

ГАЗЕТА ТЮМЕНСКОГО КАРДИОЦЕНТРА



# Кардио Версия

№ 59

Декабрь, 2022

Филиал  
Томского НИМЦ РАН  
«Тюменский  
кардиологический  
научный центр»

[cardio-news@mail.ru](mailto:cardio-news@mail.ru)



*С Новым  
годом!*

ЛИДЕР  
ПО КОЛИЧЕСТВУ  
ОТЗЫВОВ ЗА 2022  
ГОД - ЗАВЕДУЮЩАЯ  
ОТДЕЛЕНИЕМ  
АРИТМОЛОГИИ № 2

**НАТАЛЬЯ ЮРЬЕВНА  
ХОРЬКОВА**



## Дорогие друзья!

С детства мы ждем боя курантов с искренней верой в чудо. Пусть и сегодня в вашей жизни найдется место этому волшебному чувству! Пусть радость наполнит ваш дом, а новый, 2023 год исполнит мечты и подарит новые цели, яркие события и интересные проекты!

От всего сердца желаем вам и вашим близким здоровья, успехов в делах и чудесного праздника! С Новым годом!

**От имени коллектива Томского национального исследовательского медицинского центра Российской академии наук, директор Томского НИМЦ, академик РАН  
Вадим Анатольевич Степанов**

## Дорогие друзья!

### Поздравляю с Новым годом и Рождеством!

Новый год – это не просто начало нового календаря. Это новые надежды, успехи, победы. И в новогодние дни сильнее верится в то, что мир должен стать лучше, добрее, что счастье и успех непременно придут в каждый дом и в каждую семью. Пусть всё, что намечено, обязательно осуществится! Пусть грядущий год несет взаимоуважение и понимание. Близкие, родные, друзья всегда будут поддержкой. Пусть в 2023-м происходят только светлые события. Здоровья, любви и счастья!

**С уважением, директор, заслуженный врач РФ  
Марина Игоревна Бессонова**



## Дорогие друзья, уважаемые сотрудники!

Для системы образования нашего региона уходящий год был таким насыщенным, что коротко рассказать обо всех проектах и достижениях невозможно. И это заслуга каждого из вас, уважаемые коллеги, участники образовательных отношений. Благодарю за выдержку, упорство и успехи!

В системе профессионального медицинского образования и научных исследований тоже происходят изменения, делаются новые открытия, разрабатываются научные программы. И очень от радно, что мы, понимая современные тренды, видим востребованность наших ученых и педагогов.

Сложности всегда забываются, остается то, ради чего мы их преодолеваем. Только вместе можем идти к достижению новых целей. Уверена, новый год будет еще более интересным, продуктивным и богатым на хорошие свершения.

Я желаю вдохновения, мудрости, терпения и понимания. И всем нам, дорогие друзья, в новом году желаю меньше тревог и волнений, больше радостных событий, теплых встреч и, самое главное, крепкого здоровья!

**С уважением, директор Департамента образования и науки Тюменской области  
Дина Николаевна Горковец**

## Уважаемые коллеги! Дорогие друзья!

Уходящий год затронул почти все сферы жизни, изменил многие планы, заставил жить в непривычном режиме. Но трудности и тревоги закаляли тюменцев, объединили, дали возможность проявить свои лучшие качества, работать с полной самоотдачей, бережнее относиться друг к другу, ценить взаимовыручку. Уверена, что в наступающем 2023 году мы продолжим двигаться вперед, воплотим в жизнь все планы и идеи, вместе сделаем все, чтобы жизнь в Тюменской области и, в частности, сфера здравоохранения, становилась лучше, качественнее, комфортнее. Искренне благодарю всех за силу духа, равнодушие и целеустремленность. Счастья и здоровья каждой семье, каждому из вас!

**Директор Департамента здравоохранения Тюменской области  
Наталья Валерьевна Логинова**



**В ОКТЯБРЕ И ДЕКАБРЕ НАУЧНАЯ ГРУППА ТЮМЕНСКОГО КАРДИОЦЕНТРА ПРОВЕЛА КОМПЛЕКСНОЕ КАРДИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ ЖИТЕЛЕЙ ЯМАЛА.**

– Цель этих обследований – разработать технологию раннего выявления пациентов с высоким риском хронической сердечной недостаточности среди здоровых лиц и у пациентов с сердечно-сосудистой патологией, работающих вахтовым методом в условиях арктического региона ЯНАО, – рассказала куратор научной группы, кардиолог Елена Самойлова. – В наши задачи входила оценка психологического портрета, проведение лабораторных тестов, ультразвуковых исследований,

ЭКГ, установка суточного монитора, консультации.

За две экспедиционные поездки (в п. Новый порт и п. Каменный) ученые обследовали 510 человек, в том числе и коренное население. Пациенты, которым требовалось более серьезное дообследование, были направлены на плановые госпитализации в Кардиоцентр. Отметим, что тюменские ученые уже более 30 лет исследуют влияние экстремальных климатических и географических факторов на



сердечно-сосудистое здоровье ямальцев. Результаты этих научных работ позволяют разрабатывать программы для предотвращения возникновения и прогрессирования болезней сосудов и сердца в трудоспособном возрасте.

**26 ОКТЯБРЯ НА БАЗЕ ТЮМЕНСКОГО КАРДИОЦЕНТРА ОТКРЫЛСЯ НАУЧНО-МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР «АРИТМОЛОГИЯ». ОН ПОМОЖЕТ ПАЦИЕНТАМ С НАРУШЕНИЯМИ РИТМА СЕРДЦА.**

– Мы освоили основные вмешательства, которые применяются на современном этапе развития аритмологии, – пояснила директор центра «Аритмология», профессор, доктор медицинских



наук Татьяна Гизатулина. – И нужно идти дальше, развиваться, перед нами стоят более сложные задачи, которые

требуют объединения усилий. Открытие научно-медицинского центра означает, что мы хотим оказывать медицинскую помощь пациентам с аритмиями с точки зрения научного подхода, соблюдая традиции академической науки, опираясь на принципы доказательной медицины и применяя самые современные рекомендации и высокие профессиональные стандарты. А также мы должны развивать научные исследования, повысить их актуальность и научную новизну, соответственно, это будут совершенно новые проекты.



**ВРАЧИ КАРДИОЦЕНТРА ПРИМЕНИЛИ НОВУЮ МЕТОДИКУ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ПАЦИЕНТА С ХРОНИЧЕСКОЙ СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ.**

В течение многих лет установленный Михаилу Михееву из Пензы кардиостимулятор не давал нужного эффекта. Но на фоне применения другого метода стимуляции, который использовали наши специалисты, и оптимальной медикаментозной терапии улучшилась фракция выброса (параметр, который отражает эффективность работы сердца), уменьшились камеры сердца, сократился показатель тяжести сердечной недостаточности.

– С 2009 года я вообще не спал на спине, это было невыносимо – задыхался сразу же, – рассказал 61-летний пациент. – В Кардиоцентр в этот раз

попал в тяжелом состоянии. Я переживал, как выдержу, ведь лежать нужно было на спине всю операцию. Но я справился! Всё прошло хорошо, дружно и весело даже, без суматохи. Теперь я нормально дышу, хожу, сплю! Результат прочувствовал, и, надеюсь, так и останется или станет еще лучше. Татьяна Николаевна Енина меня спасает по полной. Спасибо хирургу Григорию Владимировичу Колунину. Они – команда, молодцы, постоянно поддерживали по ходу операции и обследований. А сейчас мне прям бегать хочется!

В нашей стране еще не сталкивались с ситуациями, когда подобная стимуляция проводится пациентам с уже имплантированными устройствами. Обычно такое происходит, если пациент первичный – у него только решается вопрос о необходимости установки аппарата.

Такого положительного эффекта уже в течение недели после операции не ожидали даже сами доктора. Это феноменально быстрая отдача! В ближайшее время появятся еще несколько новых электродов для помощи подобным пациентам. В планах специалистов также провести крупное многоцентровое исследование и зафиксировать полученный результат в научном сообществе.

**2 ДЕКАБРЯ В МОСКВЕ ПРОШЛА ТОРЖЕСТВЕННАЯ ЦЕРЕМОНИЯ ВРУЧЕНИЯ ПРЕМИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КОНКУРСА КОРПОРАТИВНЫХ СМИ «МЕДИАЛИДЕР-2022».**

Всего на конкурс было подано **350 заявок** из разных регионов России, а также из стран ближнего и дальнего зарубежья. Участники оценивались в **19 номинациях**. Команда Тюменского кардиоцентра заняла 3-е место в номинации «Лучший корпоративный календарь», представив проект «Сердечный календарь».



Все новости читайте на сайте [www.infarkta.net](http://www.infarkta.net) и в наших социальных сетях



# ОТЧЕТ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ

В ЭТОМ СПИСКЕ ВЫ НАЙДЕТЕ ВСЁ ХОРОШЕЕ И КРУТОЕ, ЧТО МЫ СДЕЛАЛИ ДЛЯ НАШИХ ПАЦИЕНТОВ ЗА ПРОШЕДШИЙ ГОД! ВСЁ, ЧТОБЫ ВАМ БЫЛО КОМФОРТНЕЕ, БЕЗОПАСНЕЕ И УВЕРЕННЕЕ У НАС ЛЕЧИТЬСЯ.

**В 2022 году мы запустили приложение** Тюменского кардиоцентра для смартфонов, в котором можно записываться на онлайн-приемы и хранить свои медицинские документы

К нашей команде **присоединились новые доктора** – детский кардиолог, липидолог, невролог, эндокринолог, психиатры, геронтолог

**Мы открыли новую операционную** с современным оборудованием для диагностики и лечения атеросклероза и других сердечно-сосудистых заболеваний

**Запустили Telegram-канал и новую группу**

по медицинскому образованию – присоединяйтесь по адресу [@newcardio](https://t.me/newcardio) и [vk.com/educardio](https://vk.com/educardio)

**Внедрили новую методику лечения** пациентов с ишемической болезнью сердца – оценка функциональной значимости стеноза коронарной артерии путём измерения мгновенного безволнового соотношения

**Съездили в три северные экспедиции** –

в Новый Уренгой, п. Новый порт и п. Каменный, где провели комплексное кардиологическое обследование взрослых и детей, с целью разработки программ для ранней диагностики и профилактики сердечно-сосудистых заболеваний

**Поздравили 115 пациентов с днями рождения**, которые им пришлось отметить в стенах Кардиоцентра

Купили **10 видов нового медицинского оборудования**, среди них две современные ультразвуковые машины экспертного класса, холтеровские мониторы, а также система Reds для оценки застоя в легких у пациентов с сердечной недостаточностью

**Сделали лечение** пациентов в Кардиоцентре еще **более комфортным** – от 4 дней

**Отметили День сердца**, раскрашивая большую мандалу в форме сердца, и напомнили о важности работы с эмоциональным состоянием

**Применили одну из передовых методик** по профилактике инсульта и инфаркта – имплантацию окклюдера ушка левого предсердия пациентам с нарушениями ритма сердца. Эта щадящая внутрисосудистая операция позволяет предотвратить одни из грозных осложнений, связанных с фибрилляцией предсердий

**Открыли новый научно-медицинский центр «Аритмология»**, который будет оказывать помощь пациентам с нарушениями ритма сердца с учетом научных исследований

**Начали проводить коронароангиографию** в амбулаторных условиях, без госпитализации

**Успешно провели первые операции** транскатетерного протезирования аортального клапана и эндоваскулярного протезирования брюшного отдела аорты

Получили от вас почти **700 отзывов** о нашей работе!

Ежегодно служба сервиса Кардиоцентра проводит анкетирование и опросы. Пациенты оценивают работу врачей, среднего и младшего персонала.

## ПОЗДРАВЛЯЕМ СОТРУДНИКОВ, КОТОРЫЕ ПОЛУЧИЛИ НАИБОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО ОТЗЫВОВ ЗА 11 МЕСЯЦЕВ 2022 ГОДА:

### Врачи (стационар)



Заведующая отделением аритмологии № 2 **Наталья Хорькова**

Заведующая отделением коронарной недостаточности **Татьяна Горбунова**  
Врач-кардиолог **Эллона Дубровская**

### Врачи (поликлиника)



Доверенный врач-терапевт **Анастасия Шептякова**

Врач-кардиолог **Ирина Григоренко**  
Врач-невролог **Татьяна Антипина**

### Хирурги



Сердечно-сосудистый хирург **Денис Белоногов**

Заведующий отделением рентгенохирургических методов диагностики и лечения № 2 **Григорий Колунин**  
Заведующий отделением аритмологии № 1 **Всеволод Харац**

### Медицинские сестры (стационар)



Медсестра консультативного отделения **Зарема Муртузалиева**

Медицинская сестра консультативного отделения **Севиндж Багышова**  
Медицинская сестра отделения аритмологии № 2 **Татьяна Пшеничникова**

### Сестры-хозяйки



Отделение аритмологии № 2 **Елена Хронцова**

Отделение аритмологии № 1 **Вера Хасанова**

### Буфетчицы



Отделение аритмологии № 1 **Ольга Петрова**

Отделение аритмологии № 1 **Ольга Уварова**  
Отделение аритмологии № 2 **Валентина Барканова**

### Санитарки



Отделение аритмологии № 1 **Ирина Королева**

Отделение аритмологии № 2 **Елена Винец**  
Отделение артериальной гипертензии **Галина Иванова**

### Отделение ультразвуковой диагностики



Заведующий отделением **Дмитрий Криночкин**

Врач ультразвуковой диагностики **Анна Окунева**  
Врач ультразвуковой диагностики **Аркадий Плюсин**

### ЛФК



Врач по лечебной физкультуре **Светлана Быкова**

Инструктор по лечебной физкультуре **Елена Забелина**  
Инструктор по лечебной физкультуре **Лариса Варфоломеева**

### Детское отделение



Заведующая отделением **Татьяна Чернышева**

# С БОЛЬШОЙ БУКВЫ

В конце ноября состоялось торжественное награждение лауреатов премии «Врач с большой буквы». Третий год ее организует «АльфаСтрахование – ОМС» совместно с Департаментом здравоохранения области, награждая врачей разных специальностей. В этот раз за значимый вклад в спасение жизней пациентов с острыми формами ишемической болезни сердца были отмечены кардиологи и кардиохирурги стационаров. В число лауреатов вошла наш врач отделения неотложной кардиологии

## Ирина Викторовна Невидимова.

**ПОБЕДИТЕЛИ ОТБИРАЛИСЬ ЭКСПЕРТНОЙ КОМИССИЕЙ ПО НЕСКОЛЬКИМ КРИТЕРИЯМ, ВКЛЮЧАЯ КОЛИЧЕСТВО СЛУЧАЕВ ОКАЗАНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПАЦИЕНТАМ С СЕРДЕЧНОЙ ПАТОЛОГИЕЙ И СООТВЕТСТВИЕ ЛЕЧЕНИЯ КЛИНИЧЕСКИМ РЕКОМЕНДАЦИЯМ И СТАНДАРТАМ.**

В 2021 году в России около 1 млн человек погибли из-за осложнений болезней системы кровообращения, причем 54,4% из них – это ишемическая болезнь сердца. Почти у половины пациентов с ишемической болезнью сердца первый симптом, по которому они узнают про болезнь, – инфаркт миокарда. Счет при спасении жизней таких пациентов идет даже не на часы – речь буквально о

минутах. Поэтому лауреатами стали кардиохирурги, которые восстанавливают кровоснабжение сердца, лечат последствия ишемии, снижают вероятность осложнений, и кардиологи, отвечающие за наблюдение и медикаментозное лечение пациентов после инфаркта и операций на сердце.

Отметим, что кроме Ирины Викторовны трое из восьми лауреатов премии – это бывшие сотрудники и ученики, начавшие свой профессиональный путь в стенах Тюменского кардиоцентра: Семухин Михаил Витальевич (26 лет работал в Кардиоцентре, из которых 19 – в отделении рентгенохирургических методов диагностики, сейчас – зав. отделением, врач по рентгенэндоваскулярной диагностике и лечению КГ «Мать и дитя»), Струихин Глеб Александрович



(более 5 лет работал в Тюменском кардиоцентре в отделении реанимации, сейчас зав. отделением, кардиолог Тюменской областной клинической больницы № 1), Скворцова Татьяна Александровна (около 8 лет врач – анестезиолог-реаниматолог реанимации Тюменского кардиоцентра, сейчас врач – анестезиолог-реаниматолог Тюменской областной клинической больницы № 1).

Самый главный капитал здравоохранения – это люди с их профессионализмом и опытом. Всего в 2022 году премией «Врач с большой буквы» были отмечены 118 кардиологов и кардиохирургов стационаров из 13 регионов России.



# 2023



## ЯНВАРЬ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
					1	
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## ФЕВРАЛЬ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

## МАРТ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

## АПРЕЛЬ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## МАЙ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## ИЮНЬ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## ИЮЛЬ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## АВГУСТ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

## СЕНТЯБРЬ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## ОКТЯБРЬ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## НОЯБРЬ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## ДЕКАБРЬ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

# СЛОЖНЕЙШИЕ КАРДИОХИРУРГИ- ЧЕСКИЕ ОПЕРАЦИИ ТАВИ УСПЕШНО ВНЕДРЕННЫ В ПРАКТИКУ ТЮМЕНСКОГО КАРДИОЦЕНТРА



В жизни Тюменского кардиологического научного центра была открыта новая страница в высокотехнологичной малотравматичной помощи – ангиохирурги учреждения успешно провели первые операции, которые дают многим пациентам шанс выжить. Причем выполняются они «пункционным методом» – без разрезов и общего наркоза. На новый уровень развития помощи пациентам, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями, позволили выйти транскатетерная имплантация аортального клапана и эндоваскулярное протезирование брюшного отдела аорты.

Появление еще одного центра, способного взять на себя часть таких операций, безусловно важное событие в жизни всего региона, ведь сегодня в нашей стране отмечается выраженный дефицит операций по транскатетерной имплантации аортального клапана.

Стеноз аортального клапана (или сужение отверстия аортального клапана) на начальной стадии заболевания практически не ограничивает жизнь пациента и может протекать бессимптомно. Однако, как только появляются характерные симптомы (одышка при минимальных нагрузках, обморочные состояния, отеки на ногах), прогнозируемая продолжительность жизни таких пациентов сокращается до 3 лет и на 50% повышается риск внезапной сердечной смерти.

Единственным методом лечения стеноза аортального клапана до недавнего времени была открытая операция на сердце – протезирование аортального клапана. В ходе такой операции выполнялся разрез посередине грудной клетки, подключался аппарат искусственного кровообращения, останавливалось сердце и нефункционирующий клапан заменялся протезом.

Несмотря на эффективность такой процедуры, риски и осложнения у пациентов пожилого возраста оставались высокими, поэтому им часто отказывали в проведении операции и назначали только поддерживающую лекарственную терапию. Уже почти 20 лет таким пациентам выполняют транскатетерную имплантацию аортального клапана, которая дает шанс восстановить функцию клапана и вернуть нормальную физическую работоспособность без наркоза, разрезов и длительной реабилитации.

– Мы давно шли к возможности выполнять эти операции именно в Кардиоцентре, где нет большой кардиохирургической поддержки, а используются только малотравматичные методики лечения, – рассказал **врач по рентгенэндоваскулярным методам диагностики и лечения Станислав Сапожников**. – У нас внушительная теоретическая подготовка, многие годы практики в других направлениях, поддержка более опытных кол-

лег в момент операции. Поэтому, несмотря на то, что все пациенты были очень сложные, возрастные, с большим количеством сопутствующих заболеваний, мы шли только к хорошему результату. И получили его!

Операция по эндоваскулярному протезированию брюшного отдела аорты тоже представляет большой интерес. Аневризма брюшного отдела аорты выявляется с помощью обычного скринингового обследования. Около 75% пациентов с аневризмой брюшной аорты составляют курильщики, мужчины старше 65 лет, с артериальной гипертензией. Стандартным методом лечения аневризмы является открытая хирургическая операция. В Тюменском кардиоцентре теперь пациентам предлагается такой прогрессивный малоинвазивный метод эндоваскулярного (внутрисосудистого) протезирования брюшного отдела аорты, который приобретает все большее признание в мире. Это процедура, при которой через небольшие разрезы в паховой области имплантируют стент-графт в пораженный сосуд без большого хирургического доступа, создавая новый канал для тока крови. Отметим, что все операции были выполнены в рамках федерального финансирования.

Наши специалисты планируют продолжать наращивать объем этих операций.

# ПРОФЕССИЯ ДЛЯ ЧУТКИХ И ДОБРЫХ: ПРОЦЕДУРНЫЕ МЕДСЕСТРЫ ЦЕНТРА ДЕЛЯТСЯ СЕКРЕТАМИ СВОЕГО МАСТЕРСТВА



**Каждый человек с самого рождения и на протяжении всей своей жизни приходит в это место – в самый обычный процедурный кабинет, чтобы сдать кровь или поставить укол. Благодаря таланту и опыту медицинских сестер процедура кажется мимолетной. Эти сотрудники не только проводят манипуляцию, но и стараются завоевать расположение пациента, помогают ему довериться им, побороть беспокойство.**

**Внутренний контроль качества Тюменского кардиоцентра регулярно выявляет лучших сотрудников амбулаторной службы по отзывам пациентов. Процедурный кабинет консультативного отделения в этом списке входит в безоговорочные лидеры.**

**Зарема Муртузалиева и Севиндж Багышова собрали больше всего благодарностей! Как им это удалось? Узнали у самих девушек.**

– На День медицинского работника этим летом нам вручили грамоты и подарки как медсестрам, набравшим наибольшее количество благодарностей от пациентов. Это правда было неожиданно. Когда назвали мою фамилию, у меня тряслись ноги и руки, я не могла дойти. Приятно, волнительно, трогательно, что пациенты выделили нас. Награда висит в рамке, мы смотрим на

нее, поднимаем себе настроение. Когда нам рассказывают, что отзыв написали где-то на сайте, мы сидим и гадаем, кто бы это мог быть, – с улыбкой делится Зарема.

– Наш рабочий день начинается с 7 утра, в 7:30 мы уже приглашаем первого пациента. Одновременно приходят те, кто записан на капельницы. К 12 часам забор крови заканчивается, и начинается вторая смена в дневном стационаре. За день бывает от 20 до 60 пациентов. В 16:30 мы завершаем работу, проводим полную обработку кабинета, кварцевание. И так с понедельника по субботу, – делится Севиндж. – Это очень приятно, когда пациент доверяет тебе и приходит на процедуру со спокойной душой. Как бы морально и физически ты ни был истощен, всегда представляешь себя на месте больного, который, скорее всего, напуган или растерян, а ты – его друг в этот момент. Тогда снова начинаешь улыбаться, подбадривать и успокаивать. Это совершенно несложно для нас. Однажды пациент сказал, что мы очень хорошо подготовлены, наверное, на тренинги по общению с пациентами ходим. А мы на самом деле такие! Сейчас мало верят в человеческую доброту, это такая редкость. Поэтому еще больше хочется

работать от души. Любой приходит в медицинское учреждение за помощью. Не имеет значения, какое у нас настроение, нужно сделать свою работу хорошо. Помогает то, что у нас прекрасный коллектив. Полная идиллия. Без такого чуткого контакта и взаимопомощи работа была бы совсем иной.

– Процедурной медсестрой не каждая может быть, – уверена Зарема. – Это очень ответственная работа. Нужен опыт, доброта, интуиция. Мы, например, сразу чувствуем, боится ли человек. Это само собой выходит. Сразу стараешься помочь, подержать за руку, заговорить. Пациенты чувствуют эту поддержку.

– Какого-то особого секрета или формулы нет. Нужно просто любить то, что делаешь. Есть люди, которые говорят, что ходят на работу, как на каторгу. Это очень тяжело. Мы, даже если знаем, что сегодня будет тяжелый пациент, идем и думаем, вот как бы сделать так, чтобы все получилось хорошо, чтобы помочь, – соглашаются медсестры. – Мы никогда без дела не сидим. У нас нет «это не моё». Есть работа, берем и делаем. Это всё общее, всё наше.

А мы считаем, что в этом и есть их уникальное мастерство. Такое может быть только искренне от души, от всего сердца!



**ЗИМА – ВРЕМЯ СЕРЬЕЗНОЙ НАГРУЗКИ НА ОРГАНИЗМ. НАПРИМЕР, БОЛЬШЕ ВСЕГО СТРАДАЮТ ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПУТИ: В ХОЛОДНОМ ВОЗДУХЕ МАЛО ВЛАГИ, ПОЭТОМУ СЛИЗИСТАЯ НОСА БЫСТРО ВЫСЫХАЕТ И СТАНОВИТСЯ ВОСПРИИМЧИВОЙ К ВИРУСАМ И БАКТЕРИЯМ. А ЕЩЕ ЭТО ВРЕМЯ ГОДА ОПАСНО СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ.**

Как обезопасить своё сердце зимой, рассказывает заведующая приемным отделением, кардиолог высшей категории Анастасия Такканд.



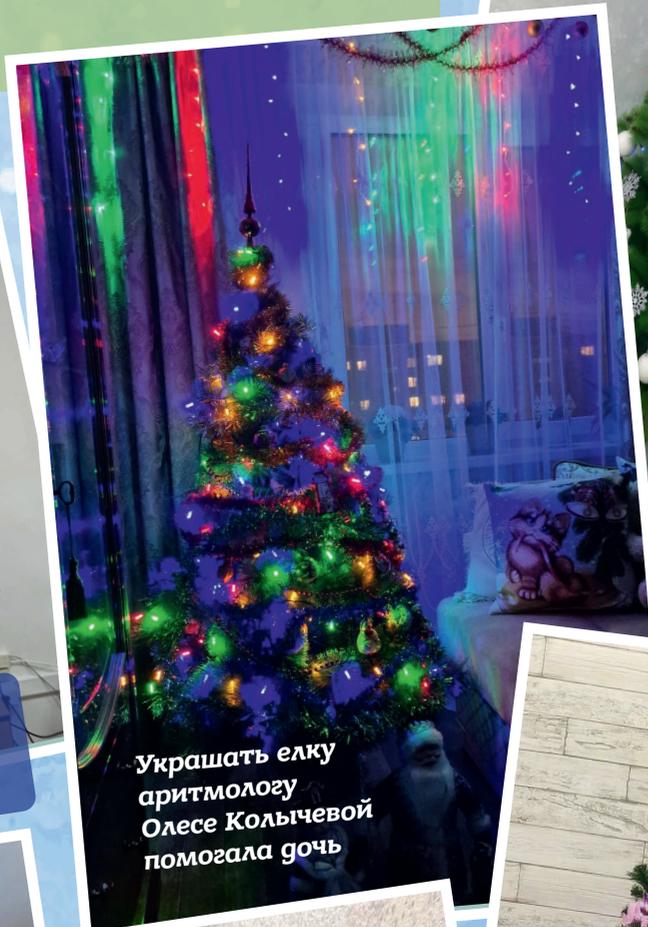
- Начинайте свой день без спешки – сердечно-сосудистая система должна приспособиться к предстоящей нагрузке.
- Выполняйте утреннюю зарядку. Варианты упражнений любой сложности можно найти в интернете или узнать у наших специалистов по лечебной физкультуре.
- Чередуйте физическую работу и отдых.
- Максимально сократите время пребывания на сильном холоде.
- Откажитесь от кофе, крепкого чая и сигарет.
- Следите за питанием. Зимой нам хочется больше есть – организм тратит энергию на поддержание тепла. Следите за рационом. Не забывайте про фрукты, овощи, орехи, цельнозерновой хлеб и хлебцы, крупы. Эти продукты дадут организму больше ресурсов.
- Употребляйте витамин D. Его можно найти в виде таблеток или капсул в большинстве аптек.
- Зимой из-за недостатка солнечного света нарушаются биологические ритмы, снижается серотонин и мелатонин. Поэтому многие страдают от сезонного аффективного расстройства. Чтобы этого избежать, спите не менее 7 часов, занимайтесь физическими упражнениями.

*Помните, что ухудшение общего самочувствия может быть связано не только с наступлением зимы. Любые тревожные симптомы (**нарушения в работе сердца, головные боли, постоянная сонливость и т.д.**) – это повод обратиться к врачу в любое время года!*

**В ПРЕДДВЕРИИ НОВОГО ГОДА  
В КАРДИОЦЕНТРЕ СРЕДИ  
СОТРУДНИКОВ ПРОШЕЛ  
КОНКУРС НОВОГОДНИХ ЕЛОЧЕК.  
ДАВАЙТЕ ВМЕСТЕ ПОСМОТРИМ,  
ЧТО НАМ ОТПРАВИЛИ  
УЧАСТНИКИ.**



Какая еще елка может  
быть у программиста  
Руслана Аптразакова



Украшать елку  
аритмологу  
Олесе Колычевой  
помогала дочь



Бело-зеленая  
красавица медсестры  
Ольги Крашаниной



Елочка с символом года  
от медсестры Натальи  
Кузаковой



Пёс чип фармацевта  
Варвары Палецких решил,  
что главная звезда он,  
а не елка



«Розовая елочка»  
инструктора по лечеб-  
ной физкультуре Ларисы  
Юрьевны Варфоломеевой

Вот такая чудесная елочка у менеджера Юлии Горбуновой



Весь разворот можно было сделать из невероятных новогодних украшений менеджера Светланы Зубовой



Эксклюзивные старинные игрушки кардиолога Марины Каюмовой



Кроме елочки у аритмолога Эллены Дубровской масса красивых праздничных подсвечников



В любимых цветах елочка бухгалтера Светланы Орловой



Пока что самая необычная елка в этом году у администратора Натальи Елгесиной



**ЕЛЕНА  
КАЛЕДА**

ЗАВЕДУЮЩАЯ  
ПИЩЕБЛОКОМ-  
СТОЛОВОЙ

**5 ФАКТОВ  
О МОЕЙ РАБОТЕ**



**ЭТО РУБРИКА, В КОТОРОЙ СОТРУДНИКИ КАРДИОЦЕНТРА ДЕЛЯТСЯ ЛЮБОПЫТНЫМИ ФАКТАМИ О СВОЕЙ РАБОТЕ. СЕКРЕТЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ДЕЛА УЖЕ РАССКАЗЫВАЛА РУКОВОДИТЕЛЬ КОМАНДЫ КОНТАКТ-ЦЕНТРА, А В ЭТОМ НОМЕРЕ МЫ УЗНАЕМ БОЛЬШЕ О РАБОТЕ СТОЛОВОЙ В МЕДИЦИНСКОМ УЧРЕЖДЕНИИ, ВЕДЬ ПИТАНИЕ – ЭТО НЕОТЪЕМЛЕМАЯ ЧАСТЬ ЛЕЧЕБНОГО ПРОЦЕССА!**

## 1-й факт

Производство продуктов питания – трудоемкий и ответственный процесс. Мы строго следим за всей цепочкой, начиная от доставки продуктов и завершая приготовлением и раздачей. Всю продукцию принимаем только с сертификатами качества, следим за сроками хранения. Некоторые поставщики уже знают, что если нам что-то не понравится, то мы можем развернуть целую машину и отправить ее назад.

## 2-й факт

Мы готовим примерно на 200 человек в день для семи разных столов: при сердечно-сосудистых

заболеваниях, при сахарном диабете, заболеваниях почек, желчекаменной болезни, язве и т.д.

Меню разработано так, чтобы быть сбалансированным и полезным – углеводы, белки, жиры, килокалории не превышают норму для каждого пациента. При этом еда не пресная и не пустая! Питание пятиразовое, а у пациентов люксовых палат есть возможность выбора меню.

## 3-й факт

Выдача готовой пищи не допускается без снятия проб заведующей производством, диетсестры, старшей медсестры и дежурного врача в выходные. А еще в нашей столовой есть блюдо-хит – это плов, мы делаем его со всеми специями.

На втором месте – запеченная рыбка и, конечно, котлеты.

## 4-й факт

В столовой дружный коллектив, который знает и любит свое дело. Каждый относится с интересом и трепетом к самому процессу – тушению, обжариванию, пассированию. Это приносит удовольствие от своей работы, а многочисленные отзывы доказывают, что труды наши не остаются незамеченными! Я работаю здесь уже 8 лет. Есть и те, кто трудится еще дольше. Например, Нина Николаевна Абилова, кухонный рабочий, 12 лет в Кардиоцентре. Перевалова Татьяна Геннадьевна – с 2011 года. Кстати, каждый рабочий день поваров начинается с 5 утра и заканчивается в 18. Мы с большим уважением относимся к работе буфетчиц в отделениях. Именно их добрыми и ласковыми руками подаются наши блюда пациентам. А теплая улыбка и пожелание приятного аппетита лечат лучше лекарств.

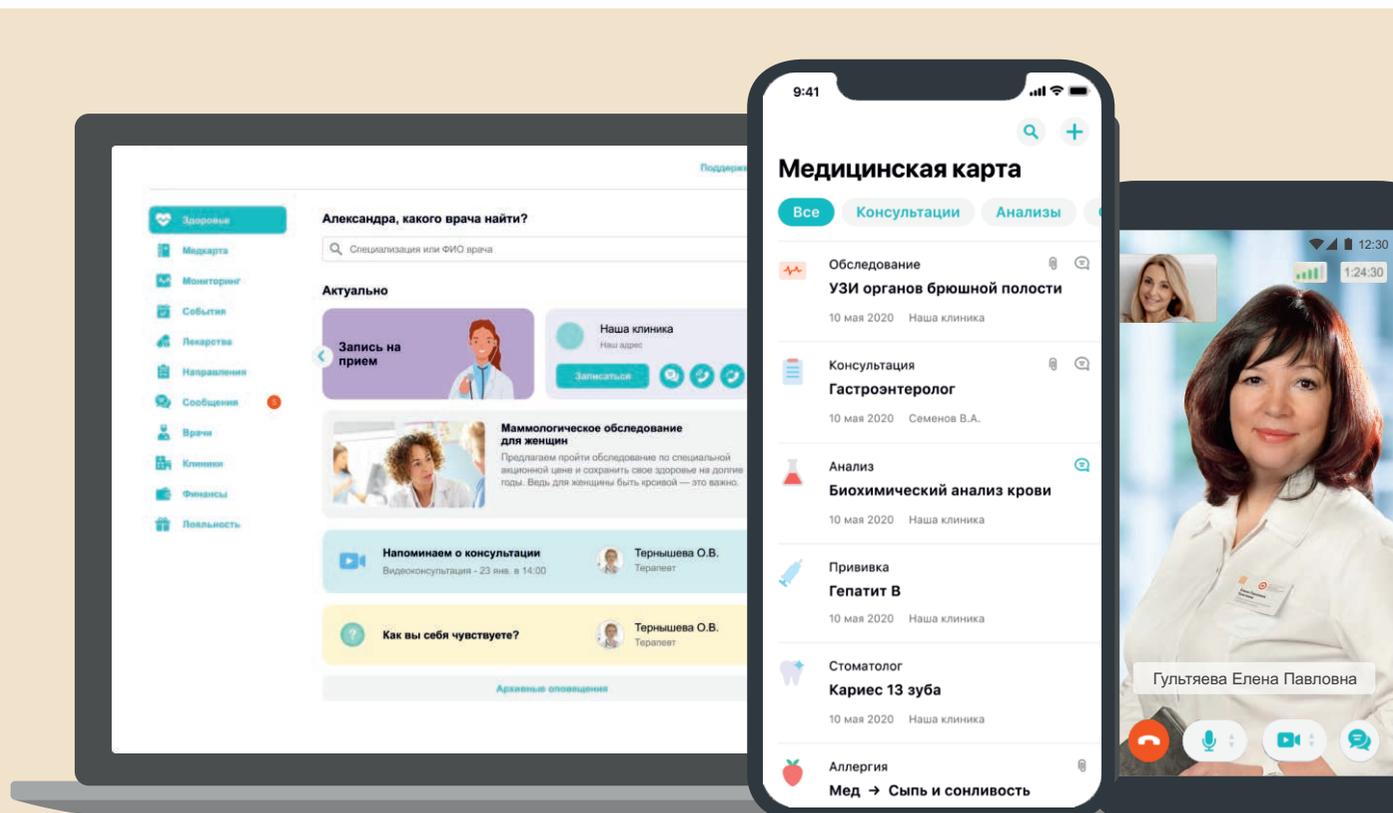
## 5-й факт

За годы моей работы в столовую неоднократно звонили пациенты и сотрудники с просьбой поделиться рецептами наших блюд. До того им нравилось и было вкусно! Это вызывает гордость!

**НАШИ ПАЦИЕНТЫ ВО ВСЕХ ОТЗЫВАХ И АНКЕТАХ ПРОСЯТ СДЕЛАТЬ ПОРЦИИ ПОМЕНЬШЕ. МЫ НЕ ЭКОНОМИМ И ЭТИМ ОТЛИЧАЕМСЯ ОТ ДРУГИХ МЕДУЧРЕЖДЕНИЙ.**



ФИЛИАЛ ТОМСКОГО НИМЦ  
ТЮМЕНСКИЙ  
КАРДИОЛОГИЧЕСКИЙ  
НАУЧНЫЙ ЦЕНТР



# СКАЧАЙТЕ ПРИЛОЖЕНИЕ Тюменского кардиоцентра

и запишитесь  
на онлайн-консультацию

ВСЕГДА НА СВЯЗИ  
СО СВОИМ ЛЕЧАЩИМ  
ВРАЧОМ!

