

ДАТА | Полвека ессентукский санаторий заботится о здоровье металлургов

Минеральная панацея



ИРИНА КОРОТКИХ

В эти дни своё пятидесятилетие отмечает магнитогорская здравница в Ессентуках – санаторий «Металлург».

Накануне юбилея коллектив санатория поздравил делегацию руководителей комбината: генеральный директор ОАО «ММК» Павел Шилиев, директор по корпоративным вопросам и социальным программам Сергей Кривошёков и председатель ППО Группы ОАО «ММК» ГМПР Александр Дерунов. В приветственном слове было отмечено, что полувековой юбилей здравницы встречает с обновлённой лечебной базой, новыми методами санаторно-курортного лечения, комфортными условиями для гостей, большая часть которых – работники металлургического гиганта.

Авиарейс необычный – путешествие на родину нарзана. Спустя четыре часа вхожу в номер санатория «Металлург». Чисто, уютно и тепло. Впервые приехав в здравницу попадаю в заботливые руки землячек – бывалых курортниц Галины и Людмила. Спешим к врачам. На осмотр попала к врачу-гастроэнтерологу Асе Микаберидзе. Лечениями и процедурами медик заполнила почти всю курортную книжку. На моё удивление целебную воду Ессентуки-4 назначили до обидного мало – всего половину стакана за полчаса до еды.

Минеральная вода – жидкое лекарство с высокой концентрацией солей. Вы же не пьёте сразу пять таблеток аспирина?! – заметила врач санатория Ася Микаберидзе. Объём воды рассчитываем по формуле: коэффициент 3,3 умножаем на вес тела. И не вздумайте делать запас. Минералы, микроорганизмы, ферменты сохраняются в воде всего несколько часов, поэтому пить надо из источника.

Так разрушился мой миф о целебности Ессентуков-17, закупоренных в пластиковые бутылки. Консервация за счёт газирования изменяет свойства жидкости.

Вода из источника в Ессентуках «специализируется» на гастроэнтерологических заболеваниях, но способна помочь от множества недугов. Кроме знаменитого источника – «Ессентуки», есть ещё два: «Ессентуки новая» поставляет слабоминерализованную воду, которую назначают при болезнях сердечно-сосудистой системы и мочевыводящих путей. Самая высокая минерализация, от 12 до 16 граммов солей на литр, у воды «Ессентуки-17». Это делает её уникальной – в мире аналогов нет.

Система назначения процедур каждый год совершенствуется. За последние годы попасть к своему врачу, благо коллектив лечебной части отличается стабильностью.

– Если сотрудник комбината хоть раз побывал в санатории, то его история болезни, лечения, назначений со-

храняется в базе данных, – объясняет директор санатория «Металлург» Алексей Коваленко. – Компьютерная система, учитывая диагноз, определяет оптимальный метод лечения. Раньше к путёвке прилагался минимальный пакет бесплатного лечения, а за дополнительные процедуры приходилось доплачивать. Если какие-то из них человек не посетил, деньги пропадали. Сейчас средства используем более эффективно, исходя из диагноза, назначений врача и пожеланий отдыхающих. Кроме того, при необходимости лечение корректируем.

Лечиться в санатории можно так же ударно, как трудиться. Лечебный корпус рядом с главным. За час-два успеваешь принять ингаляцию, оросить лицо, горло, побывать в спелеокамере, оставив ванны на «сладкое». Пенно-солодковые, действенные, сладкие. Вкус придаёт корень солодки. Есть йодо-бромные, минеральные и сероводородные. Но назначают их далеко не всем.

Перед обедом направляемся на «водной». Внешне павильон источника не впечатляет – стекло и пластик. А вот интерьер мраморного зала, построенного при царе-батюшке, приводит в восторг. Такое ощущение, что находишься в приёмной русского князя. Людмила, попивая жидкое лекарство из фирменной кружки, вспоминала свою баден-баденскую поездку. Восхищалась заграничным сервисом, но «водную» пальму первенства отдала нашим Ессентукам.

Лагушачий восторг в царских ваннах

В павильоне Николаевского парка принимают сероводородные ванны. Строение в стиле русского ампира возведено в 1898 году по приказу императора Николая с подobaющей для царской персоны роскошью. Но император так и не удосужился в них побывать. До сих пор служат народу раритетные ванны, выточенные из цельного италянского мрамора.

– Вода поступает прямо из скважины, сохраняя лечебные свойства, – рассказывает заместитель директора по лечебной части санатория «Металлург» Андрей Демченко. – Сероводородные ванны используют для лечения опорно-двигательного аппарата, кожных заболеваний, восстановления обмена веществ, что особенно показано при сахарном диабете. Углекислые ванны назначают при болезнях сердца и сосудов, периферической нервной системы, желудочно-кишечного тракта.

Галина, которой прописали углекислые ванны, приняв пять процедур, забыла о большой коленке – не ходила, а летала.

Плюсом ко всем процедурам идут сухие углекислые ванны, массаж, гирудотерапия, ароматические ван-

ны. Посидишь в кедровой бочке с травяными настоями чабреца, липы и березы, как по летнему дугу пройдёшься.

Коллектив санатория особенно гордится высокотехнологичной диагностической базой: аппаратной диагностикой и современной лабораторией, позволяющей делать развёрнутые анализы: клинические, биохимические, иммуноферментные.

Мне прописали грязевые ванны, которые принимают в величественном строении, возведённом в начале прошлого века по образцу и подобию древнеримских терм. Уникальная грязелечебница рассчитана на две с половиной тысячи процедур в день. На стенах и потолке – фрески из жизни римских патрициев. Для них термы были чем-то вроде наших клубов.

Грязь привозят специальные машины и складывают в трёхметровые подземные хранилища. В термы она поступает, спустя три месяца – за это время «отдыхает» и восстанавливает свойства. Грязь пропускают по трубам, по дороге нагревают и обильно поливают тела болезных. Неприятно, когда тело утопает в чёрной жиже. Но вскоре блаженная нега разливается по телу и начинаешь понимать лягушек, которые, ploхаясь в тёплой грязи, квакают от восторга.

Грязевые ощущения возбуждают зверский аппетит. В столовой на каждом столике номерок – диета, назначенная врачом. Новички – все «пятёрочники». На языке диетологов – табу на жареное. Кормят паровыми котлетами, отварным мясом, кашами и свежайшим творогом. Одно время, отвечая пожеланиям трудящихся, в столовой ввели модный шведский стол. И врачи забыли тревогу – народ, пренебрегая прописанными диетами, объедался, и всё лечение шло насмарку.

– Диетическое питание – важная часть водного лечения, – объясняет Ася Микаберидзе. – Минеральная вода несовместима с фруктами, овощами. В противном случае, придётся принимать противодиарейные препараты. Женщины, помешанные на похудении, двумя руками «за» диетический стол.

Заповедники Кавказа

Тотемный зверь санатория «Юбилейный» на озере Банном – чуткий лось. Символом же Кавказских Минеральных Вод стал орёл. Изображение птицы чуть ли не на каждом брелоке, кружке, майке. «Памятник» птице возвели на горе Горячей в Пятигорске в 1903 году и придумали легенду. Схватил орёл змею, но был ужален ядовитым гадом. Из последних сил поднялся он в небо, сбросил тварь с высоты и опустился у источника, воды которого исцелили смертельно раненую

птицу. Во время монтажа скульптуры на горе ещё били целебные ключи.

На Кавказе множество уникальных мест, и лечение можно совместить с экскурсиями: в Кабардино-Балкарии искупаться в горячем источнике у села Аушигер. Когда-то там искали нефть, но из скважины забила термальная вода температурой 56 градусов. Озеро с целебной водой и захватывающей дух панорамой воспели литературные гении России Александр Пушкин и Михаил Лермонтов. Между прочим, кавказцы считают Михаила Юрьевича своим национальным поэтом.

Не упустите возможность полюбиться на водопад в Чегемском ущелье. Опустите ладони в бирюзовые воды Голубого озера. За сероводородный запах его ещё называют Гнилым, но как полезна его вода для кожи! Глубина доходит до 400 метров, температура воды – девять градусов. Глубже водоёма в Европе нет. Купаться запрещено, но озеро – рай для дайверов.

В регионе насчитывается 140 минеральных источников. Истоками для них стали тающие ледники Кавказских гор. Природный фильтр обогащает влагу минералами, газами. У подножья каждой горы бьют целебные ключи. Самая высокая гора Бештау, 1401 метр, за ней по «росту» идут Шелудивая, Железная.

Пятигорский Провал знаменит сероводородным озером с бирюзовой водой. В 1859 году для свободного доступа туристов, тогда их называли «водное общество», к озеру пробили 60-метровый тоннель. Теперь там стоит скульптура литературного героя Остапа Бендера. В Кисловодске нельзя обойти стороной знаменитую нарзанную галерею, возведённую в середине XIX века. И почти при каждом целебном источнике есть свой санаторий, число которых перевалило за сотню. Конкуренция высокая, и надо очень постараться, чтобы «Металлург» был одним из лучших оздоровительных учреждений.

– У нас есть серьёзные достижения, – говорит директор санатория «Металлург» Алексей Коваленко. – Высокотехнологичное лечебное оборудование, профессиональные доктора, хорошее питание и организованный досуг. В 2012 году «Металлург» был признан лучшим курортом России. В этом году отремонтировали спелеокамеру, номера категории люкс-коттедж в четвёртом корпусе, концертный зал, сауну и лечебный корпус, что сказалось на высокой оценке, которую дали специалисты. Санаторий назван «Лучшей компанией в области качества услуг».

Ирина КОРОТКИХ ответит на ваши вопросы на сайте magmetall.ru



ТОМОГРАФИЯ

Помогут лучами

Крупнейший в Приволжском федеральном округе центр позитронно-эмиссионной томографии (ПЭТ) открылся в Уфе. По уверениям специалистов, он означает новый этап в борьбе с онкологическими заболеваниями.

По отзывам специалистов, позитронно-эмиссионная томография – это вершина передовой диагностики, основанная на использовании радиоактивных веществ. Она позволяет обследовать пациента в течение нескольких часов. Для этого ему делается внутривенная инъекция специально изготовленного препарата, а затем проводится томография, дающая полную картину происходящих в организме процессов. На ней врачи сразу видят поражённые участки.

Кроме того, ПЭТ-центр открывает новые перспективы в лечении рака. Роботизированная установка «кибернож» позволяет быстро и точно находить поражённый участок для прицельного удара слабыми пучками радиации и при этом не затрагивать здоровые ткани.

Высокотехнологичные процедуры для населения республики, назначаемые по показаниям врачей, проводятся бесплатно. Диагностику в центре уже прошли около 200 пациентов.

Узнайте на сайте: В московских центрах здоровья диагноз будут ставить за несколько минут www.rg.ru/art/961969

ОНКОЛОГИЯ

Носители курения

Если раньше пассивным курением считалось случайное вдыхание сигаретного дыма некурящим, то теперь это понятие значительно расширилось.

Учёные из Национальной лаборатории Лоуренса в Беркли (США) провели химический анализ одежды заядлых курильщиков, а также мебели в помещениях, где часто бывает накурено. Оказалось, что ткани и поверхности способны накапливать вещества из группы нитрозаминов, которые давно признаны канцерогенами. Они способны проникать в клетки ДНК и приводить к многочисленным мутациям, вызывая в том числе неконтролируемый рост клеток. Работа американцев впервые заявляет о подобной опасности. «Вред третьего курения – лучший аргумент за то, чтобы полностью запретить курение в помещениях», – говорит один из авторов работы Во Хан, подчёркивая, что особой опасности подвергаются маленькие дети, живущие в домах курильщиков.

ГЕРОНТОЛОГИЯ

Ни сыра, ни мяса

«Минздрав предупреждает!» – такие надписи могут появиться на упаковках с мясом, так как вред от большого количества белковой пищи приравнивали к вреду от курения.

Врачи из Университета Южного Калифорнии (США) предложили свести к минимуму потребление сыра и мяса людям старше 50 лет и моложе 65. Чтобы сделать подобный вывод, они 20 лет изучали влияние рациона питания на здоровье более шести тысяч человек. Оказалось, что люди, чей рацион на 20 процентов состоит из животных белков, в четыре раза чаще страдают от рака и сердечно-сосудистых заболеваний. Примерно такая степень риска у заядлых курильщиков. Учёные объясняют это тем, что животные белки повышают уровень гормона роста, который в пожилом организме может повреждать ДНК клеток. «При этом нельзя перегибать палку, потому что резкое сокращение белков приведёт к истощению организма», – говорит профессор геронтологии Уолтер Лонго.

ФИЗИОЛОГИЯ

Медовая атака

Мёд мешает патогенным бактериям действовать сообща – говорят учёные из Университета Ньюпорта (США). Этот вывод они сделали в рамках исследования бактерий, устойчивых к антибиотикам.

– Оказалось, что мёд нарушает у бактерий «чувство кворума», – говорит автор исследования Сьюзен Мешвиз. – Это ослабляет их жизнеспособность и повышает чувствительность к обычным антибиотикам. У некоторых микроорганизмов под воздействием мёда нарушается выработка токсинов, то есть ослабляется патогенность.

Учёные выяснили, что подобные свойства мёда связаны с обилием веществ, входящих в его состав. В нём есть ферменты, которые образуют перекись водорода и целый каскад органических кислот. Вместе с сахарами и полифенолами они вызывают осмотический эффект, то есть вытягивают влагу из бактериальных клеток, в результате чего те теряют связь друг с другом и гибнут.

ИССЛЕДОВАНИЕ

Диабет захватил мир

Масштабное исследование, посвящённое изучению диабета второго типа, провёл Центр генетики человека при Оксфордском университете. Этот тип диабета считается наследственным заболеванием, учёные выяснили, какие именно гены задействованы в его проявлении. В исследовании участвовали образцы ДНК более 48 тысяч диабетиков и почти 140 тысяч здоровых людей из 20 разных стран.

– Цель работы состояла в выявлении общих для различных этнических групп генетических вариаций, связанных с диабетом, – сказал один из авторов исследования Марк Маккарти. Были найдены семь комбинаций генов, которые приводят к тяжёлому течению заболевания. Это открытие особенно важно для семейных пар, где один из супругов страдает диабетом. Генетический анализ поможет определить, какова вероятность передачи болезни ребёнку, и даст возможность скорректировать его развитие.



Диагностическая база санатория «Металлург» позволяет делать развёрнутые анализы

Золотой Фонд
КПК «СБЕРЕГАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР»

ЗАЙМЫ

под обеспечение
(недвижимость или
автотранспорт)

на любые цели

Все услуги предоставляются только членам КПК «Золотой Фонд» - ипотечный банк 100 рублей, капитал 100 рублей. Лицензия на выдачу КПК, Свидетельство о рос. рег. № 05080701 от 08.10.2012 г.

г. Магнитогорск, пр. Ленина, 63
8 (3519) 59-09-09; 8 (351) 750-27-27
www.zf74.ru

РЕКЛАМА