

ГАЗЕТА ТЮМЕНСКОГО КАРДИОЦЕНТРА

№ 64

Март / 2024

Филиал  
Томского НИМЦ РАН  
«Тюменский  
кардиологический  
научный центр»

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



# Кардио Версия

Весенний выпуск



## ДОРОГИЕ КОЛЛЕГИ И ДРУЗЬЯ! ПРИМИТЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ С ДНЕМ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА!

Желаю, чтобы вас всегда сопровождала удача, любовь и благополучие царили в вашей семье, тепло и уют согревали душу. Пусть любая вершина покоряется вашему мужеству, надежности и упорству. Будьте здоровы! С праздником!

*С уважением, директор Тюменского кардиологического научного центра – Филиала Томского НИМЦ, заслуженный врач РФ  
Марина Игоревна БЕССОНОВА*



## МИЛЫЕ ДАМЫ! ПРИМИТЕ НАШИ ПОЗДРАВЛЕНИЯ С ВЕСЕННИМ ПРАЗДНИКОМ – 8 МАРТА!

Этот день - замечательная возможность выразить наше искреннее восхищение прекрасной половине человечества! Ваша целеустремленность, активность, нестандартные подходы к решению самых сложных вопросов позволяют вам добиваться больших высот. Ваша мягкость, душевное тепло и забота помогают справляться с трудностями и служат нам поддержкой и опорой на протяжении всей жизни. Мы очень вами гордимся, вы – главный источник нашего вдохновения! Пусть весенний праздник будет наполнен улыбками и цветами, самыми добрыми и теплыми пожеланиями! Будьте счастливы, любимы и прекрасны!

*Директор Томского НИМЦ,  
академик РАН Вадим Анатольевич СТЕПАНОВ*



**23-24 МАЯ В ОНЛАЙН-ФОРМАТЕ ПРОЙДЕТ 14-Й МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНГРЕСС «КАРДИОЛОГИЯ НА ПЕРЕКРЕСТКЕ НАУК». ПРИСОЕДИНИТЬСЯ К ТРАНСЛЯЦИИ МОЖНО БУДЕТ НА САЙТЕ ФОРУМА - WWW.CARDIO-CONGRESS.RU.**

В этом году во второй раз пройдет вручение специальной награды для молодых ученых, которые занимаются исследованиями в области сердечно-сосудистого ультразвука. Ее учредили в память о профессоре, заслуженном деятеле науки РФ В.А. Кузнецове, в 2022 году она была

вручена впервые. Участие в научной программе Конгресса-2024 примут эксперты НИИ Томского НИМЦ (НИИ онкологии, НИИ кардиологии, НИИ психического здоровья, НИИ медицинской генетики, НИИ фармакологии и регенеративной медицины им. Е.Д. Гольдберга).

**УКАЗОМ ПРЕЗИДЕНТА ПОЧЕТНОЕ ЗВАНИЕ «ЗАСЛУЖЕННЫЙ ВРАЧ РФ» ЗА ЗАСЛУГИ В ЗДРАВООХРАНЕНИИ И МНОГОЛЕТНЮЮ ДОБРОСОВЕСТНУЮ РАБОТУ ПРИСВОЕНО ЗАВЕДУЮЩЕМУ ОТДЕЛЕНИЕМ РЕНТГЕНХИРУРГИЧЕСКИХ МЕТОДОВ ДИАГНОСТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ № 2, СТАРШЕМУ НАУЧНОМУ СОТРУДНИКУ, К.М.Н., ВРАЧУ - СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОМУ ХИРУРГУ ГРИГОРИЮ ВЛАДИМИРОВИЧУ КОЛУНИНУ.**

Более 22 лет он работает в Кардиоцентре. За время профессиональной деятельности организовал и фактически с нуля вывел на высокий уровень интервенцион-

ную аритмологическую помощь в учреждении. Участвует в научно-просветительской деятельности, выступает с докладами и лекциями для коллег, молодых специалистов,



студентов. Неоднократно проходил стажировки в ведущих центрах России и мира. Опубликовал свыше 90 научных работ.



В рамках премии оценивается большое количество критериев:

**ТЮМЕНСКИЙ КАРДИОЦЕНТР ВОШЕЛ В ЧИСЛО ФИНАЛИСТОВ РЕЙТИНГА РАБОТОДАТЕЛЕЙ, КОТОРЫЙ ЕЖЕГОДНО ПРОВОДИТ ПЛАТФОРМА ОНЛАЙН-РЕКРУТИНГА HH.RU.**

мнение команды о работодателе, профессиональные навыки HR-специалистов, оценка соискателей и др. Достижение финала еще раз подтверждает, что учреждение привлекательно, достойно и проверено. Направления нашей

HR-службы: адаптация работника, обучение и развитие, наставничество, мотивация, вовлеченность и корпоративная культура. Уточнить наши актуальные вакансии можно по эл.почте [kadry@infarkta.net](mailto:kadry@infarkta.net) или по телефону + 7 (3452) 68-59-34.

**В ФЕВРАЛЕ ТЮМЕНСКИЙ КАРДИОЦЕНТР ПРИНЯЛ УЧАСТИЕ В САМОМ МАСШТАБНОМ ЗИМНЕМ СПОРТИВНОМ СОБЫТИИ «ЛЫЖНЯ РОССИИ - 2024»!**

Гонка проходила на стадионе Государственного аграрного университета Северного Зауралья на Рошинском шоссе, где специалисты центра проводили викторину, предлагая всем желающим угадать свое артериальное давление, сделать фотографию с «мягким сердцем Тюмени», выиграть тонометр, палки для скандинавской ходьбы и глюкометр. Лыжную команду Кардиоцентра представили 13 человек.





Руководитель Службы качества  
Тюменского кардиоцентра, к.б.н.,  
биолог Н.Л. Лыцова

– В первую очередь, необходимо отметить: такая сертификация – добровольная. Мы сами решили принять в ней участие! Центр действительно соответствует основным требованиям системы менеджмента качества, и мы подтвердили, что достигли базовых результатов при внедрении новой системы. Внедрение новой системы началось в начале 2021 года с момента создания Службы качества для проведения внутреннего контроля в Кардиоцентре. Так как внутренний контроль – это основной инструмент по обеспечению качества и безопасности медицинской деятельности.

Конечно же, внедрение новой системы – это сложный процесс, который требует затрат времени и ресурсов, в том числе и человеческих, но с другой стороны – это очень интересно, это творческий процесс, это работа команды. Мы сформировали 14 мультидисциплинарных рабочих групп, разработали матрицу ответственности для их усиления, вовлекая в работу весь персонал, так как важно мнение каждого сотрудника, как медицинского, так и немедицинского профиля. Не секрет, что каждый этап оказания медицинской помощи пациентам, каждая манипуляция, каждое вмешательство имеет определенную степень риска, и важно не допустить или минимизировать развитие нежелательных событий, формируя у сотрудников особую культуру безопасности при выполнении своих должностных обязанностей, – отмечает Надежда Леонидовна.

# КАЧЕСТВО И БЕЗОПАСНОСТЬ В КАРДИОЦЕНТРЕ

В конце прошлого года экспертная группа Национального института качества провела оценку системы внедрения внутреннего контроля качества и безопасности медицинской деятельности по 14 направлениям практических рекомендаций Росздравнадзора для нашего стационара. Кардиоцентр проверку прошел и стал первым учреждением из шести научно-исследовательских институтов Томского национального исследовательского медицинского центра, подтвердившим уровень качества и безопасности медицинской деятельности официальным сертификатом!

Мы поговорили с руководителем проекта Надеждой Лыцовой о том, как проходила подготовка к внешнему аудиту, экспертная оценка и что означает получение сертификата для Кардиоцентра, его сотрудников и пациентов.

**«ОСНОВА СЕРТИФИКАЦИИ – ЭТО ОЦЕНКА РИСКОВ И ОТКРЫТОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ, СТАНДАРТИЗАЦИЯ И НЕПРЕРЫВНОЕ УЛУЧШЕНИЕ РАБОЧИХ ПРОЦЕССОВ, ВОВЛЕЧЕНИЕ ПЕРСОНАЛА И ОРИЕНТАЦИЯ НА ПАЦИЕНТА».**

– Кстати, гарантом объективности аудитов и эффективности разработанных мер служит участие в процессе внедрения новой системы внешних экспертов. Сама система была разработана Росздравнадзором с учетом международных стандартов. Анализ организации и проведения внутреннего контроля в стационаре проводится по 14 направлениям (управление качеством и безопасностью медицинской деятельности, управление персоналом, идентификация личности пациента, эпидемиологическая безопасность и профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи, лекарственная безопасность и фармаконадзор, безопасное обращение с медицинскими изделиями, экстренная и неотложная помощь, преемственность оказания медицинской помощи, хирургическая безопасность, трансфузиологическая безопасность, безопасность среды, уход за пациентами, оказание медицинской

помощи на основании доказательной медицины, пациентоцентричность).

Важно понимать, что все аудиты в большей степени несут обучающий характер, и нам это необходимо, чтобы убедиться, что мероприятия по внутреннему контролю у нас проводятся, и проводятся правильно. В еженедельном формате мы с рабочими группами обсуждаем порядки, алгоритмы действий, инструкции, чек-листы наших рабочих процессов, затем адаптируем их на рабочих местах и совершенствуем в дальнейшем. Любой разработанный стандарт помогает нам своевременно провести обучение, проконтролировать правильность его исполнения и – как результат нашей совместной работы – сделать рабочие процессы более эффективными. И когда ты наблюдаешь готовность документов с перехода из красной зоны в желтую, а потом в зеленую и понимаешь, что документ работает – то это многого стоит!

По результатам внедрения проекта важно проводить мониторинг количественных индикаторов. Наши статистические данные накапливаются и обобщаются, но можно с уверенностью сказать, что реализация плана мероприятий по внедрению новой системы имеет положительную динамику, и это наша мотивация по совершенствованию рабочих процессов, чтобы поддерживать достойный уровень знаний умений сотрудников на благо здоровья наших пациентов.

## УЧЕБНЫЙ ОТДЕЛ КАРДИОЦЕНТРА:

7 ЛЕТ УСПЕШНОЙ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
РАБОТЫ!

**В 2017 ГОДУ В ТЮМЕНСКОМ КАРДИОЦЕНТРЕ БЫЛ ОФИЦИАЛЬНО ОБРАЗОВАН УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ОТДЕЛ. СЕГОДНЯ ОН КОНТРОЛИРУЕТ ПРАКТИЧЕСКИ ВЕСЬ УЧЕБНЫЙ ПРОЦЕСС УЧРЕЖДЕНИЯ - А ЭТО НЕ ТОЛЬКО РАБОТА С ОРДИНАТОРАМИ, АСПИРАНТАМИ, ПРЕПОДАВАТЕЛЯМИ, НО И ПРОВЕДЕНИЕ СТАЖИРОВКИ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ, ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПЕРЕПОДГОТОВКА, КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ, НЕПРЕРЫВНОЕ МЕДИЦИНСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ СОТРУДНИКОВ.**



Семь лет в цифрах – это более 1000 обученных медицинских работников по всей РФ, более 30 уникальных программ повышения квалификации, более 20 выпускников – ординаторов и аспирантов, многие из которых сейчас успешно возглавляют ведущие медицинские службы в Тюмени и в других городах.

Штат нашего профессорско-преподавательского состава – это наши врачи, которые являются еще и профессорами и доцентами учебно-методического отдела и, кроме клинической и научной работы, передают свой опыт коллегам. Центр стал не только лечебным и научным учреждением, но и образовательным, стал школой подготовки и воспитания нового поколения докторов.

За эти годы отдел очень вырос: чтобы соответствовать высоким требованиям в образовательном процессе российского здравоохранения, расширилась материально-техническая база, повысился уровень преподавания, появились новые возможности обучения, в том числе дистанционные.

*– За последний год у нас было много нового. Мы расширяем программы, сообщество профессионалов, средства обучения, поддерживаем сотрудничество с Тюменским ГМУ и в научной работе, и в преподавательской. Наши ученики участвуют в конкурсах и сами выступают с докладами на крупных конференциях. В планах двигаться вперед к новым победам, ведь в глобальном плане Кардиоцентр обеспечивает успешную подготовку специалистов с междисциплинарными компетенциями для решения проблем современной медицинской науки, помогает доступно и качественно развиваться не только на благо региона, но и страны, – отметила руководитель учебного отдела Марина Владимировна Мунтян.*



Официально Тюменский кардиоцентр еще и учебное заведение. Здесь есть разные направления подготовки, разные специальности, применяются современные образо-



*Руководитель учебного отдела М. Мунтян и специалист отдела Т. Гостева*

вательные технологии и оборудование, расширяются базы клинической практики и спектр научных интересов наших молодых исследователей. Центр всегда открыт для нововведений, что, несомненно, притягивает талантливую, инициативную и целеустремленную молодежь. Во многом это является большой заслугой блестящего профессорско-преподавательского состава – выдающихся педагогов и опытных наставников, людей, искренне любящих свою работу.

В июле 2024 года начнется ежегодная приемная кампания в ординатуру по кардиологии. Вся команда учреждения, конечно, ждет новых даровитых студентов, с которыми обязательно покорит любые вершины!

**Планируете обучение в ординатуре? Повышение квалификации или переподготовку?**

Вся информация о медицинском образовании:

+ 7 (3452) 68-77-19, доб. 1137, 1918  
+ 7 (904) 495-98-08 (Viber)

[education@infarkta.net](mailto:education@infarkta.net)  
[vk.com/educardio](https://vk.com/educardio)

# ПРЕМИЮ ИМ. М.В. ЛУЗИНОЙ ВРУЧИЛИ ЛУЧШЕМУ КАРДИОЛОГУ И ЛУЧШЕЙ МЕДИЦИНСКОЙ СЕСТРЕ ТЮМЕНСКОГО КАРДИОЦЕНТРА

РАЗ В ДВА ГОДА В ЧЕСТЬ ПАМЯТИ ОБ УНИКАЛЬНОМ ДОКТОРЕ, БЕССМЕННОМ РУКОВОДИТЕЛЕ ОТДЕЛЕНИЯ НЕОТЛОЖНОЙ КАРДИОЛОГИИ, ОДНОМ ИЗ АВТОРИТЕТНЕЙШИХ ВРАЧЕЙ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ – МАИНЕ ВАСИЛЬЕВНЕ ЛУЗИНОЙ (КОТОРОЙ НЕ СТАЛО В 2021 ГОДУ) – БЫЛА УЧРЕЖДЕНА ИМЕННАЯ ПРЕМИЯ. КОЛЛЕГИ ПРЕДЛОЖИЛИ ВРУЧАТЬ НАГРАДУ ЛУЧШИМ КАРДИОЛОГУ И МЕДИЦИНСКОЙ СЕСТРЕ УЧРЕЖДЕНИЯ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ГОЛОСОВАНИЯ ЖЮРИ И КРИТЕРИЯМ ОТБОРА. В 2023 ГОДУ ПРЕМИЯ ПРОШЛА ВО ВТОРОЙ РАЗ. **ПОБЕДИТЕЛЯМИ СТАЛИ ЗАВЕДУЮЩАЯ ОТДЕЛЕНИЕМ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИИ ИННА ЖЕВАГИНА И МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА КОНСУЛЬТАТИВНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ЗАРЕМА МУРТУЗАЛИЕВА.**



Маина Васильевна Лузина, в честь которой учреждена премия

– Эта награда имеет для меня особое значение и ценность, – отметила Инна Анатольевна. – Я с большим трепетом и благодарностью к ней отношусь, потому что Маина Васильевна была моим первым учителем. Еще со времен ординатуры именно под ее руководством я делала первые шаги в профессии. Она



Победители получают именную стелу и денежный приз

была совершенно необыкновенным человеком, профессионалом своего дела, легендой и при этом всегда оставалась чуткой и доброй. Меня номинировали коллеги, я сама не очень люблю участвовать в соревновательных мероприятиях и свою кандидатуру даже не рассматривала. Для меня «лучший кардиолог» – это тот, кто обладает сердечностью, кто думает о пациенте и его болезни не как об очередном случае, например, повышенного давления, а погружается в каждый конкретный случай и относится к любому так, как хотел бы, чтобы относились к



Во время торжественной планерки поздравляли не только победителей, но и всех номинантов

нему. Человечность, сострадание, доброта – это не менее важно, чем профессионализм и опыт. А когда есть контакт, когда вы с пациентом видите результаты своих усилий и стараний – это самая главная мотивация работать дальше и быть еще лучше! Отмечу, что ничего никогда не получится без команды, где один за всех и все за одного. У нас в отделении именно такой коллектив!



И.А. Жевагина

#### СПРАВКА:

За более чем 20 лет работы в Тюменском кардиоцентре Инна Анатольевна показала себя грамотным, практически и теоретически подготовленным специалистом. Имеет высшую категорию по специальности «Кардиология» и звание «Кандидат медицинских наук». Использует при лечении и обследовании пациентов актуальные рекомендации и современные достижения медицины, проводит санитарно-просветительную работу с населением через средства массовой информации и социальные медиа. Осуществляет работу как наставник и учитель: чутко взаимодействует с ординаторами, доброжелательно и профессионально помогает молодым коллегам, щедро делится своими знаниями и опытом.

Жевагина Инна Анатольевна делает гораздо больше, чем просто лечит – она находит уникальный, индивидуальный подход к каждому, тактичная и чуткая, особенно при работе с возрастными пациентами. Сколько спасенных жизней за ее плечами – не счесть! Многие стремятся попасть на лечение именно к И.А. Жевагиной, ценя в ней высокие профессиональные и человеческие качества. Для Инны Анатольевны

всегда важно стремиться к качеству в работе, учиться, идти в ногу со временем, беззаветно трудиться на благо здоровья пациентов. И.А. Жевагину можно по праву назвать авторитетным кардиологом Тюменской области.

– Я не была лично знакома с Маиной Васильевной, но много слышала о ней от коллег, видела биографический фильм, читала отзывы, – поделилась впечатлениями после победы Зарема Джамалутдиновна. – Зная все это, поняла для себя миссию премии так – сформировать у сотрудников стремление к правильным профессиональным и человеческим отношениям, к равнодушному и беззаветному служению пациентам. Для меня это знаковая награда! Значит, я все делаю правильно! Я рада, что в Кардиоцентре ценят старания и поддерживают. Считаю, что здесь каждую медсестру можно назвать лучшей! Номинантам премии в следующем году хочу пожелать удачи. У всех есть шанс, даже если вы в него не верите. Сейчас статуэтка стоит у меня дома в комнате и напоминает, что я сделала правильный выбор, связав свою судьбу с медициной.

#### СПРАВКА:

Зарема Джамалутдиновна более 7 лет работает в процедурном кабинете консультативного отделения центра. Действительно грамотный и знающий свое дело специалист! З.Д. Муртузалиева – ответственная, грамотная, исполнительная, аккуратная в работе, чуткая и внимательная к пациентам и коллегам, владеет высокими профессиональными умениями! Активно осваивает в своей работе новые методики,



З.Д. Муртузалиева

лекарственные препараты, дезинфицирующие средства – что колоссально важно для работы в процедурном кабинете. Идеально владеет всеми видами инъекций: инвазивные манипуляции, подкожные, внутримышечные, внутривенные, внутривенно-капельные инъекции и т.п. Благодаря ее усилиям процедурный кабинет отделения имеет самые высокие показатели по санэпидрежиму – не зарегистрировано ни одного случая внутрибольничной инфекции. В 2022 году подтвердила высшую квалификационную категорию по специальности «Сестринское дело».

На протяжении многих лет Зарема – лидер среди медицинских сестер по количеству отзывов от пациентов. В них ее хвалят за доброжелательность, корректность, отзывчивость, доброту! И коллеги, которые не раз обращались к ней за помощью, полностью с этим согласны!

## КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПРЕМИИ ИМЕНИ М.В. ЛУЗИНОЙ:

- номинанты должны проработать в Тюменском кардиоцентре не менее 5 лет;
- номинанты должны быть лидерами по количеству отзывов от пациентов, собранных службой сервиса центра;
- номинанты должны иметь положительные отзывы от коллег;
- номинанты должны выполнить установленную рабочую нагрузку;
- номинанты не должны иметь жалоб от пациентов за текущий год;
- номинанты также оцениваются по следующим пунктам: корпоративная отзывчивость, забота, честность, принципиальность, уважение и любовь к коллегам, к пациентам, к профессии, новаторство, наставничество, авторитет в коллективе, наличие наград и званий, общественная работа.

2024-Й ОБЪЯВЛЕН В РОССИИ ГОДОМ СЕМЬИ, ПОЭТОМУ ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ СЕЙЧАС УДЕЛЕНО СОХРАНЕНИЮ СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЕЙ – ЛЮБВИ, ВЕРНОСТИ, УВАЖЕНИЯ, ВЗАИМОПОНИМАНИЯ И ПОДДЕРЖКИ. В ЭТОМ НОМЕРЕ МЫ РЕШИЛИ ПОКАЗАТЬ БОЛЬШИЕ, КРЕПКИЕ И СЧАСТЛИВЫЕ СЕМЬИ НАШИХ СОТРУДНИКОВ.



**Семья Антипиных:** мама (невролог) Татьяна, папа Андрей, дети – Денис, Максим и Роман



**Семья Кармацких:** мама (медицинская сестра) Наталья, папа Александр, дети – Софья, Дарья, Глеб



**Семья Бураковых:** мама (кардиолог) Валерия, папа Николай, дети – Виктория, Владислав, Александр, и собака Тори

**Семья Кузьминых:** мама (делопроизводитель) Любовь, дети – Татьяна, Иван и Анастасия



**Семья Павловых:** мама (медсестра) Людмила, папа Кирилл, дети – Вадим, Ярослав, Илья, Костя, Андрей



**Семья Чахчаховых:** мама (кардиолог) Татьяна, папа Янис, дети – Ахиллес, Мария и Анна



**Семья Сапожниковых:** папа (ангиохирург) Станислав, мама Татьяна, дети – Всеволод, Святослав и Оливия



**Семья Маркиных:** мама (эндокринолог) Мария, папа Егор, дети – София, Лиза, Рита, близнецы Святослав и Савелий и их дедушка Митрофан Митрофанович

**Семья Болбуковых:** мама (кардиолог) Екатерина, папа Павел, дети – Эвелина, Илона, Маргарита



**ПРОФЕССОР РАН АЛЕНА ЧЕРНЫШОВА:**

# «ВОЗМОЖНОСТЬ ДАТЬ НОВУЮ ЖИЗНЬ - САМОЕ ЦЕННОЕ! И МЫ ПОМОГАЕМ НАШИМ ПАЦИЕНТКАМ ЕЕ СОХРАНИТЬ»



*Кадр из операционной*

Раньше органосохраняющее лечение у больных раком шейки матки на второй стадии не проводилось в принципе, но томские онкологи запатентовали оригинальную многокомпонентную методику комбинированного лечения. Это изобретение вошло в число лучших в стране, победив в номинации «Лучшая технологическая разработка женщины-изобретателя» Премии Всероссийского общества изобретателей и рационализаторов. Автор – главный научный сотрудник отделения гинекологии НИИ онкологии Томского НИМЦ, д-р мед. наук, профессор РАН Алена Чернышова.

– Нами был разработан принципиально новый способ комбинированного органосохраняющего лечения у больных инвазивным раком шейки матки II стадии, благодаря которому пациентки получают возможность не только излечиться от онкологического заболевания, но и сохранить менструальную и репродуктивную функции, в результате чего молодые женщины могут выносить и родить ребенка после проведенного ле-

**ЕЖЕГОДНО 4 ФЕВРАЛЯ ОТМЕЧАЮТСЯ ДЕНЬ ОНКОЛОГА И МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С РАКОМ. МЫ ПОПРОСИЛИ НАШИХ КОЛЛЕГ ИЗ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОГО ИНСТИТУТА ОНКОЛОГИИ ТОМСКОГО НИМЦ (ФИЛИАЛОМ КОТОРОГО ЯВЛЯЕТСЯ И ТЮМЕНСКИЙ КАРДИОЦЕНТР) ПОДЕЛИТЬСЯ С ЧИТАТЕЛЯМИ «КАРДИОВЕРСИИ» СВОИМИ УНИКАЛЬНЫМИ ДОСТИЖЕНИЯМИ.**

чения, – рассказала Алена Леонидовна. Эта методика коллективный труд всей нашей команды во главе с руководителем проф. Коломиец Л.А.

Лечение включает назначение пациенткам гормональной терапии до операции с целью сохранения функции яичников. Второй ключевой момент – проведение транспозиции матки в брюшную полость; фактически, специалисты убирают орган из поля облучения. Затем проводится облучение всей зоны риска развития лимфогенных метастазов, с сохранением работы репродуктивной системы, и формирование запирающего аппарата матки при помощи имплантата из никелида титана.

Кроме лучевой терапии, непосредственно во время операции проводится определение сторожевых лимфоузлов, позволяющее улучшить диагностику метастазов, и экспресс-морфологическое исследование для контроля линии резекции: чтобы убедиться, что опухолевых клеток не осталось в организме пациентки.

– Это исследование проводится нашими высококвалифицированными специалистами-патоморфологами за 20-30 минут, после чего мы принимаем решение о необходимости

расширения объема оперативного лечения в том случае, если обнаруживаются опухолевые клетки, – комментирует доктор.

Каждый из компонентов запатентованной методики уникален. Так, двухэтапная операция – радикальная трахелэктомия с транспозицией матки – была проведена в стенах НИИ онкологии Томского НИМЦ впервые в России в 2020 году: томичи переняли опыт коллег из Бразилии. На сегодняшний день в НИИ онкологии таких операций проведено уже 12, две женщины сейчас проходят цикл ЭКО, готовясь к материнству.

Совершенно уникален и сетчатый имплантат, который заменяет пациенткам функции запирающего аппарата матки: изделие из сверхэластичных тонких никелидтитановых нитей диаметром 60-40 мкм производится на базе лаборатории имплантов и медицинских материалов с памятью формы Томского государственного университета.

С применением имплантата томские специалисты провели 116 органосохраняющих операций, после которых женщины смогли стать мамами: рождено уже 25 здоровых детей.

– Возможность дать новую жизнь – наверное,

самое ценное, что есть у нас, и мы помогаем нашим пациенткам сохранить этот дар, – говорит Алена Чернышова. – На наш взгляд, к 2035 году в хирургическом арсенале практикующих онкогинекологов и акушеров-гинекологов появится множество новых методик органосохраняющего лечения не только для рака шейки матки, но и для других локализаций! А это значит, что самые современные технологии помогут женщинам, которые столкнулись с серьезным заболеванием, не только спасти свою жизнь, но и подарить новую, и не одну.



*С применением имплантата томские специалисты провели 116 органосохраняющих операций, после которых женщины смогли стать мамами: рождено уже 25 здоровых детей.*

# «ПЕРЕЗАГРУЗКА ЗА ЧАС»:

## ТЮМЕНСКИЙ КАРДИОЦЕНТР ПРЕДЛАГАЕТ ПОВЫСИТЬ СВОЮ ЭФФЕКТИВНОСТЬ, ВЕРНУТЬСЯ В ТОНУС И СНЯТЬ УСТАЛОСТЬ БЕЗ ОТРЫВА ОТ РАБОТЫ

Комплекс процедур занимает всего 45 минут. Первая встреча с доктором необходима для оценки противопоказаний к лечению, вторая – для контроля эффективности и разработки стратегии по сохранению полученной пользы.



**ВО ВРЕМЯ ОБЕДА ИЛИ ПОСЛЕ НАСЫЩЕННОГО СОБЫТИЯМИ РАБОЧЕГО ДНЯ ОРГАНИЗМУ ТРЕБУЕТСЯ «ПЕРЕЗАГРУЗКА» - ВОЗМОЖНОСТЬ ВОССТАНОВИТЬ ЗАТРАЧЕННЫЕ РЕСУРСЫ. ИМЕННО ОБ ЭТОМ ПОДУМАЛИ СПЕЦИАЛИСТЫ КАРДИОЦЕНТРА И СОБРАЛИ УДОБНУЮ ПРОГРАММУ ПРОЦЕДУР, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ПОСЛЕДСТВИЙ ХРОНИЧЕСКОГО СТРЕССА И УСПЕШНО ПРОТИВОСТОЯТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ ВЫГОРАНИЮ, СЛАБОСТИ, НАПРЯЖЕНИЮ В ШЕЙНОЙ И ПЛЕЧЕВОЙ ЗОНЕ.**



### В КОМПЛЕКСЕ МЫ ИСПОЛЬЗУЕМ:

- **4 процедуры дарсонвализации** для снятия напряжения, улучшения тонуса сосудов и кровообращения. Благодаря улучшению микроциркуляции обеспечивается насыщение клеток кислородом.
- **6 процедур вибрационного воздействия.** Расслабляет весь организм, снимает напряжение и усталость в мышцах.
- **6 процедур иглорефлексотерапии.** Это эффективный способ устранения боли в области шеи.
- **10 процедур инъекционной терапии.** Одна из самых быстрых и эффективных процедур, способных улучшить самочувствие! Раствор или комплекс растворов подбирается индивидуально, исходя из состояния пациента, его желаний, медицинских показаний препаратов и их сочетаемости.

Если вы постоянно чувствуете усталость, испытываете стресс и безразличие к работе, которая



раньше вас вдохновляла – возможно, пришла пора прислушаться к своему организму и сигналам о переутомлении!

Помогите своему организму, и он ответит большей работоспособностью и устойчивостью к нагрузкам и заболеваниям.

+ 7 (3452) 68-14-14

[www.infarkta.net](http://www.infarkta.net)

# ВЕСЕННЕЕ НАСТРОЕНИЕ

«ЛЮДИ УСТАЛИ ОТ ХОЛОДА,  
СЕРОСТИ И ОДНООБРАЗИЯ, А ВЕСНА -  
ОТЛИЧНОЕ ВРЕМЯ ДЛЯ СЪЕМОК», -  
ПОДУМАЛИ МЫ И УСТРОИЛИ  
НАШИМ СОТРУДНИКАМ ЯРКУЮ  
ФОТОСЕССИЮ!



Инженер отдела  
информационной безопасности  
Антон Дерендяев

Кладовщик Александра  
Насекина



Специалист отдела кадров  
Евгений Цаплин



Заведующий отделением  
аритмологии № 1  
Всеволод Харац



Инженер  
по обслуживанию  
и ремонту  
медоборудования  
Александра Попова



Специалист  
по закупкам Юлия Гур



Врач  
по рентгенэндоваскулярным  
методам диагностики  
и лечения Артем Шадрин



Старшая медсестра  
консультативного отделения  
Елена Хитрова



Врач-невролог  
Марсель  
Ахметьянов



Заведующая отделением  
неотложной кардиологии  
Алина Теплоухова



Врач ультразвуковой  
диагностики высшей категории  
Марина Рожкова



Операционная  
медицинская сестра  
высшей категории  
Олеся Павлова



Младший научный  
сотрудник, лаборант-  
исследователь  
Антон Новоселов



# ВНИМАНИЕ: ВЕСЕННЕЕ ОБОСТРЕНИЕ!

Наш эксперт – врач-психиатр, психотерапевт **Роза Мусаллимовна Надирова** – рассказала, существует ли связь между изменением психического состояния и временем года.

– В современной психиатрии существует такое понятие, как «сезонное аффективное расстройство» (САР). Оно характеризуется повторяющимися депрессивными симптомами, которые возникают в определенное время года, с полной ремиссией в другое время года, – поясняет доктор Надирова.

## РАЗЛИЧАЮТ ДВА ПОДТИПА САР:

- «Зимняя депрессия». Начинается осенью и проходит в период весны и лета. Для нее, помимо типичных симптомов депрессии, характерны повышенная сонливость, повышенный аппетит и увеличение веса.
- «Летняя депрессия». Начинается весной или летом, а заканчивается осенью или зимой. Снижению настроения, потере привычных интересов во время эпизодов «летней» депрессии сопутствуют бессонница, снижение аппетита и похудение.

## ВОЗМОЖНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ СЕЗОННОГО АФФЕКТИВНОГО РАССТРОЙСТВА, ПО МНЕНИЮ УЧЕНЫХ:

- семейный анамнез,
- женский пол,
- жизнь в северных широтах,
- возраст (от 18 до 30 лет).

– Терапия сезонных расстройств настроения включает в себя светотерапию, медикаментозное лечение и психотерапию. Если вы заподозрили у себя симптомы САР, следует обратиться за помощью к психотерапевту, психиатру для уточнения состояния и подбора терапии. Однако даже у человека, не имеющего психического диагноза, в зависимости от сезона может меняться самочувствие! Так, зимний период связан с увеличением продолжительности темного времени суток, увеличением выработки мелато-



нина (гормона, отвечающего за цикл «сон-бодрствование» в организме) и дисрегуляцией выработки серотонина (химического вещества, влияющего на настроение). Нам становится сложнее просыпаться по утрам, ходить на работу, придерживаться активного образа жизни. Мы можем быстрее уставать, больше грустить, ощущать сонливость и тягу к сладкому. Изменения в образе жизни и питании могут вызывать недостаток витаминов, прибавку веса, обострение болезней тела. Все эти процессы могут приводить к естественному состоянию, называемому «хандрой», – делится Роза Мусаллимовна.

## ЛЕГЧЕ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ТАКИМ ПЕРИОДАМ ПОМОГУТ:

1. Здоровый сон (старайтесь спать достаточное количество часов, вставать и ложиться в одно и то же время, не залеживать в кровати; для более легкого пробуждения можно использовать световые будильники с имитацией рассвета).
2. Прогулки на свежем воздухе в дневное время суток (для увеличения воздействия естественного света).
3. Физическая активность (выбирайте тот вид деятельности, который вам нравится, будет достаточно и 30 минут).
4. Свежие овощи и фрукты в рационе (возможен дополнительный прием витаминов при установленных дефицитах).
5. Занятие тем, что приносит вам удовольствие (встречи с близкими, чтение книг, просмотр фильмов и многое другое).
6. Техники расслабления и медитации могут помочь в снижении уровня стресса.

**Старайтесь не перегружать себя работой, проявлять заботу о себе, находить время на отдых и восстановление, даже если для этого требуется больше времени, чем обычно. Будьте здоровы!**