



Омский клинический

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

корпоративная газета ■

ВЫПУСК 4 28.03.2018

ТЕМА НОМЕРА:

НОВОСТИ стр. 2

**Чистота начинается с
уборки – уникальная
система клининга в КДЦ**
стр. 4-5

**ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ
ДЛЯ ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ**
стр. 6

**ВОСТОЧНАЯ МЕДИЦИНА –
ИГЛОРЕФЛЕКСОТЕРАПИЯ** стр. 7

**О ПРОФИЛАКТИКЕ СО СЦЕНЫ
ОРГАННОГО ЗАЛА** стр. 8

**Серебряный призер
конкурса «ЛУЧШИЙ
МАССАЖИСТ-2018»** стр. 3



ГЛАВНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА КДЦ ГАЛИНА МЫСИКОВА ПОЛУЧИЛА ГОСУДАРСТВЕННУЮ НАГРАДУ ВЫСШЕГО ОБРАЗЦА

7 марта в зале торжественных приёмов Заксобрания врио губернатора Александр Бурков вручил 11 жителям Омской области государственные и областные награды. Свою заслуженную награду получила из рук губернатора главная медицинская сестра КДЦ Галина Петровна Мысикова, которая стала заслуженным работником здравоохранения Российской Федерации.



СТУДЕНТЫ НА ПРАКТИКЕ

На базе круглосуточного стационара КДЦ проходят практику студенты СибГУФКа. Магистранты по направлению «адаптивная физическая культура» осваивают навыки реабилитационной работы. **Под руководством опытного инструктора ЛФК Полины Воронцовой, молодые специалисты проводят индивидуальные и групповые занятия с пациентами, страдающими заболеваниями суставов и позвоночника, перенесшими инсульты, травмы головного мозга.**

«Студенты находились у нас на практике на протяжении месяца, - рассказывает заведующая круглосуточным стационаром КДЦ Татьяна Федорова. - Хочется отметить, что пациенты очень довольны, им нравится повышенное внимание, индивидуальный подход к подготовке и проведению занятий. А мы рады стать базой для становления молодых специалистов, возможно, часть из которых в будущем пополнит ряды нашего дружного профессионального коллектива».

МАСТЕР-КЛАССЫ В СТАЦИОНАРЕ: ОСВАИВАЕМ НОВОЕ

В марте на базе круглосуточного стационара КДЦ прошли сразу два мастер-класса: по ароматерапии и классическому лечебному массажу.



Своими знаниями о классическом массаже и опытом с молодыми специалистами поделились доцент, к.м.н. Б.А. Пыхтеев и доцент, к.п.н. Л. Е. Медведева. Слушателям рассказали о техниках, методиках, этапах массажа, подчеркнув его значимость в реабилитационном лечении пациентов. Борис Алексеевич продемонстрировал техники классического лечебного массажа, а также оценил работу участников мастер-класса и дал свои ценные рекомендации.

Главными гостями и организаторами мастер-класса по ароматерапии стали представители Института ароматерапии из Москвы. Мероприятие вызвало живой интерес и собрало большое количество гостей.



РАБОТА НА ВЫЕЗДЕ



В начале марта бригада врачей Диагностического центра работала на выезде, оказывала медицинскую помощь жителям отдаленных районов – Тюкалинска и Больших Уков. В состав бригад вошли врачи разных востребованных специальностей: врач-кардиолог, эндокринолог, невролог, уролог, врач ультразвуковой диагностики.

За два дня работы более 300 жителей отдаленных районов Омской области получили специализированную медицинскую помощь. Было проведено более 130 консультативных приёмов, более 30 ультразвуковых исследований и порядка 40 ЭХО-КГ.

Бригады Диагностического центра регулярно выезжают в районы Омской области для оказания медицинской помощи сельским жителям, эта работа направлена на повышение доступности специализированной медицинской помощи сельскому населению Омской области.





КОНКУРС

Лучший массажист

В конце февраля в Сибгугке прошел ежегодный VII Фестиваль по адаптивной физической культуре. Одним из ярких событий фестиваля стал конкурс профессионального мастерства «Лучший массажист», в котором принимала участие **медицинская сестра по массажу круглосуточного стационара КДЦ ЖАНАР АЛЬЖАНОВА**.

Жанар уверенно и ярко выступила, поразила жюри техникой тайского массажа, который был её домашним заданием (в этом конкурсе она была лидером). По результатам всех испытаний Жанар заняла почетное второе место, а также стала победителем в номинации «Признание коллег».



- Какие виды массажа применяются в Диагностическом центре?

- В первую очередь это лечебный массаж, который направлен на восстановление организма после заболеваний и травм. Также существует гигиенический массаж, направленный на укрепление организма и профилактику заболеваний.

В зависимости от цели и состояния пациента, выбирается техника массажа. Обычно я начинаю с классического, но в процессе могу применять методики сегментарного или соединительнотканного массажа, при заболеваниях суставов – периостального. Важно почувствовать, откуда идет проблема.

- Какова роль массажа для пациентов?

- Массаж способствует восстановлению активности мышц, стимуляции лимфотока и кровообращения. При массаже происходит активизация обменных процессов в организме, восстановление поврежденных тканей, повышаются показатели их эластичности и гибкости. Порой без курса массажа невозможно начать реабилитацию пациента, поскольку его организм не может выполнять требуемые упражнения. Пациенты приходят с нарушением опорно-двигательной системы, контрактурами, застоями в мышцах. С помощью массажа мы улучшаем рефлекторные процессы в необходимых областях. Например, у пациента после инсульта есть проблемы с движением. С помощью массажа мы расслабляем мышцы, и тогда человек начинает выполнять упражнения, необходимые для реабилитации. Порой массаж возвращает пациенту веру в себя, в свои силы и возможности. Люди мало знают о возможностях своего тела. И если некоторое время какая-то его часть находилась без движения

или функционировала неправильно, то пациент потом боится ее использовать так, как надо. Массажист тогда не просто помогает телу, но и старается донести до человека, что у него все получится. Когда он понимает, что простые занятия не принесут вред его организму, более того, наблюдается даже улучшение, начинает работать та или иная область, из-за которой ранее был дискомфорт, реабилитация сразу выходит на новый уровень.

- Для каких пациентов, с какими заболеваниями массаж особо актуален?

- Лечебный массаж – это проверенный годами результативный метод терапии, который широко практикуется во всем мире для лечения разных недугов, травм и их последствий. В круглосуточном стационаре Клинического диагностического центра пациентам оказывают помощь сразу по нескольким профилям. Массаж назначается при ревматических заболеваниях (артриты, артрозы), остеохондрозах, радикулопатии, защемлении нерва и других. Улучшение кровообращения необходимо и при некоторых сердечно-сосудистых заболеваниях, вегетососудистых патологиях.

Массаж также показан и здоровым людям. В этом случае он необходим для профилактики развития различных заболеваний, благотворного воздействия на мышечную систему (расслабляет мышцы, возвращает тканям гибкость, подвижность и эластичность, снимает усталость), улучшения самочувствия.

Важно помнить, что лечебный массаж такой же метод терапии и назначается только врачом. Чаще всего курс состоит из десяти сеансов, но в некоторых случаях может потребоваться и больше. Все зависит от заболевания, его стадии и общего состояния организма больного.

Чистота начинается с уборки

ЧИСТОТА МЕДИЦИНСКОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ ЕГО СВОЕОБРАЗНОЙ «ВИЗИТНОЙ КАРТОЧКОЙ»: ЭТО ПЕРВОЕ, НА ЧТО ОБРАЩАЮТ ВНИМАНИЕ ПАЦИЕНТЫ, ПОСЕЩАЯ ПОЛИКЛИНИКУ ИЛИ ПОСТУПАЯ В СТАЦИОНАР НА ЛЕЧЕНИЕ.



Клининговый отдел КДЦ был организован в конце 2014 года. Он объединил всех сотрудников, которые отвечают за чистоту и порядок. Возглавила новое подразделение главная медицинская сестра Клинического диагностического центра, Заслуженный работник здравоохранения РФ Галина Мысикова.

Перед новым отделом были поставлены важные задачи: проведение профессиональной уборки помещений и обеспечение инфекционной безопасности. Были разработаны новые должностные инструкции, положение об отделе, пересмотрена расстановка кадров.

- Мы сразу взяли курс на современное развитие и стали изучать опыт других регионов, поскольку в Омской области подобной практики не было и нет до сих пор, - рассказала главная медицинская сестра Клинического диагностического центра Галина Мысикова. - Я побывала в командировке в Екатеринбурге и Санкт-Петербурге. Полученные знания и опыт коллег мы применили в организации работы собственного отдела профессиональной уборки.

В течение года проводилось плановое обучение персонала отдела по соблюдению санитарно-эпидемиологических требований и инфекционной безопасности в соответствии с действующими нормативными документами, этики и деонтологии при общении с пациентами и коллегами. Специалисты рассчитали количество необходимого инвентаря, оборудования, расходных материалов.

Уже в марте 2017 года в круглосуточном стационаре уборка поверхностей и полов проводилась новым способом - методом предварительно подготовленных мопов, то есть безведерная. Его принцип в обработке поверхностей с помощью специальных насадок, которые предварительно пропитываются дезинфицирующим (моющим) раствором и складывается в специальные контейнеры. Они в свою очередь размещаются на тележке. Для определенных поверхностей и помещений применяются специальные модели уборочного инвентаря.

В октябре 2017 года в Санкт-Петербурге на Всероссийском конгрессе «**Лидерство и инновации – путь к новым достижениям**» был представлен опыт работы Диагностического центра по внедрению комплексного подхода системы медицинского клининга





- Предварительная подготовка мопов и салфеток в круглосуточном стационаре проводится централизованно, - пояснила Галина Петровна. - Для этого выделены специальные помещения под централизованный участок для стирки, сушки мопов (салфеток) и подготовки транспортных уборочных тележек.

При этом данное помещение расположено вне рабочих кабинетов и палат. Участок делится на две зоны: «грязная» (прием использованных мопов и салфеток и их разбор) и «чистая» (стирка и сушка мопов и салфеток; хранение уборочного инвентаря; подготовка к работе после стирки и сушки). Данные потоки никак не пересекаются, что обеспечивает профилактику и разрыв механизмов передачи внутрибольничных инфекций.

В корпусах Диагностического центра А, Б, В и Д уборка пока проводится привычным ведерным способом, с децентрализованным обеззараживанием и сушкой ветоши, как в приспособленных помещениях, так и санитарных комнатах. Также децентрализованно (по отделам) проводится подготовка рабочих дезинфицирующих и моющих растворов. Контроль качества уборки осуществляется методом проведения смывов и их микробиологического исследования в рамках реализации программы производственного контроля центра.

В ближайших планах внедрить безведерный способ уборки в корпусе Д, на данный момент идет подготовка специализированных помещений.



- Система медицинского клининга является инновационной альтернативой рутинной ведерной уборке и за последние годы положительно зарекомендовала себя в медицинских учреждениях, в том числе в Диагностическом центре, - отметила Галина Мысыкова. - Создание клинингового отдела является не только современным и перспективным проектом организации проведения профессиональной уборки, но и своевременным, реализация которого позволит повысить качество и экономическую эффективность уборки в целом по учреждению.

Самая главная задача, которую преследует инновационная система клининга - обеспечить полную безопасность для пациентов, ведь чистота - очень важная составляющая гаранта безопасности в медицинских учреждениях.

В ближайших планах увеличить площадь обрабатываемой поверхности до 800 кв метров





СПЕЦИАЛИСТЫ РЕКОМЕНДУЮТ ПОСЕЩАТЬ ВРАЧА-ГИНЕКОЛОГА 1 РАЗ В ГОД В ТОМ СЛУЧАЕ, ЕСЛИ НИЧЕГО НЕ БЕСПОКОИТ, А ЕСЛИ ВДРУГ ВОЗНИКАЮТ КАКИЕ-ТО ПРОБЛЕМЫ ИЛИ ВОПРОСЫ – СРАЗУ ИДТИ НА ПРИЁМ ПРИ ПЕРВОМ ПОЯВЛЕНИИ ДИСКОМФОРТА. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ НЕОБХОДИМЫ ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ НА ШЕЙКЕ МАТКИ, МИОМ, КИСТ И ДРУГИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, КОТОРЫЕ ЗАЧАСТУЮ ПРОТЕКАЮТ БЕССИМПТОМНО, НО ТРЕБУЮТ ТЩАТЕЛЬНОГО НАБЛЮДЕНИЯ И ВЗЯТИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ АНАЛИЗОВ, ТАК КАК ИМЕЮТ ТЕНДЕНЦИЮ К ПЕРЕРОЖДЕНИЮ В ЗЛОКАЧЕСТВЕННУЮ ОПУХОЛЬ.

МЕЖДУ НАМИ, ДЕВОЧКАМИ:



ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ДЛЯ ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Во время базового осмотра врач берет бактериологический мазок, который позволяет оценить состояние микрофлоры влагалища, а также выявить патогенные микроорганизмы, мазок на цитологию, который определяет состояние клеток эпителия и помимо воспалительного процесса помогает диагностировать опухолевые заболевания и папилломавирусную инфекцию, что может выступать пусковым механизмом в развитии рака, - рассказала **заведующая Центром амбулаторной хирургии КДЦ, врач-акушер-гинеколог, кандидат медицинских наук Наталья Кучинская**. - Также врач может при необходимости провести кольпоскопию, УЗИ гинекологическое, молочных желез, а пациенткам старше 35 лет рекомендована уже и маммография.

Это тот минимум, который необходим, чтобы женщина была уверена в своем здоровье. Весь спектр обследований можно пройти в Диагностическом центре за один день. Если в процессе осмотра выясняется, что пациентка здорова, то в дальнейшем при отсутствии каких-либо беспокойств она может наблюдаться 1 раз в год. При впервые выявленном заболевании, а также при наличии хронического течения патологии требуется более частое посещение врача.

- Если у пациентки выявилась проблема, которая требует лечения не только амбулаторного, но и стационарного, допустим, воспалительный процесс, то у нас тоже есть возможность в условиях дневного стационара КДЦ провести курс необходимой терапии, - отметила Наталья Владимировна.

Одной из проблем, с которой обращаются омички к врачам-гинекологам консультативного отдела КДЦ, являются проблемы с зачатием ребенка. И в арсенале специалистов есть все необходимые исследования, чтобы обнаружить причину данной патологии: лабораторные исследования на инфекции, передающиеся половым путем, исследование функций яичников, диагностика проходимости маточных труб с помощью УЗИ и рентгена (гистеросальпингография). Последняя процедура проводится лишь в нескольких медицинских организациях города.

- Поскольку у нас концентрируются женщины со всего региона, специалистами накоплена большая база, они не пропустят даже самую сложную аномалию, - пояснила врач. - Если случай не требует применения вспомогательных репродуктивных технологий, то мы можем назначить лечение. Если требует, то пациентка уходит от нас в специализированную медицинскую организацию со всеми необходимыми исследованиями.

Если женщина пока не планирует беременность, специалисты КДЦ помогут подобрать ей наиболее подходящий способ контрацепции.

- Это могут быть как традиционные таблетированные гормональные препараты, так и более длительного пролонгированного действия, которые вводятся на срок от трех до семи лет: внутриматочные спирали, подкожные импланты, - рассказала Наталья Кучинская.

Еще одна группа пациенток - женщины переходного к менопаузе возраста. Врач-гинеколог может оказать им помощь по подбору препаратов для коррекции возникших нарушений. Если же в процессе осмотра выявляются какие-то патологии, которые требуют дальнейшего лечения, например, миомы, полипы, то в условиях КДЦ можно провести все необходимые процедуры для подбора дальнейшего лечения.

Важно помнить, что причиной для внепланового посещения врача-акушера-гинеколога может стать подозрение на беременность, любое беспокойство со стороны половых органов, нарушения менструального цикла, болезненные ощущения при менструациях, обильные менструации, боли внизу живота, выделения, жжение и зуд половых органов, болезненные ощущения во время полового акта, болевые ощущения, жжение или рези при мочеиспускании, частые мочеиспускания.



В КРУГЛОСУТОЧНОМ СТАЦИОНАРЕ КЛИНИЧЕСКОГО ДИАГНОСТИЧЕСКОГО ЦЕНТРА
РАЗВИВАЮТСЯ НОВЫЕ МЕТОДИКИ ТЕРАПИИ

ПОПАСТЬ В ТОЧКУ



Помимо традиционных физиолечения, массажа, лечебной физкультуры, гидротерапии специалисты предлагают пациенту иглорефлексотерапию и фармакопунктуру. Древние восточные практики успешно помогают бороться с различными патологиями, при этом сочетаются с другими методами лечения.

активные точки на теле. На Востоке этот метод лечения используется уже много столетий.

- Этой методике около пяти тысяч лет. В данное время иглорефлексотерапии уделяется большое внимание как эффективному методу в комплексном лечении и реабилитации пациентов, имеющих патологии различного характера, в том числе неврологическую, - рассказала врач-невролог КДЦ Екатерина Душкина. - Иглорефлексотерапия отличается эффективностью, безопасностью, отсутствием аллергических реакций, сочетается с медикаментозной терапией и физиопроцедурами, способствуя более быстрому восстановлению пациентов. Методика доказала свою эффективность и в умелых руках рефлексотерапевта может творить чудеса.

Суть иглорефлексотерапии заключается в том, что врач воздействует специальными иглами на биологически активные точки на

теле человека, при раздражении которых в организме образуется вещество, улучшающее метаболизм. Каждый человек имеет свое энергетическое поле, а точка, куда ставится игла, - это зона, обладающая более низкой электропроводностью, чем другие зоны на теле человека. Воздействуя на биологически активные точки в организме, можно получить разную реакцию органов.

- Различные точки отвечают за разные области в организме, например, снимают спастичность мышц, обладают обезболивающим эффектом, успокоительным действием, - пояснила Екатерина Борисовна. - Лечение курсовое, так же как при физиотерапии, массаже или лечебной физкультуре. Обычно назначают 10 сеансов.

С недавнего времени пациентам КДЦ доступна еще одна методика родом с Востока - фармакопунктура. Она основана на введении небольших доз лекарственных препаратов в определенные точки на поверхности тела человека. К неоспоримым достоинствам фармакопунктуры можно отнести тот факт, что лечебное воздействие оказывается непосредственно на больной орган, риск аллергических реакций от применения тех или иных лекарственных препаратов минимален, так как они минуя желудочно-кишечный тракт, эффект от процедуры наступает очень быстро, вводятся гораздо меньшие дозы препаратов.

СТАРАЯ ЛЕГЕНДА ГЛАСИТ: император древнего Китая на горной тропе поранил острым камешком лодыжку, после чего у него сразу же прошла головная боль. Будучи наблюдательным, он сумел связать два этих факта и дал задание своему лечащему врачу изучить эту взаимосвязь. Это и привело к рождению иглоукалывания (другие названия - акупунктура и рефлексотерапия).





ПЕРВЫЙ КОНЦЕРТ МУЗЫКАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ ПРОШЕЛ В ОРГАННОМ ЗАЛЕ



Зрители Органного зала стали свидетелями эксперимента – первого концерта в рамках цикла программ «Час заботы», посвященных музыкальной терапии. Организаторы проекта – Омская филармония и Омский диагностический центр.

Особенность проекта в том, что вместе с музыкантами на сцену Органного зала выходят практикующие врачи Диагностического центра и рассказывают слушателям о том, как сохранить и приумножить свое здоровье. Такой формат – новшество для нашего города. «Лечебные» концерты запланированы на весну и лето.

Первый концерт получил название «Дела сердечные». В исполнении струнного квартета солистов Филармонии звучали произведения Баха, Моцарта, Вивальди. Согласно исследованиям, струнная музыка лучше всего влияет на улучшение сердечного ритма. Полезные советы о здоровье сердца и сосудов, о профилактике, о возрастных особенностях и многом другом давала врач-кардиолог КДЦ Ирина Бычковская.



Судя по отсутствию свободных мест и заинтересованным лицам зрителей, эксперимент прошел успешно. Следующий концерт «Весна голову вскружила» будет посвящен проблемам головокружений и головных болей, о которых расскажет врач-невролог КДЦ Любовь Ткаченко. Прозвучит расслабляющая музыка Востока от дуэта рояля и ударных. Третий концерт в рамках проекта «Час заботы» получил название «Формула красоты». Он будет посвящен здоровому питанию. Прозвучит музыка, способствующая гармонизации обменных процессов: ансамбли фортепиано, скрипки, альты и голоса с органом. Как избавиться от пищевых привычек и начать питаться правильно, расскажет врач-гастроэнтеролог КДЦ, кандидат медицинских наук Марина Кривич.



Всемирно известна особая, целебная сила музыки. Научно доказано, что прослушивание музыкальных композиций может положительно влиять на здоровье человека. Доказано, что музыка – отличная профилактика болезней сердца и кровеносных сосудов. Она помогает при реабилитации больных после инсульта. Спокойные музыкальные произведения помогают привести в норму общее психологическое состояние человека, помогают расслабиться в стрессовой ситуации и сосредоточиться в условиях высоких нагрузок. У спортсменов прослушивание музыки способствует повышению выносливости. Исследования также показали, что пациенты отделений хирургии быстрее восстанавливаются после операций, если в послеоперационной палате играет музыка. Поэтому новая программа «Час заботы» – самое лучшее решение для всех, кто хочет провести время с пользой для здоровья и хорошего настроения.

Новые программы будут полезны как для молодежи, так и людям старшего возраста. Встречаемся 21 апреля в Органном зале!