

▶ **САНАТОРИИ ММК** | Все нововведения направлены на укрепление здоровья

Отдыхаем и худеем



ЕВГЕНИЯ ВОРОБЬЕВА

Магнитогорск не зря считается одним из самых социально ориентированных городов не только в Челябинской области, но и в Уральском регионе. И вроде все, что можно, уже создано, и условия на социальных объектах соответствуют мировым стандартам. Но как не стоит на месте техническая модернизация промышленных объектов, так и постоянно появляются нововведения в сфере отдыха и оздоровления.

О курортах на озере Банном мы беседуем с заместителем директора по продажам и маркетингу ООО «УК «ММК-Курорт» Д. КАСАТКИНЫМ и главным врачом Н. МЕТЛА.

— Дмитрий Николаевич, какие новинки и акции приготовили для своих клиентов на этот раз?

Сейчас все нововведения направлены на самый актуальный аспект — здоровье. В 2012 году разработаны и запущены обновленные программы в санатории «Юбилейный». Основные направления лечебной деятельности — заболевания сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, органов дыхания и общие показания пребывания детей. Врачи санатория разработали специальные программы, которые помогут не запустить имеющиеся заболевания. Программы рассчитаны на продолжительность лечения 7, 10, 14 и 21 день. В каждой есть пояснения по показаниям и противопоказаниям.

— А сколько всего медицинских центров на Банном?

— Сейчас работают центры санатория «Юбилейный», который включает два медицинских корпуса. Открыт новый медицинский центр в доме отдыха «Березки».

Они располагают всем необходимым оборудованием, а главное — квалифицированным персоналом. С 2012 года расширен перечень услуг, лицензированы такие лечебные направления, как гастроэнтерология, нефрология, эндокринология, кардиология.

— То есть центры предназначены для тех, кто нуждается в профессиональной врачебной помощи?

— Не совсем так. Лечебная база, конечно, соответствует всем требованиям для оздоровления нуждающихся в лечении. Мы разработали множество профилактических программ, ведь предупредить заболевание намного проще, чем лечить. К тому же, профилактика в два-три раза дешевле обойдется.

Что касается новинок. В 2013 году начал работать кабинет озонотерапии в медицинском корпусе дома отдыха «Березки». Аналогичный кабинет скоро будет открыт и в санатории «Юбилейный». Закуплено оборудование, проводится дополнительное обучение персонала.

— Что это за процедура и какой эффект оказывает?

— Основные показания к применению озонотерапии такие: хрониче-

ские вирусные гепатиты всех видов, хронические алкогольные, медикаментозные, токсические поражения печени, гастрит, колиты, дисбактериоз кишечника; болезни кожи — при угревой сыпи, псориазе, дерматите, экземе, старении кожи; коррекция иммунитета — при хронических инфекциях, при синдроме хронической усталости, при онкологических, сердечно-сосудистых заболеваниях, бронхолегочных, воспалительных и инфекционных болезнях в гинекологии и урологии, при лечении осложнений сахарного диабета. Эффект заметен уже после первых двух процедур.

Кроме широкого спектра показаний к применению озонотерапии, несравненным преимуществом является отсутствие лекарственных препаратов, которые зачастую дают побочные эффекты. В современной медицине большое внимание уделяется немедикаментозным методам лечения. Это связано с увеличением числа страдающих аллергией на лекарства, с резистентностью (устойчивостью) микроорганизмов.

— Тем, у кого нет хронических заболеваний, можно воспользоваться озонотерапией?

— Безусловно. По статистике, за последние двести лет содержание кислорода в атмосфере земли снизилось с 38 до 21 процента. Причинами этого считается постоянно возрастающее загрязнение окружающей среды, вырубку лесов, истощение почв, автомобильные газы и смог. Кроме того, существуют такие проблемы, как стресс, неправильное питание, недостаток движения, вредные привычки. Это приводит к недостатку кислорода. В медицине это называется — гипоксия. Дефицит кислорода сказывается на состоянии всех систем и органов. Симптомами гипоксии являются слабость, быстрая утомляемость, плохой сон, ухудшение состояния кожи, снижение памяти, головные боли, понижение иммунитета, накопление токсинов в крови. Думаю, сегодня найдется мало людей, которые могут похвастаться отсутствием этих синдромов, причем наблюдаются они со школьного возраста.

— А противопоказания есть?

— Озонотерапия противопоказана людям, страдающим следующими заболеваниями: инфаркт миокарда — острая фаза, острый алкогольный психоз — алкогольная интоксикация, судорожный синдром, острый панкреатит, гипертиреоз — гиперфункция щитовидной железы, гипотония, глипо-

кликемия, гипокальциемия, тромбоцитопения, внутренние кровотечения.

— Сейчас много пишут о применении озонотерапии в «сфере красоты»...

— В косметологии спектр использования озона весьма широк. Его применяют для борьбы с угревой сыпью, растяжками, варикозным расширением вен. С целью похудения и для устранения целлюлита применение озона весьма эффективно в сочетании с другими методами. Он применяется как местно, так и системно — введение озона в организм через вену. С целью системного воздействия озона в вену вводится озонированный физиологический раствор. Кровь обогащается кислородом и разносит его по всему организму. За счет того, что озон улучшает обменные и ферментативные процессы и активизирует обмен веществ, в месте воздействия процесс липолиза — сжигания жира, а так же выведение расщепленного жира осуществляется намного интенсивнее. Главное достоинство озонотерапии для похудения в том, что вес сбрасывается не резко, а постепенно. Это позволяет распрощаться с лишними килограммами без ущерба для здоровья. Кроме того, подобная процедура обеспечивает не кратковременный результат, а эффективную потерю веса, благодаря комплексному воздействию на организм, в результате чего происходит восстановление обмена веществ и, как следствие, снижается вероятность того, что в обозримом будущем ненавистные лишние кило снова вернуться. Удивительно, но такая процедура позволит вам сбросить от пяти до десяти килограммов без особых усилий.

В этом году начал работать кабинет озонотерапии в медицинском корпусе «Березок»

Также можно отметить применение масел, содержащих озониды, для аппликаций, масок, массажа и обертываний — это позволяет улучшить состояние кожи и забавиться от мимических морщин на лице и растяжек на теле. Кроме того, проточная газация, или проще сказать — ингаляция, улучшает рост волос и ногтей. Вообще о возможностях озонотерапии можно говорить долго, но главное, пожалуй, что озон способствует выработке эндорфинов, так называемых «гормонов радости».

Вспомните, к примеру, как после нескольких дней, проведенных за городом, на море, в горах, вы мгновенно преображаетесь — у вас улучшается цвет лица, появляется блеск в глазах, на щеках начинает играть румянец. Эти изменения нам дарит кислород ☺



▶ АФИША

Магнитогорский драматический театр

- 2 марта. «Ученик чародея». Начало в 11.00.
- 2 марта. «Браво, оперетта». Начало в 18.00.
- 3 марта. «Мистер Икс». Начало в 18.00.
- 4, 5 марта. «Голубая камея». Начало в 18.30.
- 6, 7 марта. «Бешеные деньги». Начало в 18.30.

Телефон для справок 26-70-86.

Магнитогорский театр оперы и балета

- 5 марта. Праздничный концерт «В джазе не только девушки». Начало в 18.00.
- 7 марта. Вечер русского романа. Концерт Натальи Заварзиной «Все, что было...» Начало в 18.30.

Телефон для справок 22-74-75. Адрес сайта: www.magbi.ru

Магнитогорская государственная консерватория

- 4 марта. Концерт «С любовью и теплом». Начало в 18.30.
- 5 марта. Концерт «Милой маме». Начало в 18.00.
- 6 марта. Цикл концертов «Встречи поколений». Концерт «С любовью к женщине». Начало в 12.00.
- 6 марта. Концерт «Мальчики лица поздравляют». Начало в 18.00.
- 7 марта. Концерт-поздравление. Начало в 12.00.

Телефон для справок 42-30-06.

Магнитогорская картинная галерея

- «Марк Шагал. Библейские сюжеты». Выставка литографий.
- «Начинаю творить в 50». Персональная выставка А. Ревина.
- Выставка живописи магнитогорских художников Э. Медера и А. Пахомова.

Телефоны для справок: 26-02-48, 26-01-70. Адрес сайта: www.m-k-g.ru

Магнитогорский краеведческий музей

- Выставки: ретро-комната «Здесь все теперь воспоминанье», «Музей в почтовой карете», «История Магнитки — история страны», «Животный мир и минералы Южного Урала», «Контактные животные», выставка плакатов ко Дню защитника Отечества.
- В музее-квартире Б. Ручьева: «Город и поэт» памяти Александра Павлова, «Певец Магнитки», посвященная творчеству Б. Ручьева.
- Лекции: «Б. Ф. Капустин — кавалер ордена Гарибальди», «Спецпереселенцы», «Магнитка в годы ВОВ», «Народное творчество» и другие.

Телефон для справок 31-83-44.