



Омский клинический

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

корпоративная газета

ВЫПУСК 8 сентябрь, 2018

**ДЕФИЦИТ ВИТАМИНА Д-
фактор риска
возникновения
остеопороза стр. 6**

**«БОЛЕЗНЬ ТРУДОГОЛИКОВ»
или СИНДРОМ ХРОНИЧЕСКОЙ
УСТАЛОСТИ стр. 7**

ТЕМА НОМЕРА стр. 4-5

**НА БАЗЕ ДИАГНОСТИЧЕСКОГО
ЦЕНТРА ОТКРЫЛАСЬ СОВРЕМЕННАЯ
БАКТЕРИОЛОГИЧЕСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ**

**ВЫЕЗДНЫЕ ДНИ ЗДОРОВЬЯ
стр. 8**

ОБМЕНЯЛИСЬ ОПЫТОМ

Руководители Единой клинико-диагностической лаборатории Буйнакска (Республика Дагестан) в сентябре посетили Центральную лабораторию Омского клинического диагностического центра. Познакомились с коллегами, обсудили схожие проблемы и вопросы, поделились опытом. На базе лаборатории Буйнакска планируется создание крупной Центральной лаборатории, работающей для пациентов всей Республики, поэтому успешный опыт Централизации лабораторных исследований на территории Омской области заинтересовал коллег.



БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ!

В последний день лета состоялся очередной этап ежегодной спартакиады медицинских работников Омской области на стадионе «Нефтяник».

Участники определяли, кто быстрее, на соревнованиях по легкой атлетике. Команду Диагностического центра представляли два, как выяснилось, отличных спортсмена. Врач-рентгенолог Сергей Никитенко и медицинская сестра регистратуры Анна Виноградчий. Наши спортсмены пробежали отлично, во всех забегах уверенно вошли в пятерку лидеров. А на дистанции 200 метров Анна пришла к финишу второй. Поздравляем нашу коллегу с заслуженным серебром и желаем дальнейших побед!

Сотрудники Диагностического центра не просто рассказывают своим пациентам о важности здорового образа жизни и спортивных нагрузок, но и личным примером это демонстрируют. Так, помимо участия в Спартакиаде работников здравоохранения, мы каждый год не пропускаем Сибирский международный марафон.



СТАРТОВАЛ УЧЕБНЫЙ ГОД ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ ДИАГНОСТИЧЕСКОГО ЦЕНТРА



В сентябре учебный год начался не только у школьников и студентов, но и у наших пациентов. После летних каникул прошли первые Школы для пациентов с остеопорозом и остеоартрозом под руководством врача-ревматолога, руководителя Центра профилактики и лечения остеопороза Евгении Добровольской. Евгения Владиславовна ежемесячно проводит полезные занятия с пациентами, которым поставили эти диагнозы, рассказывает о профилактике и лечении, дает полезные советы и важную информацию.

Школа для пациентов с болезнью Паркинсона и их родственников также проходит каждый месяц. Её проводит врач-невролог Любовь Ткаченко. Любовь Александровна рассказывает своим пациентам о различных аспектах жизни с этим диагнозом, о профилактике, о том, как на максимально долгий срок продлить трудоспособность, как развивать память. Школа полезна как пациентам, так и их родственникам.





ОМСКИЙ ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР И РЕГИОНАЛЬНЫЙ ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР г. АЛМАТЫ **ПОДПИСАЛИ** **МЕЖДУНАРОДНЫЙ** **МЕМОРАНДУМ О** **СОТРУДНИЧЕСТВЕ**

История и путь развития Омского клинического диагностического центра и Алматинского Регионального диагностического центра схожи, эти учреждения являются лидирующими в своих регионах, их история началась 30 лет назад, их открывал Министр здравоохранения Е.И. Чазов. Сегодня это крупнейшие лечебно-диагностические комплексы, которые решили провести глобальный обмен опытом и договориться о взаимодействии.

После визита делегации из Омского ДЦ, руководители Регионального диагностического центра посетили Омск. На круглом столе коллективу был представлен опыт и достижения коллег из Казахстана, а во время обхода по отделениям омичи продемонстрировали свои возможности и наработки. Встреча завершилась подписанием международного меморандума о сотрудничестве, который предполагает обмен опытом для повышения квалификации медицинских кадров, совместную научно-исследовательскую работу, организацию совместных научно-практических мероприятий.

«Для нас интересно развитие новых направлений, в том числе, хирургических, в которых коллеги из Казахстана преуспели в рамках схожего по структуре учреждения, - говорит главный врач Омского диагностического центра Наталья Орлова. - Нам хочется посмотреть путь становления этих направлений, увидеть, какие ошибки и трудности возникали при их внедрении, чтобы освоить то, что коллегам уже успешно удалось сделать». Генеральный директор Регионального диагностического центра г. Алматы Сауле Нукушева уверена, что богатая история и накопленный опыт станут плодотворной почвой для сотрудничества и развития центров.



НА БАЗЕ ДИАГНОСТИЧЕСКОГО ЦЕНТРА ОТКРЫЛАСЬ СОВРЕМЕННАЯ БАКТЕРИОЛОГИЧЕСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ.

Бактериологическая лаборатория Омского клинического диагностического центра самая современная и масштабная за Уралом. Почетную миссию разрезать красную ленту доверили Губернатору Омской области Александру Буркову. Он лично оценил уровень оснащения лаборатории, познакомился с коллективом и обратил внимание на высокую значимость нового подразделения для омской медицины.



Бактериологическая лаборатория – следующий этап в централизации лабораторных исследований на территории региона. Квалифицированные сотрудники смогут выполнять сложнейшие исследования в максимально короткие сроки. Это существенно повысит уровень оказания помощи пациентам.

«Бактериологическая лаборатория укомплектована современным оборудованием, которое позволяет выполнять сотни тысяч исследований в год. Важна высокая скорость работы, что поможет врачам максимально оперативно подбирать тактику лечения пациентов, причем определять не только вид антибиотика, но и необходимую дозировку. Сочетание скорости и точности в этом вопросе имеет большое значение, – подчеркивает Руководитель региона. – Лаборатория будет загружена с учетом потребностей всех лечебных учреждений города и области. А потребность в этих исследованиях высока, поэтому мы должны обеспечить их качественное выполнение, так как здоровье омичей и жителей Омской области – это самый главный вопрос».

Стартовая мощность составляет 300 тысяч исследований в год, в перспективе эта цифра может быть увеличена в разы, в зависимости от потребностей лечебных учреждений. В пилотный проект вошли четыре крупнейших больницы Омска. До конца года планируется отработать взаимодействие со всеми лечебными учреждениями города и области. При этом лаборатория будет работать в рамках централизации исследований, а это значит, что анализы будут доступны всем жителям региона, включая отдаленные районы.

Главный врач Омского клинического диагностического центра Наталья Орлова поясняет, что открытие бактериологической лаборатории – это следующий этап развития централизации лабораторных исследований на территории Омской области.



«На протяжении 4 лет Диагностический центр успешно работает в этом направлении, и сегодня мы совершили еще один шаг вперед, - рассказывает Наталья Орлова. - Во всём мире антибиотики назначают только после проведения бактериологического исследования. Наша страна не исключение, и Стратегия борьбы с устойчивостью к антибиотикам, разработанная Правительством РФ, соответствует общемировой тенденции. Наша лаборатория готова активно работать с лечебными учреждениями, отлажены этапы забора и транспортировки биоматериала, больницы обеспечиваются специальными транспортными пробирками, проводится обучение медицинского персонала на местах забора биоматериала. У нас представлен широкий спектр исследований, необходимых врачам-клиницистам для успешного лечения пациентов».

Бактериологическая лаборатория КДЦ уникальна во всем: начиная с пробирок, которые начинают работать, едва в них попадет биоматериал, заканчивая автоматическим масс-спектрометром. В последнем содержится всемирная информационная база микроорганизмов.

«После идентификации микроорганизма нам необходимо определить, к каким антибиотикам данный микроорганизм чувствителен, - пояснил заведующий Централизованной лабораторией КДЦ Герман Чекмарев. - Причем мы определяем не только сам антибиотик, но и необходимую концентрацию препарата. При таком персонализированном подходе мы максимально воздействуем на микроб и минимально - на организм в целом. И все это происходит в течение 36-72 часов, вместо прежних 12 дней».

Устойчивость к антибиотикам - явление, когда бактерии меняются настолько, что антибиотики больше не оказывают никакого воздействия на организм людей, которые нуждаются в них для борьбы с инфекцией, и это сейчас одна из серьезнейших угроз для здоровья. Бактериологические исследования помогают определить уровень антибиотикорезистентности у человека и подобрать тот препарат, который действительно будет эффективен в лечении.



БАКТЕРИОЛОГИЧЕСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ.

ДОКАЗАННАЯ СВЯЗЬ

ОДНИМ ИЗ ФАКТОРОВ РИСКА РАЗВИТИЯ ОСТЕОПОРОЗА ЯВЛЯЕТСЯ ДЕФИЦИТ В ОРГАНИЗМЕ ВИТАМИНА Д.



По данным ВОЗ среди неинфекционных заболеваний остеопороз занимает четвертое место. Чаще всего он поражает женщин старшего возраста. При этом длительное время никаких видимых симптомов может не быть.

Заподозрить наличие остеопороза можно при появлении таких симптомов, как уменьшение в росте (более 4 см за жизнь или 2 см за год), нарушения осанки (появление сутулости), переломы при незначительной травме (падении с высоты собственного роста, кашле, чихании). Среди других факторов риска: наличие низкоэнергетических переломов у родственников в возрасте 50 лет и старше, такие сопутствующие заболевания, как ревматоидный артрит, сахарный диабет, прием глюкокортикостероидов. Но определить болезнь способен только опытный специалист на основе специальных инструментальных и лабораторных исследований.

- На сегодняшний день на территории Омской области зарегистрировано несколько тысяч пациентов, страдающих остеопорозом, а невыявленных случаев в десятки раз больше. При этом чаще заболеванию подвержены женщины в постменопаузальном периоде, - рассказала врач-ревматолог, руководитель Центра профилактики и лечения остеопороза Клинического диагностического центра Евгения ДОБРОВОЛЬСКАЯ. - Остеопороз - молчаливая болезнь, которая яркими симптомами, болями не проявляется, пока не случится перелом.

Самыми опасными травмами при таком заболевании являются переломы позвонков и шейки бедра, которые имеют большой процент летальности. При переломах шейки бедра она никогда сама не восстановится вследствие нарушения в ней кровотока. Такие пациенты вынуждены или лежать, или протезироваться.

Но выявить болезнь на ранней стадии и продлить активное долголетие вполне возможно, если соблюдать рекомендации врачей и следить за своим здоровьем. Так, определить уже 2-5% потери массы кости позволяет метод костной денситометрии. При невозможности проведения данной процедуры специалистами Центра профилактики и лечения остеопороза Клинического диагностического центра используется инструмент FRAX®, разработанный Всемирной органи-

зацией здравоохранения для оценки риска переломов у человека в течение ближайших 10 лет. Таким образом принимается решение о необходимости старта антиостеопоротической терапии.

- Также активно центр профилактики и лечения остеопороза сотрудничает с лабораторией - у всех пациентов проводится исследование фосфорно-кальциевого обмена, определение уровня витамина Д в сыворотке крови, дезоксипиридинолина в моче, уровня кальциурии, показателей функции почек, - добавила Евгения ДОБРОВОЛЬСКАЯ.

Доказанными факторами риска остеопороза являются дефицит в продуктах питания кальция и витамина Д, которые тесно взаимосвязаны. При недостаточности витамина Д снижается всасывание кальция в кишечнике и увеличивается его выведение из организма. Кроме того, витамин Д играет важную роль в регуляции обмена кальция и в процессе постоянного обновления кости. В связи с этим в последние годы при лечении остеопороза особое внимание уделяется поддержанию нормального уровня витамина Д в организме.

ЦЕНТР ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ ОСТЕОПОРОЗА КДЦ - ЭТО:

- высококвалифицированные и опытные специалисты;
- использование высокоинформативных средств диагностики с целью выявления заболевания на ранней стадии;
- применение современных методов лечения остеопороза с целью не допустить развития осложнений;
- наблюдение пациентов в динамике;
- доступность медицинской помощи (приём пациентов проводится по ОМС, а также в рамках платных медицинских услуг).

«БОЛЕЗНЬ ТРУДОГОЛИКОВ»



Синдром хронической усталости (еще его называют «синдромом менеджера» или «болезнью трудоголиков») развивается на фоне психофизического перенапряжения, часто связанного с профессиональными перегрузками. Конечно, он бывает не только у офисных работников, слово «менеджер» используется как обобщение для всех активно работающих людей.

Синдром хронической усталости может начаться практически у любого человека в том случае, если он: сильно сконцентрирован на работе, не отдыхает, а всё свободное время и мысли тратит на работу; мало спит; держит эмоции в себе.

У одних синдром может появиться через пару лет работы, у других - через 10 лет, а третьим удастся его избежать. Всё очень индивидуально и зависит от физических и эмоциональных особенностей человека.

Синдром хронической усталости может проявляться следующими симптомами:

- постоянное ощущение усталости;
- частые головные боли;
- нарушение сна;
- проблемы с ЖКТ;
- депрессия, ощущение эмоционального истощения;
- безразличие или, наоборот, повышенная раздражительность;
- негативное отношение к работе: её становится всё труднее выполнять, теряется желание работать и т.д.

К сожалению, такое состояние не только негативно влияет на качество работы человека, но и на его здоровье: понижается иммунитет, ухудшается память, возможно появление неврологических заболеваний и не только. Поэтому очень важно следить за своим режимом работы, а главное – уделять время себе и своим любимым людям: занимайтесь спортом, разделяйте больше времени с близкими, вспомните о любимом хобби, в общем – не забывайте отдыхать!

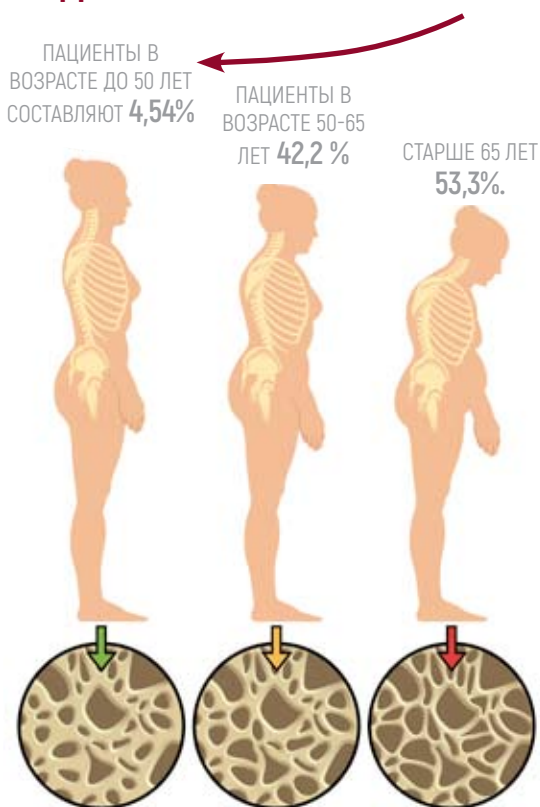
Ну а если синдром хронической усталости всё же на вас напал, мы умеем с ним успешно справляться. Врач-реабилитолог, к.м.н. Татьяна Федорова разрабатывает индивидуальные программы реабилитации, в которые входят разнообразные процедуры, полезные для восстановления здоровья. А атмосфера в стационаре Диагностического центра, на базе которого проводятся программы, помогает восстановить душевный покой и эмоциональное равновесие.

- По данным исследования уровня витамина Д, проведенного в Центре профилактики и лечения остеопороза, только 21 % пациентов, сдававших кровь на витамин Д в 2017 году, имели его нормальный уровень, а у 79 % пациентов отмечается недостаточность или дефицит витамина Д в организме, - рассказывает врач-ревматолог. - Четко прослеживается тенденция к снижению уровня витамина Д с возрастом. Так, у лиц моложе 50 лет отмечался средний уровень витамина Д – 24,69 нг/мл (при норме 30-50), а у лиц старше 80 лет – 20,37 нг/мл.

При этом врачи предупреждают, что самостоятельно не стоит увлекаться препаратами кальция с витамином Д, поскольку у них есть тоже определенные ограничения в приеме, например, наличие мочекаменной болезни. Без знания всех нюансов приема можно получить обратный от ожидаемого эффект.

Для лечения остеопороза в Диагностическом центре используется весь арсенал современных медикаментозных препаратов. При необходимости пациенты госпитализируются в дневной или круглосуточный стационар КДЦ.

СРЕДИ ВСЕХ ПАЦИЕНТОВ С ДИАГНОЗОМ ОСТЕОПОРОЗ



ПОЧЕМУ ФОРМИРУЕТСЯ ДЕФИЦИТ ВИТАМИНА Д В ОРГАНИЗМЕ?

Витамин Д- важный регулятор костного обмена. Он усиливает усвоение кальция в ЖКТ и снижает выделение кальция почками. К сожалению, витамин Д содержится в очень немногих натуральных продуктах.

Решающее влияние на выработку провитамина Д3 в коже оказывает угол отклонения солнца от зенита. Озон в стратосфере эффективно поглощает большую часть UVB лучей. Это объясняет, почему зимнее солнце слабо влияет на выработку витамина Д в коже. У лиц, проживающих севернее 33 градусов, витамин Д в течение зимы фактически не вырабатывается (Омск расположен на 55 градусов северной широты).

ЗА 4 ГОДА РАБОТЫ ПРОВЕДЕНО 1400 КОНСУЛЬТАЦИЙ ПО ОСТЕОПОРОЗУ.

ВЫЕЗДНОЕ ЛЕТО

ДНИ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ ОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Омский диагностический центр активно работает над повышением не только качества, но и доступности медицинской помощи, поэтому выездная работа в районы Омской области – одно из важных направлений деятельности Центра. Это выездное лето получилось довольно насыщенным, бригада специалистов КДЦ в разном составе выезжала в период с марта по сентябрь 19 раз. Наши специалисты посетили Большееуковский, Тюкалинский, Знаменский, Исылкульский, Таврический, Одесский районы Омской области.



Во время всех выездов был организован забор крови для проведения комплекса наиболее востребованных видов лабораторных исследований, включая общий анализ крови, расширенный биохимический анализ крови, гормоны, онкомаркеры. Исследования проводились взрослым и детям. Отмечалось большое количество пациентов пожилого возраста, которым очень сложно и проблематично выехать в ЦРБ и, тем более, в Омск. Результаты анализов жители получали у себя во врачебных амбулаториях. Всего было проведено около 150 тысяч лабораторных исследований.



Во многие выезды отправлялись комплексные бригады, в которые входили наиболее востребованные узкие специалисты, в том числе невролог, эндокринолог, кардиолог, уролог, сердечно-сосудистый хирург, ревматолог, гастроэнтеролог. За весь период проведено порядка 1 тысячи консультаций и около 600 инструментальных исследований (УЗИ, ЭхоКГ).



Врачи и медицинские сестры отмечали, что во всех поселениях жители встречали медиков с большой теплотой и выражали благодарность за то, что приехали к ним, а также за золотые ручки медицинских сестер, которые к каждому пациенту подходят с трепетом и повышенным вниманием, виртуозно и профессионально выполняют необходимые манипуляции. С окончанием летнего сезона наши выезды не заканчиваются, осенью планируются следующие.

