



АВГУСТ | 2019

СПЕЦВЫПУСК



МЕДИЦЕЯ

В СПЕКТРЕ ЭНЕРГИЙ ЗДОРОВЬЯ

ВЕСТНИК
МНОГОПРОФИЛЬНОГО
МЕДИЦИНСКОГО ЦЕНТРА



**ОТДЕЛЕНИЕ ТРАВМАТОЛОГИИ
И ОРТОПЕДИИ КЛИНИКИ
«МЕДИЦЕЯ»**

СИМПТОМЫ - НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ?

- Боль в колене при подъеме и спуске
- Внезапно возникающая боль во время ходьбы и подъема тяжестей
- Нестабильность сустава при нагрузке
- «Тугоподвижность» сустава
- Ноющая боль
- Посттравматическая боль
- Хруст в суставе при движении
- Блок в коленном суставе (невозможность разгибания)



Если вы испытываете подобные ощущения, значит, в работе ваших суставов есть проблемы. Чаще всего они являются следствием перенесенных травм: падений, ушибов или неправильно выполняемых упражнений в тренажерном зале.

Понять, в чём дело и обеспечить эффективное лечение помогает артроскопия суставов. Эффективность этого метода подтверждена многочисленными клиническими исследованиями.



Высокоточное оборудование, на котором проводится артроскопическая операция, позволяет обнаружить и устранить мельчайшие повреждения. А малая травматичность методики значительно сокращает срок выздоровления и снижает вероятность осложнений.

В Медице артроскопию проводят опытные врачи травматологи-ортопеды. Выполняются операции на колене, мениске и плечевом суставе.

В нашей клинике лечение суставов возможно как консервативным путем, так и хирургическим.



ОТЗЫВ ПАЦИЕНТА

Я катался на горных лыжах в марте 2019 года. После очередного спуска со склона я почувствовал выраженную боль в левом колене с задней стороны, но после небольшого отдыха неприятные ощущения утихли. Однако на следующий день я кататься уже не смог.

В Ижевске тут же записался на прием к ортопеду-травматологу в городскую поликлинику, где мне прописали давящую повязку, таблетки и мазь, но ничего не помогло. Ничего не осталось, как искать в интернете, и на мой запрос сразу вышел сайт артроскопия18.ру - один из сайтов клиники Медицея.

Пришел на прием к доктору Романову Алексею Анатольевичу - врач меня осмотрел, провел какие-то пробы с движениями в суставе, оценил мое МРТ и подтвердил, что без операции боль и отек в суставе не пройдут.

Алексей Анатольевич все «разложил по полочкам», объяснил причину травмы - оказывается, во всем виновато плоскостопие, которое вызывало неправильное распределение нагрузки на коленный сустав. Я с облегчением вздохнул, так как мне впервые подробно рассказали о причинах болезни.

Артроскопическая операция прошла успешно, на следующий день меня выписали домой, и еще 5 дней я ходил с одним костылем. Алексей Анатольевич после осмотра разрешил ходить без поддержки с наколенником, а также порекомендовал мне как можно быстрее сделать ортопедические стельки. Доктор подробно рассказал и показал упражнения по лечебной физкультуре и выдал памятку с детальным описанием и фотографиями комплекса. После операции я всего 2 раза был у врача, а через 3 месяца я опять встал на лыжи.

Я очень благодарен Алексею Анатольевичу, прежде всего за то, что он объяснил, как жить дальше, чтобы болезнь не повторилась, и крайне внимательно отнесся именно к моей проблеме.

Большое спасибо Доктору!



Александр К.

ЧТО «ЛЮБЯТ» СУСТАВЫ?



1. Делайте разминку

Наверняка Вы ощущали, когда долго находитесь в одной позе, как суставы словно «каменеют» и трудно сделать даже шаг. Чтобы такого не происходило, рекомендуется каждые 45-60 минут делать перерыв и менять вид деятельности.

Пройдитесь, сделайте несколько несложных упражнений, чтобы расслабить мышцы или просто переключитесь на другие дела.



2. Носите удобную обувь

Чтобы не навредить суставам выбирайте удобную обувь с мягкими стельками. Девушкам рекомендуется носить высокие каблуки только в особых случаях и не более 4-х часов подряд. Высота каблука для мужчин должна быть не более 2-х см, для женщин - не более 3-5 см. Для постоянного ношения приобретайте обувь из натуральных материалов.



3. Питайтесь правильно

Включайте в свое меню больше овощей, фруктов и зелени. Старайтесь избегать фастфуда, острой и соленой пищи, такая еда вредит не только суставам, но и желудку. Для суставов полезны продукты, богатые коллагеном и витамином D: морепродукты, заливные блюда, фруктовое желе.

4. Ведите здоровый образ жизни

Этот пункт не особо нуждается в комментариях. Жизнь без алкоголя и курения понравится не только суставам, но и всему организму.



5. Больше двигайтесь

Движение активизирует обмен веществ, препятствует отложению солей в суставах, усиливает кровообращение и способствует снижению воспалительного процесса.

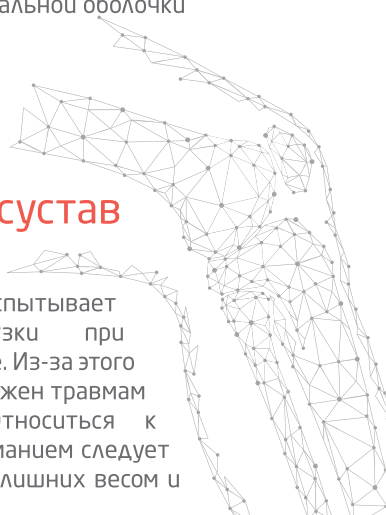
КАКИЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ СУСТАВОВ ЛЕЧАТ В МЕДИЦЕЕ?

Коленный сустав:

- ✓ Деформирующий артроз коленного сустава
- ✓ Повреждение передней и задней крестообразной связки
- ✓ Посттравматические деформации
- ✓ Повреждения и заболевание жирового тела - хроническая гиперплазия (болезнь Гоффа)
- ✓ Дегенеративно-дистрофические деформации
- ✓ Повреждение мениска
- ✓ Повреждение хряща
- ✓ Наличие свободных внутрисуставных тел
- ✓ Вывих надколенника
- ✓ Заболевания синовиальной оболочки коленного сустава

? Как лечат коленный сустав

Коленный сустав испытывает колоссальные нагрузки при ходьбе, прыжках и беге. Из-за этого он чаще других подвержен травмам и повреждениям. Относиться к коленям с особым вниманием следует спортсменам, людям с лишним весом и тем, кому «за 60».



- **Консервативное лечение** возможно, если заболевание диагностировано на ранней стадии. В этом случае, с помощью массажа, ударно-волновой терапии, кинезиотейпирования и лечебной лекарственной блокады можно восстановить сустав. Но если болезнь прогрессирует, требуется хирургическое вмешательство.
- **Оперативное лечение** проводят методом артроскопии. Процедура может назначаться пациентам любого возраста, поскольку имеет минимум противопоказаний, не сопровождается сильными болями, а реабилитация коленного сустава происходит быстро.
- **Артроскопию** делают для обследования и лечения: деформирующего артроза коленного сустава, повреждений передней и задней крестообразной связки, посттравматической деформации, повреждения мениска и хряща коленного сустава, свободного внутрисуставного тела и других заболеваний.

Плечевой сустав:

- ✓ Разрыв сухожилий вращательной манжеты
- ✓ Импинджмент - синдром (нестерпимая боль)
- ✓ Повреждение «суставной губы»
- ✓ Повреждение синовиальной оболочки
- ✓ Вывих плеча
- ✓ Артроз
- ✓ Хондроматоз
- ✓ Контрактура
- ✓ Бурсит

? Как лечат плечевой сустав

Плечевой сустав находится в постоянном движении, поэтому более других подвержен травмам. Чаще всего боли в плечах беспокоят спортсменов и людей, которые занимаются тяжёлой физической работой. Также в группе риска находятся те, кто ведёт малоподвижный образ жизни и имеет проблемы с осанкой.

К травматологу-ортопеду обращаются при :

- Ушибе или вывихе плеча
- Разрыве плечевого сухожилия
- Разрыве мышц

Курс лечения определяется врачом, в зависимости от степени повреждения. Он может быть консервативным или хирургическим.

НАИБОЛЕЕ ЩАДЯЩИЙ ВАРИАНТ ОПЕРАТИВНОГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА - АРТРОСКОПИЯ СУСТАВА

Она помогает выявить малейшие повреждения и нарушения в его работе, а также устранить источник боли. С помощью этой методики лечат вывихи, артрозы, разрывы сухожилий, повреждения «суставной губы», хондроматоз, контрактуру и другие заболевания.

Артроскопию в «Медицее» проводят только при наличии направления от врача травматолога-ортопеда медицинского центра.

ВИДЫ ЛЕЧЕНИЯ

Существует два вида лечения суставов: консервативный и хирургический.

Консервативный

Ударно-волновая терапия

С помощью специального аппарата на место воспаления направляются ударные волны сверхзвуковой частоты. Они глубоко проникают в ткани организма и напрямую воздействуют на поврежденную область. Это помогает снять воспаление, улучшить циркуляцию крови и восстановить сустав.

Показания к процедуре:

- Артроз плечевого и коленного суставов
- Артрит плечевого и коленного суставов
- Реабилитация после травм

Внутрисуставные и околоуставные инъекции

Чтобы избавить пациента от болевых ощущений и снять воспаление лекарство вводят прямо в сустав. Терапия подходит для лечения коленей и плечевых суставов при артрите, артрозе, бурсите и других заболеваниях.

Физиотерапия

Это комплекс методик для восстановления суставов - от ультразвука до магнитотерапии. Они способствуют снятию отека, боли, воспаления и других неприятных симптомов. Улучшают подвижность сустава и нормализуют кровообращение. Физиотерапия применяется для лечения артрита, артроза, посттравматических болей.

PRP-терапия (Platelet rich plasma)

Это лечение коленных, плечевых и других суставов с помощью собственной крови пациента. После её прогона в центрифуге выделяются тромбоциты, которыми обогащается плазма. Инъекцию, в состав которой входят тромбоциты и плазма, вводят в сустав. Достоинства PRP-терапии суставов: идеальное соответствие организму пациента, поскольку исключается вероятность аллергической реакции, передачи инфекции и других побочных эффектов.

Массаж

Может являться самостоятельным лечением или назначаться в качестве дополнения при растяжениях суставов, артрите, капсулите или травмах. Улучшает кровообращение, питание тканей и подвижность сустава. Важно учитывать, что массаж коленного, плечевого и других суставов должен выполняться специалистом с медицинским образованием, который владеет соответствующей методикой.

Рефлексотерапия

Это разные способы точечного воздействия на организм, которые помогают избавиться от острой боли и тяжести в суставах. В «Медице» пациентам проводится иглорефлексотерапия, апитерапия (лечение пчёлами) и гирудотерапия (постановка пиявок).

Изготовление индивидуальных ортопедических стелек

С возрастом деформация стопы негативно отражается на костно-мышечной системе, особенно на суставах. Стельки, сделанные с учётом индивидуальных особенностей, помогают правильно фиксировать стопу и корректировать положение сустава. Боль снижается, благодаря чему уменьшается дискомфорт при ходьбе.

Хирургический

Артроскопия

В поражённой области делают небольшие надрезы, в которые вводят тонкие инструменты и артроскоп - прибор с видеокамерой. Он оснащён линзами и осветительной системой, поэтому позволяет увидеть мельчайшие повреждения сустава при большом увеличении и устранить их. После операции не бывает сильных болей и не остаётся заметных рубцов, поэтому сегодня она очень востребована.

В клинике «Медица» проводят следующие виды лечения с помощью артроскопии:

- Диагностическая артроскопия коленного сустава
- Диагностическая артроскопия плечевого сустава
- Диагностическая артроскопия плечевого сустава с тенотомией длинной головки двуглавой мышцы плеча
- Артроскопическая резекция мениска коленного сустава
- Артроскопическая резекция локальных патологических складок коленного сустава
- Артроскопическая полная синовэктомия коленного сустава
- Артроскопическое удаление хондромных тел коленного сустава
- Артроскопическая хондропластика
- Артроскопическая резекция мениска коленного сустава с удалением хондромных тел
- Артроскопическая резекция мениска коленного сустава с резекцией локальных патологических складок
- Артроскопическая резекция мениска коленного сустава с хондропластикой

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

АРТРОСКОПИЯ ЧТО ЭТО И ДЛЯ ЧЕГО ОНА НУЖНА?



Артроскопия

Это хирургический метод обследования и лечения суставов, который является малотравматичным для пациента. Через небольшие проколы в коже (размером около 6 миллиметров) в полость сустава вводятся тонкие инструменты и специальный прибор - артроскоп с видеокамерой. Проводится обследование структуры тканей, и выполняются высокоточные манипуляции на поврежденной области.

Современная видеокамера позволяет увидеть на экране монитора все внутрисуставные структуры с увеличением в 40-60 раз. Это даёт возможность врачу обнаружить мельчайшие повреждения и устранить их.

Операция назначается при повреждении коленного сустава, например, разрыве мениска. Она позволяет восстановить связки, сшить мениск, пересадить хрящ. Также может применяться при разрыве связок плечевого сустава.

? Как проводится операция

Артроскопию чаще назначают для лечения повреждений коленного сустава. Как правило, операция проводится при наличии в пораженной области кровянистой жидкости, при подозрении на разрыв связок коленного сустава, например, мениска, а также крестообразных связок.

Затем врач-анестезиолог определяет вид анестезии. В большинстве случаев выбирается спинномозговая анестезия - лекарство вводят в область поясницы. Эта анестезия делает нечувствительной лишь нижнюю половину тела, а пациент остаётся в сознании.

Пациент проходит предварительную медикаментозную подготовку (премедикацию), которая позволяет снизить

уровень тревоги и частоты осложнений при операции и после. Благодаря этому при желании пациент может легко уснуть во время артроскопии.

Артроскопию проводят два травматолога-ортопеда, анестезиолог и две медсестры.

ПЕРЕД ОПЕРАЦИЕЙ ТРЕБУЕТСЯ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ В КЛИНИКЕ «МЕДИЦЕЯ»

чтобы исключить возможные
противопоказания
и убедиться в том, что пациент успешно
перенесёт вмешательство

Врачи делают несколько разрезов на коже, а затем:

- Вводят через них инструменты и артроскоп
- Обследуют повреждения коленного или плечевого сустава
- Промывают полость сустава физраствором
- Проводят манипуляции по удалению поврежденных тканей
- Накладывают швы на разрезы

Время операции составляет около 30 минут.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

НАШИ СПЕЦИАЛИСТЫ



ХАЛИМОВ
Артур Эдуардович

Травматолог-ортопед
СТАЖ РАБОТЫ: с 2007 года



РОМАНОВ
Алексей Анатольевич

Травматолог-ортопед
СТАЖ РАБОТЫ: с 2007 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ:

- «Артроскопия», Москва, 2015.
- «Эндопротезирование тазобедренного сустава и использованием оригинальных методик», Санкт-Петербург, 2016.
- «Эндопротезирование крупных суставов в травматологии и ортопедии», Москва, 2017.

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ:

- «Современные тенденции в артроскопии плечевого сустава», Нижний Новгород, 2016.
- «Травматология и ортопедия», Нижний Новгород, 2017.
- «Медицинская реабилитация больных после травм», Нижний Новгород, 2017.

БЕЗОПАСНОСТЬ

Перед обращением за медицинской услугой Вы должны быть полностью уверены, что в медицинской организации услуга будет оказана с соблюдением всех правил БЕЗОПАСНОСТИ.

Стерилизация

- Применение одноразовых стерильных инструментов и материалов.
- Многоуровневая очистка, обработка и стерилизация повторно используемых инструментов - в операционном блоке и центральном стерилизационном отделении.
- Постоянный текущий контроль за выполнением стерилизации со стороны медперсонала.
- Соблюдение чистоты рук медперсонала: применение одноразовых стерильных перчаток, текущая обработка перчаток антисептическими растворами, личная гигиена рук.
- Очистка и дезинфекция инструментов очищающими и дезинфицирующими средствами в приборе MELAclean.
- Высококачественная стерилизация инструментов в Автоклаве последнего поколения Vasciav 24 VL - антисептик проникает в самые тонкие и труднодоступные места.
- Обеззараживание воздуха в стерилизационном отделении и операционном блоке с помощью современных облучателей-рециркуляторов воздуха «Дезар» и «Кронт».

В медицинском центре «Медицея» реализуется полный комплекс мероприятий по обеспечению безопасности пациента при проведении операций и манипуляций в травматологии и ортопедии.

Анестезия

Контроль глубины наркоза

- ✓ Система мониторинга глубины наркоза и седации с помощью Монитора BIS VISTA.
- ✓ Подбор точной, минимально необходимой дозировки препарата для анестезии.
- ✓ Снижение вредного воздействия анестетиков на организм, отсутствие неприятных физических и психологических симптомов после пробуждения.
- ✓ Уменьшение времени выхода из наркоза на 50%.
- ✓ Максимальная безопасность наркоза.

Местная анестезия под контролем УЗИ

- ✓ Применение ультразвук-ассистированных методик (ultrasound guided methods) - выполнение местной анестезии под УЗИ-контролем.
- ✓ Анестезия выполняется быстро, качественно, безопасно.
- ✓ Точное направление кончика иглы - снижение риска повреждения нервных стволов и сосудов.
- ✓ Эффективный нервный блок при использовании минимального количества анестетика.

О НАС

Клиника «Медицея»

Является первым частным медицинским центром города Ижевска, Удмуртской Республики и Приволжского Федерального округа России, которая была открыта в 1992 году и до 2011 года носила название «Маммологический центр».

Сегодня нам доверяют свое здоровье более 200 тысяч пациентов из Удмуртии и близлежащих регионов. Наш профессиональный опыт, применение современных бизнес-процессов и международных стандартов медицинской помощи позволяют ежегодно входить в ТОП-100 частных многопрофильных клиник России.

НАШИ ПРЕИМУЩЕСТВА

- ✓ Медицинская помощь взрослым и детям
- ✓ Команда высококвалифицированных специалистов
- ✓ Комплексное решение конкретной проблемы
- ✓ Индивидуальный подход к каждому пациенту
- ✓ Полный спектр лечебно-диагностических услуг
- ✓ Оснащение в соответствии с международными стандартами
- ✓ Диагностическое и хирургическое оборудование экспертного класса
- ✓ Лечение в соответствии с передовыми технологиями
- ✓ Высокотехнологичная операционная
- ✓ Малотравматичное хирургическое лечение
- ✓ Программа быстрого послеоперационного восстановления
- ✓ Видеоархивация всех диагностических исследований и операций
- ✓ Высокая степень безопасности

Стационар

Хирургический стационар клиники «Медицея» работает в круглосуточном режиме. В стационаре 30 коек, все палаты класса «люкс» - в каждой есть внутренняя телефонная связь, Wi-Fi, телевизор, холодильник, санузел, душевая кабина, индивидуальное питание, многофункциональные ортопедические кровати, круглосуточное наблюдение медицинской сестры, кнопка вызова персонала.

Хирургический блок включает четыре операционные. С 2011 года в работу хирургической службы клиники внедрена стратегия Fast Track хирургии - программа «быстрого послеоперационного восстановления» - ускорение всех этапов лечебного процесса:

- Индивидуальная программа ведения пациента до, во время и после операции.
- Один пациент - один хирург: стационарное хирургическое лечение и амбулаторное наблюдение проводит один и тот же врач.
- Персональный хирургический менеджер - индивидуальное сопровождение на всех этапах

хирургического лечения - с момента назначения операции до полного выздоровления.

- Быстрая подготовка к операции за 1-2 дня: полный комплекс предоперационных исследований (лабораторная и инструментальная диагностика, консультации врачей) - в одном месте.
- Принцип «Экологии человека» - отказ от ограничений до и после операции: нет голодовок, специальное питание до и после операции с пробиотиками, нет клизм, нет ограничений общей двигательной активности после операции.
- Современная анестезия с контролем глубины наркоза.
- Малотравматичные хирургические операции.
- Система быстрого послеоперационного восстановления.
- Уменьшение сроков госпитализации.
- Ранняя реабилитация после операции (ERAS) - Early Rehabilitation After Surgery.
- Быстрое восстановление трудоспособности.



426000 Ижевск, ул. Шумайлова, 20а.
+7 (3412) 65-51-51

РЕЖИМ РАБОТЫ

ПО БУДНЯМ **8:00-21:00** СУББОТА **9:00-18:00** ВОСКРЕСЕНЬЕ **9:00-18:00**

ПРИЕМ АНАЛИЗОВ **БУДНИ 7:00-21:00 | СБ 8:00-18:00 | ВС 9:00-18:00**

ЗАПИСЬ НА ПРИЕМ: MEDICEYA.RU e-mail: 1@mediceya.ru

ВЕСТНИК МНОГОПРОФИЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО ЦЕНТРА

Периодическое информационное издание.

Руководитель проекта - Елена Зимина.

Учредитель и издатель:

ООО «Больница для всей семьи»

Лицензия № ЛО-18-01-002660 от 8.04.2019.

(бессрочная), ОГРН 1061831033417.

Адрес регистрации: 426000

Ижевск, ул. Шумайлова, 20а.

Телефон: (3412) 65-51-54.

Периодичность выхода - 1 раз в 2 мес.

Отпечатано: МУП г. Сарапула

«Сарапульская типография»

427960 Удмуртская Республика

г. Сарапул, ул. Раскольникова, 152

Телефоны: 8 (34147) - код города

4-12-85 - Прием заказов

4-71-10 - Прием файлов в печать

4-12-83 - Директор

www.printst18.ru

Распространяется бесплатно.

Тираж 999 экз. Заказ №(?)

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА