

НОВОЕ В «АКАДЕМИИ ЗДОРОВЬЯ»

Тамара УЛЬЯНОВА,  
фото автора

# КАРДИОЛОГУ СЛОВО



**Мы продолжаем беседы с врачами. Сегодня знакомим читателя с кардиологом «Академии здоровья» АЛАДЫН Андрей Станиславович – кандидат медицинских наук, врач высшей квалификационной категории, кардиолог, ревматолог, главный педиатр Канавинского района Н.Новгорода, регулярно приезжает в «Академию здоровья» в Саров, ведет здесь прием.**

**Вот что он нам рассказал.**

– Когда ребенок рождается, на первом месяце жизни ему обязательно делают ультразвуковое исследование сердца. Дальше, если у ребеночка выявлены какие-то нарушения, УЗИ проводят по показаниям. К году делается

ЭКГ и консультирует кардиолог. Следующее обследование у кардиолога проводится в три года, в шесть лет, перед школой, а дальше по показаниям.

**– На что следует обращать внимание родителям?**

– Если ребенок маленький, до года, мы в первую очередь обращаем внимание на физическое и психическое развитие ребенка. Если ребенок отстает в физическом и нервно-психическом развитии, значит, у него в организме есть нарушения. Обязательно нужно сходить к кардиологу и исключить сердечную патологию. Также надо обращать внимание на то, как ребенок сосет, устает ли он при кормлении. Какой у него цвет кожных покровов: есть ли синева, например, или наоборот – ребенок какой-то румяный или пятнистый. Цвет кожных покровов важен. Следите, есть ли у ребенка отдышка в покое или после нагрузки, например, после кормления. Это тоже показания для обращения к кардиологу.

У более старших детей обращаем внимание практически на то же самое. Как ребенок развивается, как он прибавляет в весе, соответствуют ли его физические данные возрастным нормативам. Если нет, надо обращаться к специалистам.

Большое значение имеет, были ли у ребенка синкопальные состояния, то есть обмороки. Причина обмороков разнообразна и, в том числе, определяется сердечной патологией.

**– Зачем ребенку ЭКГ, УЗИ сердца?**

– ЭКГ и УЗИ входят в стандарт обследования. На ультразвуковом исследовании мы смотрим анатомическое строение сердца. Определяем, есть ли пороки в развитии сердца, какова сократи-

тельная способность миокарда. Мы смотрим анатомию. На ЭКГ мы смотрим другие показатели: проводимость, сократимость. То есть ЭКГ и УЗИ дополняют друг друга.

**– Есть какая-то профилактика заболеваний сердца?**

– Специфическая профилактика для болезней сердца – это закаливание, режим. То есть те вещи, которые всем известны. И, конечно, своевременное обследование при каких-то жалобах.

**– Какие сердечные заболевания распространены в Нижегородской области?**

– На первом месте нарушение ритма и проводимости. Сейчас диагностика стала лучше, и мы стали чаще выявлять такие случаи, больше детей проходит диспансеризацию. Мы можем лечить это заболевание, а не запускать его, не доводить до хирургического вмешательства. Врожденная патология, пороки. Воспалительные патологии, воспаление оболочек сердца, – миокардиты, к ним приводит вирусная инфекция, поэтому мы рекомендуем прививаться от гриппа.

Здоровое сердце дается человеку от

рождения, если в нем нет анатомических дефектов, нарушений ритма и проводимости. Но испортить можно все. Вообще, детское сердце обладает очень большими компенсаторными возможностями. Чем можно его испортить? Инфекционными заболеваниями. Они отражаются на организме в целом, в том числе и на сердечно-сосудистой системе. Поэтому, конечно, нужно избегать этих заболеваний. У нас все беды от инфекционных болезней. Бывают такие осложнения, как миокардиты, которые переходят в кардиомиопатию, ведут к печальным исходам. К счастью, профилактика инфекционных заболеваний существует – это вакцинация.

**– Закаливания с какого возраста можно начинать?**

– Ребенок родился, маму выписали из роддома, она переодевает его, распеленывает. Это уже является закаливанием. Из одного теплого режима ребенок переходит в другой. Купание ребенка тоже является средством закаливания. И прогулки на свежем воздухе. Ведь закаливание не подразумевает, что ребенка надо обливать холодной водой.

## СДЕЛАЙТЕ ПОДАРОК!

**«Академия здоровья» поздравляет всех с добрым летним праздником – Днем семьи, посвященным памяти святых Петра и Февронии, и предлагает супружеским парам пройти обследование по подарочным сертификатам: «Женское здоровье», «Мужское здоровье». Сделайте подарок своим любимым!**



**«АКАДЕМИЯ ЗДОРОВЬЯ». ЗАПИСЬ ПО ТЕЛ. 7-34-34, 7-34-55, 7-61-11**

## ЗДОРОВЬЕ

На правах рекламы

# ХОЧУ В САНАТОРИЙ!

**Санаторий имеет лицензию на прием пациентов с открытым больничным листом (долечивание)!**



Расположен на территории национального парка «Смольный» в 70 км от Саранска на берегу реки Алатырь в массиве хвойных и широколиственных лесов. Саровчане по сложившейся традиции объединяются и заказывают себе удобный транспорт – микроавтобус или автобус. Получается удобно.

А дальше каждый выбирает тот способ отдыха и оздоровления, который доставит больше приятных моментов. Для одних это – прогулки по прохладному лесу, для других – рыбалка, массаж и бассейн, для третьих – отличный набор лечебных и оздоровительных процедур.



ЛЕТО В ЭТОМ ГОДУ ЖАРКОЕ. ПОРА ЕХАТЬ В ОТПУСК – С ДЕТКАМИ, С ПОЖИЛЫМИ РОДИТЕЛЯМИ, НО В ТАКУЮ ЖАРУ СТРАШНО ДАЖЕ ПОДУМАТЬ ПРО «ТЕПЛОЕ МОРЕ», ТЯЖЕЛУЮ АККЛИМАТИЗАЦИЮ И ВОЗМОЖНОСТЬ ПОПАСТЬ В УРАГАН ГДЕ-НИБУДЬ НА СОЧИНСКОМ ПОБЕРЕЖЬЕ. НА МОРЕ НЕ ТЯНЕТ, А ОТПУСК УЖЕ БЛИЗКО. НАДО ДЕЛАТЬ ВЫБОР МЕЖДУ САНАТОРИЯМИ СРЕДНЕЙ ПОЛОСЫ – ЧТОБЫ РЯДОМ БЫЛ ПРОХЛАДНЫЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛЕС. МЫ ТАКОЙ ВАРИАНТ ЗНАЕМ – ЭТО САНАТОРИЙ «АЛАТЫРЬ». НАШИ ГОРОЖАНЕ – ЕГО ПОСТОЯННЫЕ ГОСТИ.

Всё возможно!

Более того. Даже меню в столовой можно выбрать на свой вкус – либо по назначению врача (определенная диета), либо по собственному желанию. Можно даже составить индивидуальные меню для тех, кто соблюдает пост или вегетарианствует, можно выбрать национальные мордовские или татарские блюда. Меню столовой учитывает все особенности полезного питания. В основе – только экологически чистые и натуральные продукты, прошедшие строгий контроль качества.

## «АЛАТЫРЬ»:

### ОТДОХНИ С ПОЛЬЗОЙ

Санаторий «Алатырь» существует с 1978 года, его площадь более 7 га. Его клиенты, посетители – те, кто следит за своим здоровьем, хочет подлечиться или просто отдохнуть от суеты.

Ежегодно в нем отдыхает 3 тысячи человек из Москвы, Подмосковья, Тюменской области, Ульяновской, Нижегородской. Отдохнуть можно одному, всей семьей или большой компанией друзей, коллег. Все здания расположены рядышком, соединены переходами, что удобно во время плохой погоды.

## ПРОФИЛЬ САНАТОРИЯ

**Профиль лечебно-оздоровительный, здесь лечат заболевания: глаз, нервной системы; костно-мышечной, опорно-двигательного аппарата; органов дыхания; сердечно-сосудистые; желудочно-кишечного тракта; эндокринной системы и проблемы с обменом веществ.**

Санаторий может похвастаться разнообразными ванными. Йодо-бромная, жемчужная, солевая, хвойная, кислородная, скипидарная, с добавлением различных трав, а также сухие, углекислые и четырехкамерные ванны! Они благотворно влияют на человека, оказывая успокаивающее, анальгетическое и противовоспалительное действие, сосудорасширяющий эффект. Есть лечебные души, они воздействуют на организм струями различной формы, направления, давления, температуры и способны вызывать значительное улучшение самочувствия при самых различных заболеваниях. Есть грязевые процедуры.

Особенность санатория «Алатырь» – это сероводородные ванны (магеста). Теперь, чтобы принять эту процедуру, не нужно ездить на южные курорты.

Отдыхающие с заболеваниями органов дыхания и с часто болеющие могут поправить свое здоровье с помощью ингаляций лекарственными травами, ароматерапии, гипокситерапии, в галочкамере. Считается, что после таких процедур можно надолго забыть о кашле, насморке и аллергии. Кедровая здравница повышает иммунитет, умственную и физическую работоспособность, стабилизирует артериальное давление, уменьшает отеки, снижает массу тела, улучшает подвижность суставов, нормализует работу нервной системы.

## РАЗВЛЕКАЙТЕСЬ!

К услугам гостей: столовая, банкетный зал, актовый зал, фитобар, тренажерный зал, детский городок, бассейн, бильярд, сауна, спортплощадка, прокат спортивного инвентаря, настольный теннис, библиотека, экскурсионное сопровождение.

Да-да, можно взять напрокат удочки и отправиться на рыбалку!

В общую стоимость отдыха включены: лечебная гимнастика, массаж, ароматерапия и аппаратная физиотерапия, бальнеотерапия и различные ингаляции.

## ВОЗЬМИТЕ С СОБОЙ

Для размещения в санатории понадобится: паспорт (свидетельство о рождении); страховой полис; санаторно-курортная карта; справка от врача дерматовенеролога на посещение бассейна; справка о прививках для детей.

## КОНТАКТЫ

Заказать путевку можно по электронной почте (e-mail: salatyr@gmail.com), а также по телефону (8-834-33-2-86-91). 431660, Мордовия, Ичалковский р-н, п. Смольный, ОАО «Санаторий «Алатырь».

