьких детей.

## КАК ЗАРАЖАЮТСЯ ГЛИСТАМИ?

В нашей стране ежегодно выявляется около полумиллиона зараженных глистами, более 80% из которых – дети. Ведь



малыши любят все пробовать на вкус, будь то грязные руки или игрушки. Также «заполучить» глистов можно через немытые фрукты и овощи, некипяченую воду, зараженное мясо или рыбу. Переносчиками глистов, как мы все наверняка знаем, являются еще и уличные животные – собаки и кошки.

## КАК ОБНАРУЖИТЬ ЗАБОЛЕВАНИЕ?

При попадании в организм человека глисты начинают паразитировать за счет него. В результате ребенок начинает страдать от аллергических реакций, неправильной работы иммунной системы. Появляются высыпания на коже, зуд, у малыша наблюдаются потеря или усиление аппетита, неустойчивый стул, боли в животе. Если глисты живут в животике ребенка уже давно, могут даже возникнуть опухоли тканей кишечника.

Поэтому при первых же подозрениях на глисты следует немедленно обратиться к специалисту!

## КАКАЯ ДИАГНОСТИКА ЭТОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ СУЩЕСТВУЕТ?

Чтобы обнаружить глистов, врач назначит ряд специальных анализов. В первую очередь проводятся исследования биологических материалов (кала, содержимого 12-перстной кишки, крови) с целью выявления в них паразитов или их яиц. Кроме того, большую помощь специалисту могут оказать рентгеновская и ультразвуковая диагностика, компьютерная томография, эндоскопические исследования.

## КАКИЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ СУЩЕСТВУЮТ?

Когда глистам объявлена война, основным оружием против них являются противогельминтные препараты. Для восстановления



Костя (3 года 10 месяцев) играет в комнате, на заднем плане работает телевизор. Главный герой фильма признается в любви героине. Говорит, что глядя на нее, он испытывает странное чувство в животе... Костя, не оборачиваясь, комментирует:  
– Да у тебя глисты, дружок!

здоровья, подорванного деятельностью паразитов, применяются вспомогательные средства, способствующие восстановлению кишечной микрофлоры. Также важную роль играют диеты, а именно безлактозная и аглютеновая. Не стоит забывать и про простое, но важное правило лечения – личную гигиену. После курса терапии необходимо пройти повторное обследование, чтобы подтвердить полное выздоровление маленького пациента.

Если говорить о средствах народной медицины, например, растительные глистогонные средства не смогут излечить заболевание, а наоборот, вызовут осложнения, такие как миграция глистов по всему организму. Если хотите быть уверенными в полном выздоровлении вашего ребенка, необходимо использовать только те лекарства, которые назначил грамотный лечащий врач. ■



# Патронаж с

# «Тонус КРОХА»

**ПАТРОНАЖ** – это услуги персонального педиатра и других детских специалистов, лабораторное и инструментальное обследование (УЗИ, ЭКГ), вакцинопрофилактика.

## ПРОГРАММЫ ПАТРОНАЖА:

- Базовый (патронаж 0-1 или 1-2)
- Комплексный (патронаж 0-1)
- Амбулаторный (патронаж 0-1 или 1-2)



**ЛИЧНЫЙ ГРАМОТНЫЙ ВРАЧ**

**МЕЧТА ЛЮБОГО РОДИТЕЛЯ!**



ул. Ванеева, 4 т. 411-11-55  
ул. Коминтерна, 139 т. 411-11-77  
г. Кстово, пл. Мира, д. 3  
т. 8(83145) 2-73-99  
г. Арзамас, пр-т Ленина, д. 204  
т. 8 (83147) 2-08-80

# Заболевание активных женщин

МАСТОПАТИЯ – ЭТО ДОБРОКАЧЕСТВЕННОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩЕЕСЯ ПАТОЛОГИЧЕСКИМ РАЗРАСТАНИЕМ ЕЕ ТКАНЕЙ, БОЛЬЮ, А ИНГОДА И СЕКРЕЦИЕЙ (ВЫДЕЛЕНИЯМИ ИЗ СОСКОВ). ЭТОТ НЕДУГ ЯВЛЯЕТСЯ САМЫМ РАСПРОСТРАНЕННЫМ ЗАБОЛЕВАНИЕМ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ.



**Ирина Абелевич,**  
врач-маммолог,  
хирург-онколог  
высшей категории  
клиники «Тонус»

ПРОБЛЕМА МАСТОПАТИИ ЯВЛЯЕТСЯ АКТУАЛЬНОЙ В ОНКОЛОГИИ, ТАК КАК, ПО ДАННЫМ ОПРОСОВ, НА АМБУЛАТОРНОМ ПРИЕМЕ ОНКОЛОГА ДО 50% БОЛЬНЫХ СОСТАВЛЯЮТ ПАЦИЕНТКИ С ДАННОЙ ПАТОЛОГИЕЙ. БОЛЬШИНСТВО ФАКТОРОВ РИСКА РАКА МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ ОДНОВРЕМЕННО ЯВЛЯЮТСЯ ПРИЧИНАМИ МАСТОПАТИИ.



По статистике, 60-90% женщин детородного возраста страдают мастопатией. Наиболее часто она встречается у 30-50-летних представительниц прекрасного пола. Причем подвержены заболеванию как рожавшие, так и нерожавшие.

## ПРИЧИНЫ РАЗВИТИЯ МАСТОПАТИИ

В основе развития мастопатии лежат нарушения гормональной регуляции репродуктивной системы женщины.



Гинекологические заболевания, аборты, отсутствие или поздние роды, отказ от грудного вскармливания, нарушение менструального цикла, заболевания яичников и матки – это лишь некоторые из предпосылок к развитию мастопатии. Факторами риска развития этого недуга так же являются травмы молочной железы, наследственность и даже неправильный образ жизни (ожирение, курение, малоподвижность). У молоденьких девушек особенно часто начинаются нарушения по причине длительного неконтролируемого приема гормональных противозачаточных препаратов.

Однако специалисты отмечают, что в большинстве случаев мастопатия впервые проявляется на фоне стресса. В наш век очень трудно избежать стрессовых ситуаций, что, скорее всего, и объясняет частоту появления мастопатии, особенно среди активно работающих женщин.

## ЧЕМ ОПАСНА МАСТОПАТИЯ?

К сожалению, это заболевание не вызывает серьезного беспо-

койства у женщин, а порой даже и у врачей. Между тем, причины для волнений все же есть. Пациентки с диагнозом «мастопатия» относятся к группе риска по возникновению рака молочной железы.

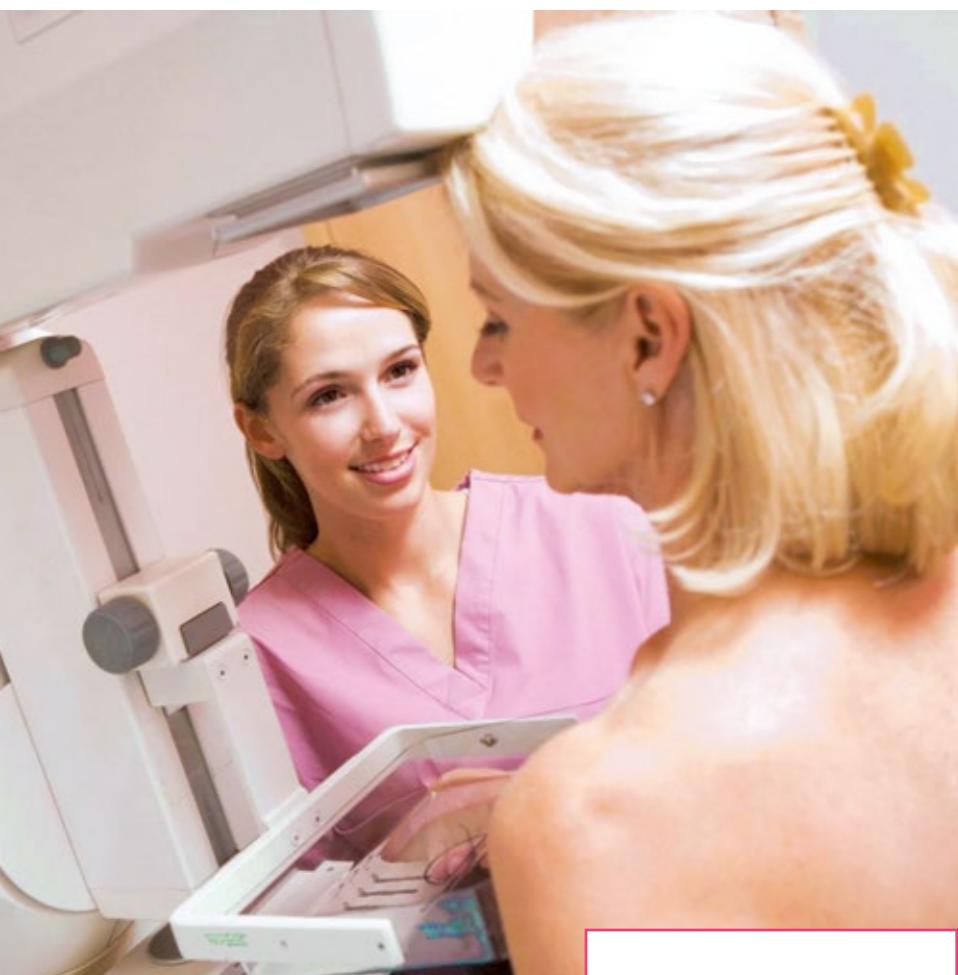
Чтобы вовремя обнаружить признаки заболевания, нужно ежемесячно самостоятельно обследовать молочные железы сразу после окончания менструации. Обращать внимание сто-

## КАК ВОВРЕМЯ ОБНАРУЖИТЬ ЭТО ЗАБОЛЕВАНИЕ?

Для мастопатии наиболее характерны следующие проявления:

- боли в молочной железе, болезненность при прикосновении к груди;
- нагрубание молочных желез;
- прощупываемые уплотнения в молочной железе;
- выделения из сосков.





⊕ ит на кожу, соски, подкожные уплотнения. Если вы заметили любые подозрительные изменения, необходимо сразу обратиться к врачу.

Женщинам до 35 лет профилактическое обследование нужно начинать с УЗИ молочных желез. Дамы старше 35 лет диагностику начинают с маммографии. По результатам исследования специалист лучевой диагностики (врач УЗИ или рентгенолог) даст рекомендации по дальнейшему наблюдению и решит, необходима ли

**ЦИФРОВАЯ МАММОГРАФИЯ** – ЭТО САМЫЙ СОВРЕМЕННЫЙ И ЭФФЕКТИВНЫЙ СПОСОБ ДИАГНОСТИКИ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ. ВЫПОЛНЕНИЕ РЕНТГЕНОВСКИХ СНИМКОВ ПРОИЗВОДИТСЯ СО СНИЖЕННЫМИ ДОЗАМИ ОБЛУЧЕНИЯ. ВЫСОКОЕ РАЗРЕШЕНИЕ СНИМКОВ ПОЗВОЛЯЕТ ВЫЯВИТЬ ПАТОЛОГИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ НА САМЫХ РАННИХ СТАДИЯХ.

пациентке консультация маммолога. Из 10 женщин, прошедших профилактические УЗИ или маммографию, только двум-трем показаны консультация и лечение у врача онколога-маммолога.

Если у женщины не выявлено изменений в молочных железах, или они минимальны, то достаточно в будущем ежегодно повторять только один метод исследования – УЗИ или маммографию (иногда два этих метода могут дополнять друг друга для получения более точного результата), и консультация врача маммолога не требуется.

При обнаружении у женщины патологических изменений, то необходимо комплексное применение различных методов диагностики: это осмотр маммологом, маммография, УЗИ, биопсия с дальнейшим морфологическим исследованием.

ВРАЧИ СНОВА И СНОВА ПОВТОРЯЮТ: НЕ СТОИТ ОПАСАТЬСЯ ОБНАРУЖИТЬ РАК МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ – НУЖНО БОЯТЬСЯ ПУСТИТЬ БОЛЕЗНЬ НА САМОТЕК. ВЕДЬ РАК НА РАННИХ СТАДИЯХ ЛЕГКО ПОБЕДИТЬ! ВЫВОД ОЧЕВИДЕН: ЛУЧШЕ ОБСЛЕДОВАТЬСЯ РЕГУЛЯРНО И ЖИТЬ СПОКОЙНО, ЧЕМ ОТЯГИВАТЬ ПОХОД К ВРАЧУ И ПОСТОЯННО ТЕРЗАТЬ СЕБЯ СОМНЕНИЯМИ.

### ЕСЛИ МАСТОПАТИЮ ВСЕ ЖЕ ОБНАРУЖИЛИ, КАК ЕЕ ЛЕЧИТЬ?

Выбор лечения мастопатии зависит от ее формы и степени выраженности, данных клини-



ческого осмотра и результатов аппаратного обследования (УЗИ или маммографии).

Существующие в настоящее время методы лечения доброкачественных заболеваний молочных желез можно разделить на хирургические и медикаментозные.

Консервативное (медикаментозное) лечение подразумевает применение различных лекарственных препаратов, витаминов, а иногда даже мочегонных средств.

Хирургический метод применяется по строгим показаниям: при наличии доброкачественной опухоли или при подозрении на рак молочной железы.

### КАК УБЕРЕЧЬ СЕБЯ ОТ МАСТОПАТИИ?

Начинать профилактику и лечение мастопатии рекомендуют с соблюдения диеты, ограничив прием таких продуктов, как

кофе, чай, шоколад, какао. Это существенно уменьшит боли и чувство напряжения в молочных железах. Рекомендуется пища, богатая клетчаткой и йодом, достаточное количество жидкости (до 1,5л в сутки). Важно следить за весом, не передавать, так как избыток жировой ткани приводит к нарушению обмена веществ и гормонов.

Всегда помните, что активный образ жизни, хороший сон, отказ от вредных привычек – важные составляющие в профилактике мастопатии. Кроме того, помогут еще и витамины – чаще всего А, Е и группы В или же комплексные поливитаминные препараты.

Ну и, конечно же, избавьтесь от негативных психологических факторов, сторонитесь стрессовых ситуаций. Ведь гармоничное состояние души является залогом здорового тела. ■



# ТОНУС ПРОТИВ РАКА ГРУДИ!

## ЦЕНТР МАММОЛОГИИ КЛИНИК «ТОНУС»



Под руководством ведущего врача-маммолога города Пегова С. А. представляет полный цикл специализированной маммологической помощи

ОТ ВЫСОКОТОЧНОЙ ДИАГНОСТИКИ  
ДО ОПЕРАТИВНО-ВОССТАНОВИТЕЛЬНОГО ЛЕЧЕНИЯ



Диагностика заболеваний молочной железы



Лечение заболеваний молочной железы

- УЗИ экспертного класса
- Цифровая маммография
- Дуктография
- МРТ молочных желез
- Биопсия

- Амбулаторное лечение
- Оперативное лечение в условиях круглосуточного стационара

СИМПТОМЫ И ПРИЗНАКИ, ПРИ КОТОРЫХ СТОИТ ОБРАТИТЬСЯ В ЦЕНТР МАММОЛОГИИ:

- Боли в области молочных желез
- Уплотнения в молочных железах
- Выделения из сосков
- Изменение размера
- Выбухание кожи в области соска или других зонах
- Уплотнения или боли в подмышечных областях
- Покраснение
- Втяжение

Также, консультация маммолога необходима любой женщине после 30 лет (1 раз в год) с профилактической целью.



Маммопластика



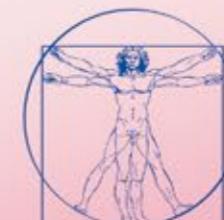
Реабилитация

Н. Новгород, ул. Б.Покровская, 62

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОК

тел. 411-13-13

ОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Центр лучевой диагностики и эндоскопической хирургии

TONUS  
*Premium*

РЕКЛАМА

# Что творится у вас в голове?

В ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ МЫ ВСЕ ЧАЩЕ СЛЫШИМ О РАКЕ ГОЛОВНОГО МОЗГА. СОВСЕМ НЕДАВНО ИМЕННО ИЗ-ЗА ЭТОЙ БОЛЕЗНИ УМЕРЛА ИЗВЕСТНАЯ РОССИЙСКАЯ ПЕВИЦА ЖАННА ФРИСКЕ. ТЕПЕРЬ ПОКЛОННИКИ ТАЛАНТА ДМИТРИЯ ХВОРОСТОВСКОГО ПЕРЕЖИВАЮТ ЗА ЗДОРОВЬЕ ЗНАМЕНИТОГО НА ВЕСЬ МИР ТЕНОРА. НО РАК ГОЛОВНОГО МОЗГА НАСТИГАЕТ НЕ ТОЛЬКО ИЗВЕСТНЫХ ЛЮДЕЙ, ОН МОЖЕТ СТАТЬ РЕАЛЬНОЙ УГРОЗОЙ ДЛЯ ЛЮБОГО ЧЕЛОВЕКА. ОТСЮДА ВОЗНИКАЕТ ЗАКОНОМЕРНЫЙ ВОПРОС: КАК ЖЕ ВОВРЕМЯ ОБНАРУЖИТЬ СТОЛЬ КОВАРНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ?

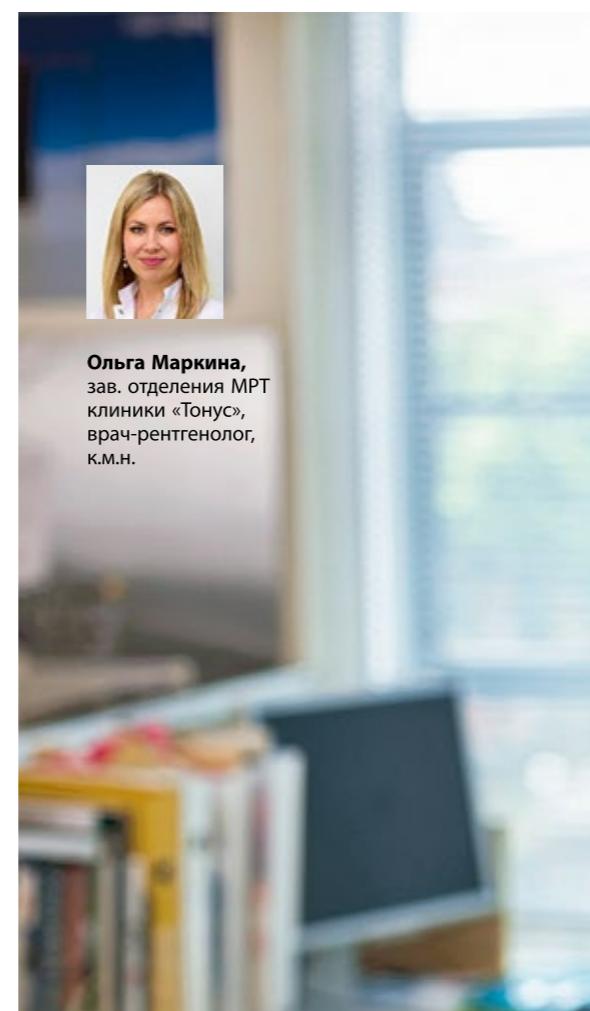
**Н**а самом деле любое заболевание, поражающее головной мозг, весьма опасно. Каждое из них может привести либо к существенному ухудшению жизни (как, например, рассеянный склероз), либо и вовсе к летальному исходу (например,

инфаркт). Прогноз же зачастую зависит от того, насколько рано будет выявлена болезнь. Одним из ведущих информативных и эффективных методов нейродиагностики является магнитно-резонансная томография (МРТ). Этот метод исследования позволяет наход-

дить заболевания на самых ранних этапах развития, что исключительно важно для успешного лечения.

Исследование можно пройти по собственной инициативе. Однако предварительное посещение врача-клинициста (невролога, терапевта, нейрохирурга или другого узкого специалиста) не только поможет определиться с необходимостью проведения исследования, но и уточнить его направленность.

Как правило, **ОСНОВНЫМИ СИМПТОМАМИ** для проведения МРТ головного мозга явля-



Ольга Маркина,  
зав. отделения МРТ  
клиники «Тонус»,  
врач-рентгенолог,  
к.м.н.



## С ПОМОЩЬЮ МРТ ГОЛОВНОГО МОЗГА МОЖНО РАСПОЗНАТЬ НА РАННИХ СТАДИЯХ ТАКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, КАК:

- опухоли;
- нарушение мозгово-го кровообращения (инфаркт);
- демиелинизирующие заболевания (рассеянный склероз);
- воспалительные забол-левания (энцефалит, абсцесс и прочие);
- пороки;
- другие заболевания.



ются непроходящая головная боль, головокружение, нарушение чувствительности в конечностях, резкое снижение зрения. Обнаружили свои частые жалобы? Стоит немедленно обратиться к специалисту за диагностикой! Головная боль, например, самый ранний и наиболее распространенный симптом рака головного мозга. Он отмечается у 50% больных. Это сильные, постоянные головные боли, усиливающиеся при физической нагрузке, наклонах, чихании, кашле, не снимающиеся обезболивающими и сосудистыми препаратами. Однако стоит справедливо

отметить, что опухолями мозга вызвано менее 1% таких жалоб.

**СУТЬ МРТ ГОЛОВЫ** состоит в получении послойного изображения структур головного мозга. В основу данного метода положено физическое явление – ядерный магнитный резонанс. Это значит, что во время диагностики магнитно-резонансный томограф регистрирует сигналы, передаваемые клетками органов и тканей. Сигнал здоровой клетки отличается от того, что излучает больная. Именно это и отображает томограф на изображениях. Снимки позволяют специалистам получить макси-





маленько подробную и достоверную диагностическую информацию, включая мельчайшие детали мозговых тканей, гипофиза, эпифиза, мозжечка, промежуточного и продолговатого мозга, кровеносных сосудов, орбиты глаза и внутреннего уха.

#### КАК ЖЕ ПРОХОДИТ ПРОЦЕДУРА ДИАГНОСТИКИ?

Никакой особой подготовки к обследованию не требуется. Разве что непосредственно перед ним нужно снять с себя все металлические предметы, а также электронные приборы и носители информации.

В зале, оборудованном томографом, вас попросят лечь на

специальный стол и разместят внутри короткой и широкой трубы-магнита, открытой с обеих сторон. Процедура МРТ занимает примерно 10-20 минут, и в течение всего этого времени вам нужно будет лежать неподвижно. Это условие важно для качества изображения. Все это время врач будет находиться в соседней комнате и наблюдать за вами через окошко. При необходимости вы сможете связаться с доктором с помощью специального устройства.

Как правило, **РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ** выдаются пациенту в течение часа. Заключение пишет специалист МРТ. Для рассмотрения сложных, спорных случаев собирается консилиум врачей. ■



# ТОНУС ПРОТИВ РАКА!

- ✓ С каждым годом увеличивается число заболевших раком головного мозга.
- ✓ Начальные стадии рака головного мозга проходят бессимптомно.
- ✓ Только точная диагностика способна обнаружить рак головного мозга на ранней стадии.

## Пройди исследование вовремя!

КАЧЕСТВЕННО

КОМФОРТНО

ДОСТУПНО

БЫСТРО

РЕКЛАМА



## МАГНИТНО-РЕЗОНАНСНАЯ ТОМОГРАФИЯ -

золотой стандарт исследований заболеваний головного мозга

*Располагаем к доверию*  
**TONUS**  
 МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

Н. Новгород, ул. Ижорская, 50  
 тел.: (831) 411-11-30  
[www.tonus.nnov.ru](http://www.tonus.nnov.ru)

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# Болезни от удовольствия

КАК ВЫ ПРОВЕЛИ ОТПУСК? КТО-ТО ОТДЫХАЛ В ДАЛЬНИХ СТРАНАХ, КТО-ТО – НА БЕРЕГУ ЛЮБИМОГО ОЗЕРА... И, КОНЕЧНО ЖЕ, ЧЬЕ-ТО СЕРДЦЕ ПРОНЗИЛА СТРЕЛА АМУРА... А КОГО-ТО И НЕ ОДНА! А «ПОДВИГИ» ИНЫХ ТОВАРИЩЕЙ, ВОЗМОЖНО, ВЫЗВАЛИ БЫ РОБКИЙ РУМЯНЕЦ СМУЩЕНИЯ НА ЩЕКАХ ЗНАМЕНITОГО КАЗАНОВЫ ИЛИ ВИДАВШЕЙ ВИДЫ ЭММАНУЭЛЬ...



**Кирилл  
Дмитренко,**  
врач-дермато-  
венеролог,  
андролог клиники  
«Тонус», к.м.н.



**СТОП! А достаточно ли внимания уделили вы собственному здоровью?** Особенно те, у кого был, как сейчас модно говорить, курортный роман? Может, стоит посетить доктора, дабы избежать некоторых деликатных проблем?

Общеизвестная истина о том, что **отсутствие жалоб не означает отсутствия болезни**, как нельзя лучше подходит к инфекциям, передаваемым половым путем. Период тихого благополучия после бурного отдыха, пожалуй, лучшее время

**Задумайтесь!**  
*Как много людей несчастны из-за того, что вовремя не откликнулись на сигналы «SOS» своего организма!*

для планового обследования у венеролога. Ибо в случае выявления какой-либо инфекции избавление от нежданной напасти будет, скорее всего, легким и безболезненным.

**Появление некоторых необычных симптомов должно особенно насторожить.** Даже легкие зуд или жжение по ходу мочеиспускательного канала или в области наружных половых органов могут быть проявлениями таких грозных недугов как хламидиоз или трихомониаз, а у представительниц прекрасного пола – и гонореи. Жалобы могут временно исчезать, что может усыпить бдительность заразившегося.

**Увы, инфекция не только не покидает организм, а, поражая орган за органом, вызывает опасные осложнения.** Характер жалоб при этом меняется: появляются тупые, ноющие либо схваткообразные боли внизу живота, в пояснице или в области промежности, выделения из половых путей. Симптомы, как правило, усиливаются после переохлаждения, физической нагрузки или употребления спиртного. Обратившись к специалисту, мужчина удивится, узнав, что в течение длительного времени страдает хроническим простатитом. У женщины, возможно, выявят воспаление придатков или спаечный процесс в малом тазу.

Многие люди полагаются на информацию, почертнутую в

- Теперь к врачу надо поспешить как никогда. Лечение осложненных форм инфекций будет, вероятно, более длительным и сложным, но его отсрочка чревата развитием половых расстройств и может навсегда лишить человека счастья материнства или отцовства.

различных источниках и, прежде всего, в Интернете, но не все отдают себе отчет в том, что информация эта не всегда достоверна. У высококвалифицированных специалистов, как правило, нет времени заниматься собственными сайтами, поэтому зачастую интерес к этой теме используется людьми, далекими от медицины. Вместо получения точного и своевременного диагноза вы можете попасть на удачу дистрибуторов очередного чудодейственного лекар-

ства или БАДа. К тому же, при-  
сутствие симптомов какого-то  
одного заболевания не исключает  
наличия других, – подобные «букеты» можно обнаружить лишь в ходе комплексного обследования в медицинском центре.

Сегодня, с появлением возмож-  
ности анонимного обсле-  
дования, к врачу идут гораздо охотнее. И, что не может не

радовать, люди чаще стали обследоваться в профилакти-  
ческих целях. В частности, про-



филактическое обследование у венеролога необходимо, если пара собирается завести ребенка. Даже 100-процентная супружеская верность не может быть гаранцией отсутствия проблем. А ведь на кону жизнь и здоровье будущего малыша!

Иными словами, квалифици-  
рованное обследование подарит  
вам уверенность в будущем! ■



## Отзывы

Хотим выразить нашу благодарность всему медперсоналу центра микрохирургии глаза «ТОНУС ПРЕМИУМ» и отдельно нашему лечащему врачу Марии Викторовне Кочетковой. Они вернули нам способность видеть мир во всех его красках! Нам были проведены успешные операции по удалению катаракты. Большое спасибо вам за ваши знания, умения, талант и добрые руки!

**Ю. Ф. Королев, Р. Н. Королева,  
В. П. Цацанькин**

Я никогда раньше не обследовала глаза. Знала, что с детства близорука, но меня все устраивало. Недавно прошла диагностику в центре микрохирургии глаза «ТОНУС ПРЕМИУМ» – обнаружилась зрелая катаракта правого глаза. В июне пошла на операцию. Перенесла ее хорошо, безболезненно. Хирург Мария Викторовна Кочеткова, удалившая мне катаракту, человек очень легкий: невесомые пальчики, добрая, отзывчивая, любезная. И весь медицинский персонал такой же отзывчивый, мягкий, терпеливый, мудрый, вежливый, опытный. После операции я была счастлива, что вижу так, как никогда не видела с детства! Через месяц пришла и сделала левый глаз. Теперь всем знакомым рассказываю, что бояться таких операций нет причин. В центре микрохирургии глаза «ТОНУС ПРЕМИУМ» все очень надежно, безопасно и качественно.

**Коломец Лариса Алексеевна, 49 лет**



**Марина Кочеткова,**  
врач-офтальмолог  
высшей категории,  
катарактальный хирург  
клиники «ТОНУС ПРЕМИУМ»,



«От улыбки хмурый день светлей,  
От улыбки в небе радуга проснется!  
Поделись улыбкою своей,  
И она к тебе не раз еще вернется».

ЭЛИНА  
ГАРЕВСКАЯ



Вы присыпали нам свои фотографии, и мы улыбались вместе с вами! Одно объединило все ваши письма: самая искренняя улыбка появляется на лицах в те минуты, когда мы видим дорогих нам людей. Для четвертого номера журнала редакция «Тонус Life» отображала лучшие снимки!



ЮЛИЯ МАКСИМОВА:  
«Самую широкую и искреннюю улыбку вызывает у меня два самых любимых человечка: здоровы, счастливы и вместе!»



### ВНИМАНИЕ! МЫ ОБЪЯВЛЯЕМ ФОТОКОНКУРС!

Осень – время года, когда кладовые природы заполняются яркой россыпью ягод, ароматными полянками грибов, сочными краснобокими яблоками, тугими кочанами капусты... Кроны деревьев вдруг становятся сияюще золотыми на фоне пронзительно голубого неба. А чем вас порадовала эта осень?

До 30 октября присыпайте нам на почту [info@tonus.nnov.ru](mailto:info@tonus.nnov.ru) свои фотографии в письме с пометкой «Фотоконкурс». Самые необычные и яркие будут опубликованы в следующем номере.

## СЕТЬ МЕДИЦИНСКИХ КЛИНИК «ТОНУС»

В НИЖНЕМ НОВГОРОДЕ:

### Советский район

ул. Ижорская, 50,  
тел.: (831) 411-11-22,  
8 (953) 415-47-78;

### Сормовский район

ул. Коминтерна, 139,  
тел.: (831) 411-11-77,  
8 (953) 415-45-01;

### Автозаводский район

ул. Веденяпина, 8,  
тел. (831) 218-60-18;

### Канавинский район

ул. Есенина, 36 ,  
тел. (831) 228-00-58;  
ул. Октябрьской  
революции, 65,  
тел. (831) 240-38-80

### Стоматология Тонус

ул. Ижорская, 50,  
тел.: (831) 438-38-01,  
8 (953) 415-51-26

### Тонус отделение МРТ

ул. Ижорская, 50,  
тел. (831) 411-11-30

### Центр лучевой

### диагностики и эндоскопической

### хирургии ТОНУС ПРЕМИУМ

ул. Большая  
Покровская, 62,  
тел.: (831) 411-13-13,  
8-953-415-91-10

### Центр эстетической

### медицины ТОНУС ПРЕМИУМ

ул. Большая  
Покровская, 62,  
тел. (831) 411-11-75

### Центр микро-

### хирургии глаза

### ТОНУС ПРЕМИУМ

ул. Большая  
Покровская, 62,  
тел. (831) 411-10-10

### Клиника Тонус МАМА

ул. Воровского, 22,  
тел. (831) 411-11-20,  
тел. (831) 411-10-10

### Детские клиники

### Тонус КРОХА:

Советский район  
ул. Большая  
Покровская, 62,  
тел.: (831) 411-11-55,  
8 (953) 415-91-55;

### Сормовский район

ул. Коминтерна, 139,  
тел.: (831) 411-11-77,  
8 (953) 415-95-11

### Офтальмологическая

### клиника Тонус АМАРИС

ул. Белинского, 38,  
тел. (831) 411-10-10;  
ул. Коминтерна, 139,  
тел. (831) 411-10-10

## КЛИНИКИ «ТОНУС» и «Тонус КРОХА»

В НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ:

### г. Кстово

ул. 40 лет Октября, 1,  
тел.: (83145) 2-41-65, 8-920-005-09-11;  
Площадь Мира, 3, тел. (83145) 2-73-99

### г. Арзамас

пр-т Ленина, 204 ,  
тел.: (83147) 2-08-80,  
(83147) 7-62-80,

### г. Дзержинск

ул. Гайдара, 47,  
тел. (8313) 34-29-51,

Мы будем рады получить Ваш отзыв  
о работе наших клиник! Оставить его можно на сайте  
клиники или в любой социальной группе сети  
медицинских клиник «Тонус».



**PALOMAR ICON**  
**НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ**  
**ЛАЗЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**  
**ИННОВАЦИЯ В МИРЕ КРАСОТЫ**

ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ  
**TONUS** Premium

Ул. Б.Покровская, 62  
тел. (831) 411-11-75

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# РОЖДЕНИЕ СОВЕРШЕНСТВА



Центр лучевой диагностики  
и эндоскопической хирургии

**ТОНУС**  
*Premium*



ПЛАСТИЧЕСКАЯ ХИРУРГИЯ В «ТОНУС ПРЕМИУМ»  
ул. Б. Покровская, 62 тел. **411 13 13** [www.tonuspremium.ru](http://www.tonuspremium.ru)

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ