

журнал о здоровье и здоровом образе жизни

# ТОНУС #15 Life

ГЛОБАЛЬНЫЙ ТЮНИНГ  
ПЕРЕД НОВЫМ ГОДОМ!

ЛИЦО НОМЕРА  
ЕВГЕНИЯ ГРОМОВА

ПОХУДЕТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ

КОГДА СОН РОСКОШЬ

МИР ЧЕРЕЗ ЗАМОЧНУЮ  
СКВАЖИНУ



ЗВЕЗДНЫЙ  
ФОТОПРОЕКТ

16 2018  
2019



GRILL HOUSE  
novillero

с 1 ноября

**ДОСТАВКА СТЕЙКОВ,  
ФИРМЕННЫХ БУРГЕРОВ  
И ГРИЛЬ-МЕНЮ**

**РЕСТОРАН GRILL HOUSE «Novillero»**

**Телефон доставки: 422-15-15**

ТРЦ "Жар-Птица", пл. Советская, 5.  
ТРЦ "Седьмое Небо", ул. Бетанкура, 1.



16+

# Содержание



## 14. Болезненные месячные



## 36. Глобальный тюнинг перед Новым годом



## 46. Модные диеты - опасность для здоровья

### ДЕЛО КАЖДОГО

4. Важный вопрос

### ЛИЦО НОМЕРА

6. Евгения Громова:  
«Выбирая между белым халатом и креслом руководителя, я безоговорочно отдам предпочтение первому!»

### ОНА

14. Болезненные месячные

### НОВОСТИ

### СПАСИТЕЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА

22. КТ&МРТ. В чем разница?

### КРУГЛЫЙ СТОЛ

26. Круглый стол:  
«Наболевшая проблема XXI века - бесплодие»

### КРАСОТА

36. Глобальный тюнинг перед Новым годом

41. Премиальная стоматология по доступной цене

46. Модные диеты - опасность для здоровья

## 4. Важный вопрос



6. Евгения Громова:  
«Выбирая между белым халатом и креслом руководителя, я безоговорочно отдам предпочтение первому!»



26. Круглый стол:  
«Наболевшая проблема XXI века - бесплодие»

## 54. Гиперактивность (СДВГ): синдром или характер?



## 60. Враг кожи



## 68. Проблемы щитовидной железы в вопросах и ответах



# Содержание

### ЗРИТЬ В КОРЕНЬ

50. Мир через замочную скважину

### МЛАДШЕЕ ПОКОЛЕНИЕ

54. Гиперактивность (СДВГ): синдром или характер?

### ЭТО ИНТЕРЕСНО

60. Враг кожи

64. Когда сон – роскошь

68. Проблемы щитовидной железы в вопросах и ответах

### ФОТОПРОЕКТ

86. Здоровый гороскоп на 2019 год

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР  
Андрей Владиславович  
Петров

АДРЕС РЕДАКЦИИ  
И ИЗДАТЕЛЯ: 603146,  
г. Нижний Новгород,  
ул. Юбилейная, д. 41а

ДИЗАЙНЕР  
Анастасия  
Максимова

ВЕРСТКА  
Елена  
Емельянова

КОРРЕКТОР  
Ирина  
Зубкова

РЕКЛАМНЫЙ ОТДЕЛ  
Тамара  
Максимова

ЖУРНАЛИСТ  
Светлана  
Мисник

УЧРЕДИТЕЛЬ  
ООО «Холдинг  
«Единение»

ПЕРИОДИЧНОСТЬ  
раз в квартал

ТИРАЖ:  
5000 экземпляров

ПОДПИСАНО В ПЕЧАТЬ:  
20.11.2018 г.

Отпечатано  
в типографии  
«РИММИНИ».  
Адрес: Н. Новгород,  
ул. Красноезвездная, 7а,  
2-й этаж,  
тел. (831) 422-57-80  
office@rimmini.ru

Любое  
воспроизведение  
материалов и их  
фрагментов возможно  
только по согласованию  
с редакцией.

По всем вопросам  
обращаться  
info@tonus.nnov.ru

Журнал «ТОНУСLife» зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных и массовых коммуникаций по Приволжскому федеральному округу. Свидетельство о регистрации средств массовой информации ПИИ№ ТУ52-01085 от 17 ноября 2015 г.

Распространяется бесплатно на территории Нижегородской области. Все рекламируемые товары подлежат обязательной сертификации, а услуги — лицензированию, при наличии о том требования в законодательстве РФ. Ответственность за содержание рекламы несет рекламодатель.

Настоящий журнал издается в соответствии с законодательством о средствах массовой информации — Законом РФ «О средствах массовой информации» от 27.12.1991 г. № 2124-1, законодательством о рекламе — Законом РФ «О рекламе» от 13.03.2006 г. № 38-ФЗ, прочими нормативными актами Российской Федерации. Рекламные модули и рекламные статьи помечены знаком «На правах рекламы». Всё остальное не является рекламой.

Руководитель направления  
по клинико-экспертной работе  
сети медицинских клиник «Тонус»  
Атясов Иван Николаевич

*Новый год* – волшебный праздник,  
время, когда сбываются самые заветные мечты  
и надежды. С боем курантов для каждого из нас  
открываются двери в новую жизнь. Это точка отсчета,  
которая дает невероятные возможности для реализации  
самых смелых планов. От всей души я хочу пожелать  
Вам в Новом году побед во всех сферах жизни.  
Пусть Вас окружают только дорогие сердцу люди,  
которые всегда будут рядом и подставят крепкое  
плечо в нужный момент. Пусть здоровье приумножится  
с каждым днем, а сил хватает на все задуманное.  
Желаю любви, гармонии и уюта Вашему дому,  
а Вам – приподнятого настроения  
и прекрасного расположения духа!

# ВАЖНЫЙ ВОПРОС

В каждом номере журнала специалисты сети медицинских клиник «Тонус» отвечают на несколько писем из нашей почты. Отправить свой вопрос можно по адресу: [info@tonus.nnov.ru](mailto:info@tonus.nnov.ru) с пометкой «Журнал».

*Стала замечать, что каждую зиму у меня ухудшается состояние волос: кончики секутся, цвет тускнеет, волосы сильно путаются и выпадают. С чем это может быть связано? Что можете мне посоветовать?*

*Что такое «лазерное фотоомоложение»? Можно ли его делать, если на лице есть выпуклые родинки?*



**Отвечает**

**Мария Склемина,**  
врач-косметолог  
центра эстетической медицины  
«ТОНУС ПРЕМИУМ»

**Лазерное фотоомоложение** – это инновационная процедура омоложения кожи. С помощью лазера специалист воздействует на верхний слой эпидермиса интенсивным импульсом светового потока, который ускоряет микроциркуляцию крови в сосудах и регенерацию клеток, запускает метаболические процессы, стимулируя выработку коллагена и эластина. После лазерного фотоомоложения мимические морщины становятся менее заметными, пигментация, различные воспаления и купероз исчезают, тон кожи выравнивается, контур лица подтягивается. Кроме того, лазерное фотоомоложение может применяться в качестве лечебной процедуры для борьбы со сложной угревой сыпью, комедонами и черными точками. **Воздействие лазера на родинки строго противопоказано**, поэтому во время процедуры высококвалифицированный специалист аккуратно обходит их стороной, избегая попадания импульса на поверхность невусов. В случае если родинок на лице больше чем три, от лазерного фотоомоложения придется отказаться в пользу других омолаживающих процедур.



**Отвечает**

**Оксана Горячева,**  
врач-косметолог  
центра эстетической медицины  
«ТОНУС ПРЕМИУМ»

Зимой нашему организму не хватает витаминов и микроэлементов, а волосы подвержены негативным воздействиям окружающей среды, что, конечно же, существенно влияет на их состояние. В первую очередь **вам необходимо записаться на очную консультацию к врачу-трихологу**, который проведет осмотр волос, кожных покровов головы и сделает трихоскопию, после чего пропишет эффективное лечение. Это могут быть витаминно-минеральные комплексы или инновационные процедуры, такие как мезотерапия и плазмотерапия Endoret. Мезотерапия представляет собой введение в кожу головы индивидуально подобранных коктейлей, которые содержат витамины и биологически-активные вещества. Благодаря уколам и локальному действию питательные вещества поступают непосредственно в луковицы, в результате формируя здоровый и красивый волос. **Всего за три-пять процедур можно добиться впечатляющих результатов**, стимулировать луковицы, которые находились в состоянии покоя, и ускорить рост волос, а также избавиться от сухости, жирности кожи головы и секущихся кончиков. **Плазмотерапия Endoret** – инновационная инъекционная процедура, которая улучшает микроциркуляцию крови и клеточный метаболизм, способствует активному питанию волосяных фолликулов, благодаря чему рост волос заметно улучшается, предотвращается их выпадение и ломкость, появляется здоровый блеск, эластичность и шелковистость.

*Из-за чего могут кровоточить десны?  
Возможна ли какая-нибудь профилактика?*



**Отвечает**

**Ольга Рунова,**  
врач стоматолог-терапевт, пародонтолог  
центра эстетической медицины  
«ТОНУС ПРЕМИУМ», к. м. н.

Кровоточивость десен – это серьезная проблема, с которой необходимо обратиться к стоматологу-пародонтологу. Патология может возникнуть вследствие множества причин: от неправильной гигиены зубов и выбора зубной щетки до серьезных воспалительных заболеваний полости рта (гингивит, пародонтит). На консультации специалист проводит полный осмотр полости рта, оценивает состояние зубов и десен, проверяет наличие зубного камня, тем самым выявляет причины, которые могли привести к кровоточивости. После постановки диагноза стоматолог подберет индивидуальную схему лечения: при обнаружении зубного камня проведет профессиональную чистку зубов, при серьезных проблемах с пародонтом назначит терапевтическое лечение, прием антибиотиков, специальных гелей и мазей для зубов, а если проблема кроется в неправильной гигиене и зубной щетке – подберет оптимальную жесткость и проведет обучение домашней чистке зубов. Что касается профилактики, то она заключается в регулярном посещении стоматолога, который сможет вовремя диагностировать проблему и не довести ее до серьезных последствий.

*Во время семяизвержения чувствую боль.  
С чем это может быть связано?*



**Отвечает**

**Евгения Громова,**  
главный врач  
медицинского центра «Тонус»,  
врач уролог-андролог, хирург

Боль при эякуляции (семяизвержении) может быть обусловлена целым рядом причин, к которым относятся **различные воспалительные заболевания** (простатит, везикулит, орхоэпидидимит и т. д.), **мочекаменная болезнь, варикоцеле, фимоз, короткая уздечка полового члена** и другие. При этом болевые ощущения могут иметь различный характер и локализацию, а также **сопровождаться примесью крови в эякуляте**. Точный диагноз может поставить только высококвалифицированный врач-андролог на очном приеме после сбора анамнеза, осмотра и прохождения пациентом необходимого обследования. Как правило, назначаются **клинические анализы, анализы на ИППП, УЗИ органов малого таза, анализ простатического сока и онкомаркеры**, в зависимости от того, какое заболевание предполагает специалист.

*Часто немеют руки. С чем это может  
быть связано? Какое обследование мне  
пройти, чтобы выяснить природу недуга,  
и как это лечить?*



**Отвечает**

**Константин Сигрианский,**  
врач-невролог высшей категории,  
мануальный терапевт высшей категории,  
врач функциональной диагностики  
клиники «ТОНУС ПРЕМИУМ»

Онемение рук – одна из распространенных проблем, с которой пациенты приходят на прием к неврологам, чаще с этой проблемой обращаются женщины. Чувство онемения в руках может возникать по разным причинам: **сдавление и ухудшение кровообращения в нервах рук, изменение работы шейных спинно-мозговых корешков, изменение кровообращения конечностей, напряжение мышц шеи и надплечий**. Нередко к этому приводят не только травмы и заболевания, но и банальные постоянные нагрузки при длительном сидении в неудобной позе с постоянным напряжением мышц шеи и перегрузка кистей и предплечий. Деформация суставов конечностей – также возможная причина, приводящая к повреждению нервов рук и онемению в руках. Поэтому в первую очередь **важна консультация специалиста-невролога**, который может заподозрить ту или иную причину, вызывающую онемение. В зависимости от предполагаемой причины назначается план дополнительного исследования. Золотым стандартом в исследовании проводимости по нервам рук во всем мире признана **электронейромиография (ЭНМГ)**. Это обследование позволяет определить, есть повреждение нервов или нет, на каком участке поврежден нерв, какие волокна и насколько сильно повреждены, т.е. это исследование помогает не только в первичной диагностике, но и в последующем контроле за состоянием нерва. В зависимости от результата ЭНМГ удобно планировать и другие дополнительные методы исследования: **магнитно-резонансная и мультиспиральная компьютерная томографии** для диагностики позвоночника, **рентгенография** суставов конечностей, **УЗИ** для исследования сосудов, **УЗИ и МРТ** для уточнения состояния нервов и мягких тканей опорно-двигательного аппарата. Как только будет установлен окончательный диагноз, назначается индивидуальное лечение: **медикаментозное, хирургическое или физиотерапевтическое**. При онемении рук, связанном с мышечным дисбалансом в шее и мышцах надплечий, большее значение имеет **лечебная физкультура и мануальная терапия**.

ТОНУС  
ЕВГЕНИЙ ГРОМОВА  
УРОЛОГ-АНДРОЛОГ

*«Выбирая между белым халатом  
и креслом руководителя,  
я безоговорочно отдаю  
предпочтение первому!»*

# ЕВГЕНИЙ ГРОМОВА

Главный врач медицинского центра «Тонус» на ул. Ижорская, врач уролог-андролог, хирург

**Евгения Игоревна, врач уролог-андролог – узкая и не самая распространенная специализация. Почему Вы выбрали именно эту профессию?**

– В детстве, как все советские дети, я мечтала стать космонавтом, но когда побывала в парке аттракционов, четко осознала, что Земля мне ближе и роднее, чем космос *(смеется)*. После окончания школы стояла перед выбором: юриспруденция или лечебный факультет медицинского института. Однако стремление к великому взяло верх. Я представляла, что стану врачом-реаниматологом, буду вытаскивать людей с того света и спасать человеческие жизни. Но, побывав на практике в отделении реанимации, сильно разочаровалась в данной специальности (не в обиду реаниматологам), поняла и увидела, что людей, к сожалению, не всегда можно спасти.

После третьего курса я попала в отделение урологии, и здесь все закрутилось. Я не могу объяснить, почему или чем мне понравилась эта специальность. Я просто четко осознала, что хочу заниматься урологией, что в этой профессии я преуспею и буду полезна людям. Мне было все интересно и понятно, любую трудность я преодолевала с легкостью и гордостью. Урология была органична ко мне, поэтому после третьего курса вопрос выбора для меня был решен. Я до сих пор обожаю свою профессию и за семнадцать лет ни разу в ней не разочаровалась.

Андрология пришла ко мне значительно позже. Каждый человек, влюбленный в свою работу, стремится быть в ней лучшим, ежедневно развивается, профессионально растет и хочет добиться определенных успехов. Работая урологом, я стала замечать, что с каждым годом увеличивается количество мужчин, которые обращаются ко мне с нарушениями сексуальной и репродуктивной функции, в том числе с бесплодием. Я чувствовала, что мне недостаточно знаний, чтобы оказать полноценную помощь этим людям, поэтому решила получить специализацию по андрологии. Тем более что урология и андрология – близкие специальности. Со временем андрология, как и урология, стала частичкой меня.

***«У каждого человека в этой жизни есть свое предназначение, поэтому сказать, что я выбрала профессию уролога-андролога, не могу... Скорее, это профессия выбрала меня».***



***Расскажите, с чего Вы начинали свою рабочую деятельность.***

– Я начинала работать в поликлинике № 31 и считаю, что это бесценный опыт, который должен получить каждый молодой специалист. В поликлинике своя «романтика». Здесь огромный поток пациентов. Ты стараешься помочь всем, при любой болезни (даже если она не относится к твоей специальности). Ты находишься с пациентом один на один, должен немедленно принимать правильные решения, ставить диагнозы и назначать лечение. Ты отвечаешь за жизнь и здоровье, посоветоваться тебе некогда и не с кем, поэтому права на ошибку нет. Именно этот опыт вырачивает врачей. Ты либо остаешься, достигаешь колоссальных успехов в профессиональном плане, начинаешь разбираться во всех тонкостях своей специальности, либо разочаровываешься в профессии и уходишь из нее навсегда. Я принимала по нескольким направлениям: как хирург, как уролог и как травматолог. Приходилось осматривать больше 50 человек за смену, уставала жутко, но ни о чем не жалею. Именно в поликлинике я поняла, что не зря давала клятву врача, ведь помогать людям – это неопишное удовольствие.

# ЧАСТЬ «ТОНУСА»

*«В медицинских кругах сеть клиник „Тонус“ известна как место, где можно расти, совершенствоваться и развиваться профессионально. Это меня и привлекло!»*

**Как Вы пришли к тому, что стали занимать руководящую должность?**

– Лидерские качества во мне, безусловно, были с самого рождения *[смеется]*. В детском саду, во дворе, в школе, в лагерях – я была подвижной, проявляла инициативу, поэтому меня всегда записывали в активисты. Я даже была председателем совета отряда и дружины *[смеется]*! И, не скрою, я получала неимоверное удовольствие и удовлетворение от того, что веду людей за собой. На работе тоже никогда не стояла в стороне, помогала в решении административных вопросов, имела активную позицию в коллективе. В определенный момент времени мои лидерские качества были отмечены, с тех пор я пытаюсь освоить тонкости руководства и добиться успехов на новом поприще.

**Если Вам предложат выбрать между практической и административной деятельностью, что вы выберете?**

– Я считаю, что быть врачом – это призвание. Для меня самое главное – это помощь людям, поэтому, выбирая между

белым халатом и креслом руководителя, я безоговорочно отдаю предпочтение первому. Я не представляю свою жизнь без любимой работы и пациентов, поэтому тут даже сомнений не будет.

**Как Вы стали частью сети медицинских клиник «Тонус»?**

– Я отношусь философски ко всему, и к тому, что оказалась частью «Тонуса», тоже. Судьба нас всех куда-то ведет, к каким-то определенным людям, местам, должностям... Наверное, просто звезды так сложились, что компании была нужна я, а мне просто необходим был «Тонус»... и в прямом и переносном смысле тоже *[смеется]*.

**Что Вам особенно нравится и гордитесь ли вы местом, в котором работаете?**

– Во-первых, я горжусь тем, что центр успешно существует уже 19 лет и заслужил доверие пациентов. Как же приятно видеть, когда к нам приходят целыми поколениями, рекомендуют нас своим друзьям и знакомым. Во-вторых, я могу особенно отметить непревзойденную оснащенность клиники: у нас установлен высокопольный и мощный аппарат МРТ 1,5 Тесла, который помогает увидеть четкую картину заболевания и разглядеть мельчайшие детали, что очень помогает при диагностике на ранних стадиях; у нас работают три УЗИ-аппарата экспертного класса, благодаря которым у наших специалистов есть возможность получать сверхкачественные панорамные изображения всех органов и систем; у нас имеется цифровой рентген, который обеспечивает высокое качество и непревзойденный уровень первоначальной диагностики, а также множество других единиц инновационного оборудования. Кроме того, у нас самая современная лаборатория, которая позволяет получать в максимально короткие сроки точные результаты анализов – это очень важно, когда у пациента, например, какое-то серьезное заболевание, промедление или неточность может стоить ему жизни. Ну и самое главное, чем я особенно горжусь, – это профессиональные кадры, с которыми приятно работать и на которых можно положиться в любой ситуации. Я с легкостью и спокойной душой доверяю своих пациентов коллегам и уверена в их результате на все 100 %.



Конгресс «Мужское здоровье», Сочи

# ОСОБЕННЫЙ ПОДХОД

**Сложно ли Вам совмещать практическую работу врача и руководить клиникой?**

– Я не знаю, как мне это удастся и удастся ли это мне (*смеется*). Я стараюсь все успевать, но все успеть невозможно из-за ограниченности человеческих ресурсов. Административные вопросы возникают ежеминутно, их необходимо решать здесь и сейчас, а я, например, в это время могу быть на приеме. Но не решить проблему я не могу, ровно так же, как и бросить пациента. Это очень сложно совмещать, пытаюсь разрываться, работаю сверхурочно, чтобы никто не пострадал – ни люди, ни клиника.

**Как такой хрупкой женщине, как Вы, удается справляться с коллективом? Есть ли у вас особенный подход к сотрудникам и «рычаги давления»?**

– Это не вопрос хрупкости, а вопрос внутренней энергетики. Я работаю не как управляющий, а как коллега, друг и наставник, к которому можно обратиться с любым вопросом и проблемой. Я со всеми общаюсь на равных, помогаю в принятии правильных решений, забочусь о комфорте сотрудников. Конечно, работать в коллективе довольно сложно, бывают всякие ситуации, разногласия и конфликты. Если кто-то позволил себе лишнего, на это нужно непременно указать, но сделать это корректно. Да, в определенных ситуациях нужно быть более жесткой, но не грубой. Я никогда не занимаю определенной стороны – у меня нет любимчиков. Для меня важен каждый сотрудник и успех всей организации, поэтому считаю, что вопросы нужно решать совместно – только такой подход приносит свои плоды. Мы – коллектив, единый организм. Мы делаем общее дело, и нам важно работать слаженно и дружно.

**А есть ли особенный подход к пациентам?**

– Есть такое мнение, что врачи не болеют, но это далеко не так. Мы так же лечимся и иногда сталкиваемся с непрофессионализмом: например, невнимательным отношением к пациентам и их проблемам.

*«Когда на прием приходят ко мне, я ставлю себя на место человека, которому даю консультацию. Я бы хотела, чтобы ко мне относились с пониманием и уважением, подробно разбирались в моей проблеме, отвечали на все интересующие вопросы, а самое главное, чтобы мне помогли. Я прокручиваю в своей голове эту идеальную картину и стараюсь как доктор ей соответствовать. В этом и заключается мой особенный подход».*

**С какими самыми сложными ситуациями в работе Вам приходилось сталкиваться?**

– Из-за того, что мы живем в мире информационных технологий, в последнее время нарастает тенденция, когда пациенты сами ставят себе диагнозы по симптомам, описанным в Интернете. Порой они самостоятельно назначают себе и сдают анализы (не те, которые нужно, естественно), приносят их и пытаются доказать свой диагноз врачу. Убедить человека в том, что у него, например, другое заболевание, а не то, какое он сам себе поставил, очень непросто, но у меня получается (*смеется*).



С Бруно Люненфельдом, профессором, доктором медицины, Членом королевского общества акушеров и гинекологов (FRCOG) на конгрессе ISSAM, Армения, Ереван



*«Моя любимая сложность – «таинственные пациенты». Это люди, которые обошли множество специалистов, сдали все существующие в мире анализы, прошли детальную диагностику, но никто им так и не смог помочь, к сожалению».*

Работать с такими пациентами хоть и невероятно трудно, но очень интересно. Это своеобразный вызов самому себе, испытание своих возможностей, самостоятельная оценка собственных знаний. В подобных случаях важно полностью абстрагироваться от предыдущих диагнозов и результатов, самостоятельно разобраться до мелочей, не полагаясь на других. Во врачебном деле нельзя халатничать – это может стоить человеку здоровья и жизни. Если пациент пришел, значит, в другом месте ему не помогли и он рассчитывает именно на тебя. Помочь удастся почти всегда, пациент наконец-то получает то лечение, которое ему необходимо, а я – бесценный опыт.

Однако есть еще и сложности для меня как для человека, а не как для врача. Это даже не сложности, а моя личная трагедия, наверное... Пары, которые недавно потеряли своего ребенка. Они приходят ко мне, показывают фотографии детишек, плачут и просят помочь им быстрее снова реализовать репродуктивную функцию. Я понимаю, что как врач я могу решить их проблему – помочь стать родителями, и помогаю, конечно, но как человек я не способна вылечить их душу. Остается ощущение недоделанности своей работы... Таких пациентов немного, но я помню их всех.

***Многим мужчинам сложно побороть свой страх перед походом к андрологу. Что Вы можете посоветовать, чтобы стеснение и робость ушли?***

– Правильнее сказать не страх, а некая скованность. Это касается не только андрологов или урологов, но и любых других врачей. Зжатость присутствует просто из-за того, что человек идет к доктору. Моя задача – расположить пациента, вызвать его доверие и помочь раскрыться. Конечно, опыт специалиста и качество оборудования безусловно важны в достижении эффективного результата, но если человек что-то будет утаивать, не полностью посвятит врача в проблему, то есть риск постановки неточного диагноза, а соответственно, назначения неверного лечения. Я общаюсь с пациентами по-разному: с кем-то говорю на равных, кого-то успокаиваю, а с кем-то, напротив, провожу жесткую беседу. К каждому свой подход. Человеку важно найти своего врача, если это не получается, то пациент рискует ходить недолеченным.

## **Какие инновационные методы диагностики и лечения применяются в медицинском центре «Тонус» по вашим специальностям?**

– Сеть медицинских клиник «Тонус» оснащена всеми высокотехнологичными диагностическими аппаратами, которые необходимы для постановки быстрого и точного диагноза в урологии и андрологии: урофлометр, цистоскоп, экспертное УЗИ и т. д. Кроме того, у нас есть собственная лаборатория, которая в кратчайшие сроки проводит исследования и выдает точные результаты, которым я могу полностью доверять. Если говорить о вопросе бесплодия, мы имеем возможность проводить компьютерный анализ эякулята, у нас есть собственная инновационная эмбриологическая лаборатория, где работают одни из лучших эмбриологов в Нижнем Новгороде, которые помогают справляться с самыми сложными диагнозами. Что касается лечения, то мы используем все известные на сегодняшний день методики: лекарственную терапию, физиотерапию, хирургическое лечение.

## **Существуют ли в настоящее время неизлечимые заболевания мочеполовой системы?**

– Благодаря возможностям современной медицины практически все заболевания мочеполовой системы поддаются успешному лечению. Даже хронические заболевания можно ввести в состояние длительной ремиссии и снять их приступы, чтобы человек мог наслаждаться жизнью, строить личные отношения и работать.

## **Вы проделали такой большой путь, получили огромный жизненный опыт. Наверняка Вам есть чем гордиться и у Вас были какие-нибудь особенные свершения.**

– Я горжусь своими «внебрачными детьми» *(смеется)*. Это те малыши, которые появились на свет благодаря мне, моим стараниям и усилиям. Для меня это всегда очень важно, у всех своих пациентов я прошу фото «моих детишек». У меня уже есть целый фотоальбом с фотографиями *(смеется)*. Ну и, конечно же, я горжусь пациентами, которых я смогла вылечить.

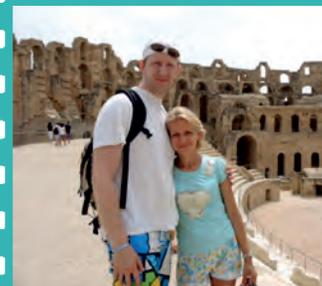
## **Расскажите про вашу семью – детей, мужа.**

– Есть такая фраза – «Счастье любит тишину». Я очень суеверная, поэтому о своей семье рассказывать не люблю.

## **Есть ли у Вас какое-нибудь хобби?**

– Можно сказать, что я люблю все. Мне нравится читать – для меня это своеобразная отдушина, благодаря чтению я успокаиваюсь и восстанавливаюсь. В плане книг я всеядна – читаю все, но особенно люблю классику. Люблю рисовать на камнях. Мне очень по душе ковыряться в земле – полоть, поливать, сажать, с растениями возиться для меня не в тягость. Я занимаюсь абсолютно всем, чем увлекаются мои дети *(смеется)*. Это было и бисероплетение, и валяние из шерсти, и вышивание, и спортивные секции, и танцы... Я открыта ко всему, быстро увлекаюсь, мне все интересно.

*Скажу одно: мне очень повезло с мужем (к медицине, кстати, он не имеет никакого отношения), и мы 15 лет в браке, у нас растут двое замечательных детей. У меня живы родители и даже бабушка.*



# ДЕЛИКАТНОЕ РЕШЕНИЕ МУЖСКИХ ПРОБЛЕМ

- УРОЛОГ
- ВЕНЕРОЛОГ
- АНДРОЛОГ
- УЗИ
- РЕНТГЕН
- ВСЕ АНАЛИЗЫ

**NEW**

КОМПЬЮТЕРНЫЙ АНАЛИЗ ЭЯКУЛЯТА

*Располагает к доверию*  
**ТОНУС**  
СЕТЬ МЕДИЦИНСКИХ КЛИНИК

**т. (831) 411-11-22**

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ

# ДЕЛИКАТНОЕ РЕШЕНИЕ ЖЕНСКИХ ПРОБЛЕМ

- ГИНЕКОЛОГ
- МАММОЛОГ
- ЭНДОКРИНОЛОГ
- ЛЕЧЕНИЕ  
БЕСПЛОДИЯ
- ЭКО ● ИКСИ
- УЗИ
- РЕНТГЕН
- МАММОГРАФИЯ
- ХИРУРГИЧЕСКОЕ  
ЛЕЧЕНИЕ
- ВСЕ АНАЛИЗЫ

[www.tonus.nnov.ru](http://www.tonus.nnov.ru)

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# БОЛЕЗНЕННЫЕ МЕСЯЧНЫЕ



Лада Покровская,  
главный врач медицинского  
центра «ТОНУС ПРЕМИУМ»,  
врач акушер-гинеколог

*Болезненные менструации получили научное название «дисменорея». Это нарушение менструальной функции, которое выражается в схваткообразных и ноющих болях нижней части живота, в поясничной или крестцовой области и сопровождается общим психофизическим недомоганием.*



## ! НОРМА

Нормой считаются месячные, которые не ограничивают жизнедеятельность и работоспособность.

## ! КОГДА СТОИТ БИТЬ ТРЕВОГУ?

Если боли настолько сильные, что приходится отменять все планы, лежать дома и пить болеутоляющие, - это серьезный повод для обращения к специалисту.

## ! НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ

- Головокружение
- Мигрень
- Тошнота
- Нарушение теплообмена
- Сильная боль в мышцах и суставах
- Слишком темная кровь
- Выделения со сгустками

## ПРИЧИНЫ

- Воспалительные и инфекционные процессы мочеполовой системы
- Эндометриоз
- Нервно-психические расстройства
- Патологии развития матки
- Злокачественные и доброкачественные опухоли
- Дисплазия, лейкоплакия, эрозия шейки матки
- Гормональные отклонения

*Любое заболевание может быть угрозой здоровью и жизни женщины. Если вовремя не начать лечение, есть риск развития серьезных осложнений, одним из которых является бесплодие.*

## ВНИМАНИЕ!

*Паниковать раньше времени не стоит. Лишь в 50 % случаев дисменорея говорит о заболеваниях мочеполовой системы. Остальная половина приходится на индивидуальную особенность женского организма. Однако истинную причину может определить только высококвалифицированный врач-гинеколог*

## ДИАГНОСТИКА

- Мазок на инфекции и цитологию
- Кровь на гормоны
- УЗИ
- МСКТ
- МРТ 1,5 и 3,0 Тесла
- Гистероскопия
- Кольпоскопия
- Гистеросальпингография



# ЛЕЧЕНИЕ ДИСМЕНОРЕИ

От дисменореи, вызванной каким-либо заболеванием органов малого таза, можно избавиться, **вылечившись от основной патологии**. Для этого гинеколог может назначить **прием лекарственных, противовоспалительных, спазмолитических и гормональных препаратов, комбинированных оральных контрацептивов, витаминно-минеральных комплексов**. В особо сложных случаях может понадобиться **хирургическое лечение**. Как вспомогательные методы используются **физиотерапия и психотерапия**.

***ВАЖНО!** Никогда во время месячных не прикладывайте к животу грелки и не принимайте горячую ванну. Если боль связана с инфекционным или воспалительным заболеванием, нагревание только усугубит ситуацию, а прием ванны может занести другую инфекцию.*



Отсканируйте QR-код и получите скидку 20% на консультацию врача-гинеколога





  
**кенгуру**  
для детей и будущих мам

PIETRO BRUNELLI • TWIN SET • ADD • FURS66 • PARAJAMPERS • 5PREVIEW

**НИЖНИЙ НОВГОРОД:** ул. М. Горького, 151 • т. 8 (831) 421 21 21

МОСКВА • САНКТ-ПЕТЕРБУРГ • КРАСНОДАР • УФА • ЕКАТЕРИНБУРГ • ОМСК • КРАСНОЯРСК • ХАБАРОВСК • РОСТОВ-НА-ДОНУ  
информационная служба сети 8 (800) 234 93 93 • **online-shop:** [www.keng.ru](http://www.keng.ru) • **Instagram:** @kenguru\_nn

# ПАРАД ДНЕЙ РОЖДЕНИЙ КЛИНИК «ТОНУС»!

8

лет

12 октября педиатрические центры «Тонус КРОХА» отметили свой 8-й День рождения! В наших клиниках собрано все лучшее для лечения детей любого возраста. Опытные специалисты с повышенным вниманием подходят к осмотру малышей и применяют игровые методики диагностики и лечения. Каждый центр наполнен любовью к маленьким пациентам. Малыши с радостью бегут в гости к своему доброму другу КРОХЕ-Коту, с которым они играют и веселятся, забывая о болезнях. Живой уголок, яркий дизайн клиник, подарки и игрушки помогают детишкам окунуться в настоящую сказку!

2 года

26 октября 2 года исполнилось семейной стоматологии «Тонус» на улице Коминтерна! В клинике работают только лучшие специалисты с большим опытом работы и безупречной репутацией и представлен широкий спектр услуг – от эстетической стоматологии до хирургического лечения. Чистые, просторные и стильные кабинеты оборудованы по последнему слову техники. Гарантированный результат обеспечивается использованием эффективных методов лечения, а также проверенными и безопасными материалами. Стоматологов «Тонус» любят даже дети! Ожидая своей очереди, они всегда могут поиграть в игрушки, а во время лечения зубов – посмотреть любимые мультфильмы!

2 года

25 октября 2 года исполнилось клинике «Тонус» в городе Семёнов. В нашем центре прием ведут не только доктора из Семёнова, но и врачи узких специальностей из Н. Новгорода, благодаря чему областная медицина выходит на принципиально новый уровень! За небольшой срок работы мы расширили спектр медицинских услуг, оборудовали кабинеты диагностическими аппаратами последнего поколения, пополнили свой штат новыми высококвалифицированными специалистами, которые ежедневно помогают жителям города и ближайших районов, таких как Красные Баки, Варнавино, Воскресенск, Урень, Ковернино и т.д., заботиться о своем здоровье.

6

лет

7 ноября 6 лет исполнилось центру эндоскопической хирургии «ТОНУС ПРЕМИУМ»! Это ультрасовременная клиника, где опытные специалисты проводят высокотехнологичные хирургические вмешательства по гинекологии и урологии, общей, сосудистой, пластической, и ЛОР-хирургии, применяя традиционные, эндоскопические и лазерные методики. После операции пациенты пребывают в комфортабельных палатах под непрерывным контролем внимательного персонала и лечащего врача. Обращаясь в центр эндоскопической хирургии «ТОНУС ПРЕМИУМ», вы можете быть уверены в быстром и качественном результате!

4 года

4 года назад, 15 ноября, был открыт инновационный центр лечения глаукомы, заболеваний сетчатки и витреоретинальной хирургии «Тонус АМАРИС». В центре высококвалифицированные специалисты проводят точнейшие операции по лечению заболеваний глаз, применяя инновационное оборудование ведущих мировых производителей! Гордость клиники – Дмитрий Геннадьевич Арсютов, главный врач ГУЗ Республиканской клинической офтальмологической больницы в Чебоксарах. Он является автором более 70 научных работ, имеет 4 патента РФ на изобретение, а также в совершенстве владеет микроинвазивными технологиями, которые применяет для лечения различных заболеваний глаз. Каждый пациент «Тонус АМАРИС» может быть уверен в качестве предоставляемых услуг и положительном результате.

# НОВЫЕ ВРАЧИ



*В сети клиник «Тонус» работают высококвалифицированные специалисты различных направлений, опыт и знания которых, гарантируют оказание качественной медицинской помощи. Мы гордимся уровнем профессионализма наших сотрудников и с радостью анонсируем пополнение команды новыми кадрами.*



**Руин  
Валерий  
Александрович**

Врач-невролог высшей категории клиники неврологии и эпилептологии «ТОНУС ЛАЙФ», к. м. н. Основное направление профессиональной деятельности – нервно-мышечные заболевания (миастения, миастенические синдромы). Стаж работы – 39 лет.



**Першин  
Александр  
Борисович**

Врач-психиатр высшей категории клиники неврологии и эпилептологии «ТОНУС ЛАЙФ». Специализируется на диагностике и лечении таких психических расстройств, как депрессия, маниакально-депрессивный психоз, панические расстройства, навязчивые состояния, страхи, фобии, шизофрения, неконтролируемая агрессия, булимия и анорексия, апатия и вялость.

Стаж работы – 38 лет.



**Суворова  
Майя  
Константиновна**

Врач УЗ-диагностики высшей категории сети медицинских клиник «Тонус». Является постоянным участником конференций Ассоциации флебологов России, где проводит мастер-классы по УЗИ центральных и периферических сосудов. Стаж работы – 25 лет



**Козачук  
Павел  
Николаевич**

Врач УЗ-диагностики сети медицинских клиник «Тонус». Стаж работы – 23 года.



**Чайников  
Пётр  
Михайлович**

Врач-осеопат клиники неврологии и эпилептологии «ТОНУС ЛАЙФ». Применяет техники структуральной, висцеральной, краниальной остеопатии. За время своей врачебной практики своими руками поставил на ноги тысячи пациентов. Пётр Михайлович является действующим членом Российской остеопатической ассоциации. Стаж работы – 11 лет.



**Князева  
Мargarита  
Александровна**

Врач-кардиолог медицинского центра «Тонус». Стаж работы – 14 лет.



**Горюнова  
Мария  
Евгеньевна**

Врач-офтальмолог центра детской офтальмологии «Тонус АМАРИС». Ведущие направления: визометрия, гониоскопия, подбор очков, ОКТ, витреоретинальная патология. Стаж работы – 8 лет.



**Шабанова  
Марина  
Николаевна**

Врач-терапевт. Стаж работы 6 лет. Решает широкий спектр терапевтических и диагностических вопросов - от лечения ОРВИ до сбора данных для направления к узкому специалисту. Марина Николаевна регулярно повышает уровень профессиональной квалификации, посещает медицинские и научно-практические конгрессы, конференции, форумы и сессии.

## ОНЛАЙН-КОНСУЛЬТАЦИИ ВРАЧА-ТЕРАПЕВТА В СЕТИ МЕДИЦИНСКИХ КЛИНИК «ТОНУС»!

С 3 октября в сети медицинских клиник «Тонус» начались онлайн-консультации врача-терапевта Марины Николаевны Шабановой. Теперь каждый желающий, не выходя из дома, может задать вопрос в одном из удобных форматов: аудиозвонок, видеочат или текстовое сообщение. Марина Николаевна оперативно отвечает на все интересные вопросы!

### ОНЛАЙН-КОНСУЛЬТАЦИЯ – ЭТО УДОБНО!

- Экономия времени на посещение клиники
- Получение квалифицированного ответа на свой вопрос, не выходя из дома
- Оперативная консультация по поводу симптомов и острой боли, даже если находитесь не в городе
- Профессиональная расшифровка проведенных лабораторных/инструментальных исследований
- Второе медицинское мнение

Оставляйте свои заявки на онлайн-консультацию на нашем сайте [www.tonus.nnov.ru/poliklinicheskij-centr/terapevt/](http://www.tonus.nnov.ru/poliklinicheskij-centr/terapevt/). Сеть медицинских клиник «Тонус» заботится о своих пациентах!

\*Услуга носит исключительно информационный характер.



# Voluson E10

**ЭКСПЕРТ в области акушерства и гинекологии  
в сети медицинских клиник «Тонус»**

**Voluson E10** - это технически совершенная УЗИ-система для проведения исследований в области акушерства и гинекологии. Аппарат обладает уникальными характеристиками, которые выводят УЗИ-диагностику на принципиально новый уровень.

**Voluson E10** оснащен первым в своем роде матричным 4D-датчиком, а также сверхмощным программным обеспечением HDlive нового поколения. С их помощью достигается непревзойденное качество визуализации и значительно расширяются возможности изучения внутренних и внешних анатомических структур. Аппарат позволяет специалисту в режиме реального времени получить удивительно реалистичные изображения 3D/4D. HDlive увеличивает глубину проникновения за счет использования подвижного источника света. Это своего рода виртуальный фонарь, который помогает лучше рассмотреть исследуемые зоны или усилить тени на заднем плане для более достоверной визуализации объемных структур и точности клинической оценки. Изображения становятся такими четкими и подробными, что открывают специалисту безграничные возможности.

Благодаря инновационным технологиям **Voluson E10** позволяет на ранних стадиях выявить даже самые сложные проблемы:

- **В ГИНЕКОЛОГИИ** (при исследовании аномалий матки и органов малого таза)
- **В ОНКОЛОГИИ** (при исследовании яичников и эндометрия)
- **В ПЛАНИРОВАНИИ БЕРЕМЕННОСТИ** (при исследовании фолликулов яичника и маточных труб)

Также **Voluson E10** является незаменимым помощником при ведении беременности, наблюдении и оценке рисков здоровья будущего малыша. Аппарат позволяет получить максимально точную диагностическую информацию о развитии плода, начиная с самых ранних сроков. Эта особенность аппарата максимально важна в первом триместре, когда врачи своевременно могут заметить патологии формирования мозга, сердца, конечностей, костей черепа и мышцы лица плода.

Новейший процессор **Voluson E10** способен в 10 раз быстрее обрабатывать данные, при этом получая наивысшее качество и точность исследования.



УЗИ-диагностика на аппарате экспертного класса Voluson E10 теперь доступна в медицинских центрах:

*Располагает к облытию*  
**ТОНУС**  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

ул. Ижорская, 50  
☎ (831) 411-11-22

КЛИНИКА ВЫСОКИХ  
РЕПРОДУКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ  
**ТОНУС**  
*мама*

ул. Воровского, 22  
☎ (831) 411-11-20

**У НАС УЖЕ  
10 000 ПОДПИСЧИКОВ!**

Мы живем в мире информационных технологий, которые не стоят на месте. В настоящее время практически у каждого есть странички в социальных сетях, с помощью которых люди общаются, читают новости, смотрят фильмы и слушают музыку. Сеть медицинских клиник «Тонус» постоянно развивается и следит за последними тенденциями, в том числе в Интернете. Если раньше с нами можно было связаться исключительно по телефону, а задать вопрос врачу только на консультации, то сегодня все изменилось! Мы вышли в СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ и стали еще ближе к своим пациентам!

Практически у каждой клиники есть свои группы в социальных сетях: <https://vk.com/mktonus>, <https://vk.com/tonusestetic>, <https://vk.com/tonusmama>, <https://vk.com/tonusamaris>, <https://vk.com/tonuspremium>.

У нас уже более 10 000 активных подписчиков, которых с каждым днем становится все больше. Ежедневно Вы задаете нам вопросы, записываетесь через комментарии и личные сообщения на процедуры, диагностику и консультации к врачам, делитесь своими историями о выздоровлении, пишете отзывы, активно участвуете в конкурсах и делаете все, чтобы наши группы жили! Спасибо, что Вы выбираете наши клиники и активно участвуете в развитии групп.



ЭКСКЛЮЗИВНО В НИЖНЕМ НОВГОРОДЕ!

# ЛАЗЕРНЫЙ ЦЕНТР «ТОНУС ПРЕМИУМ»

Лазеры – РЕВОЛЮЦИЯ в медицине и косметологии! Научившись использовать мощный источник света и огромную энергию лазера, специалисты с легкостью начали решать широкий спектр проблем, обеспечивая прекрасный эстетический и терапевтический результат без шрамов, осложнений и с минимальным периодом восстановления. Следуя последним тенденциям, на базе клиники «ТОНУС ПРЕМИУМ» мы создали инновационный ЛАЗЕРНЫЙ ЦЕНТР, собравший в себе полный комплекс УЛЬТРАСОВРЕМЕННЫХ ЛАЗЕРОВ ведущих мировых производителей!



**Candela Vbeam Perfecta (США)** – не имеющий аналогов технологически совершенный лазер для удаления сосудистых патологий. Candela Vbeam Perfecta – единственный лазер в мире, одобренный для устранения сосудистых патологий у детей, начиная с нескольких недель жизни.



**Palomar ICON (США)** – самый мощный неабляционный фракционный лазер в мире. Его главное достоинство – инновационное лазерное 3D-омоложение, включающее в себя комплекс из трех эффективных процедур: лазерное фотоомоложение, фракционное лазерное омоложение и термолифтинг.



**Candela CO2RE (США)** – абляционный фракционный лазер последнего поколения, эксперт в области удаления новообразований, лазерного омоложения, лазерной блефаропластики и лазерного интимного омоложения.



**Alma Soprano Accord (Израиль)** – инновационный лазер, разработанный специально для абсолютно безболезненной эпиляции любого участка тела.

**ПРОЦЕДУРЫ, ПРОВОДИМЫЕ НА ИННОВАЦИОННЫХ ЛАЗЕРАХ, ПОРАЖАЮТ СВОЕЙ ЭФФЕКТИВНОСТЬЮ!**

## СОСУДИСТАЯ СЕТЬ



до



после

## ВИННЫЕ ПЯТНА



до



после

## ГИПЕРПИГМЕНТАЦИЯ



до



после

## УДАЛЕНИЕ НОВООБРАЗОВАНИЙ



до



после

**ЗВЕЗДНЫЙ СОСТАВ НАШИХ ОПЫТНЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ: ДЕРМАТОЛОГОВ, ХИРУРГОВ, КОСМЕТОЛОГОВ - ГАРАНТИРУЕТ НЕПРЕВЗОЙДЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ!**

# МРТ СКРИНИНГ ВСЕГО ОРГАНИЗМА

**ВЫЯВЛЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ  
ВСЕХ ОРГАНОВ И СИСТЕМ ЗА 1 ЧАС!**



**ТОНУС** *Life*  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

*Располагает к доверию*  
**ТОНУС**  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

**МРТ 3,0 Тесла:** ул. Родионова, 190 Д, ☎ (831) 415-22-00

**МРТ 1,5 Тесла:** ул. Ижорская, 50, ☎ (831) 411-11-30

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Современная медицина развивается быстрыми темпами, ориентируясь на потребности пациентов и специалистов. Сейчас каждый врач скажет, что можно справиться с любым, даже самым страшным заболеванием, если своевременно его диагностировать. Именно поэтому в конце XX века на помощь к таким методам, как рентген и УЗИ, пришли новые, прогрессивные и высокоточные – КТ и МРТ. Обе аббревиатуры содержат слово «томография», которое можно перевести как «исследование среза», из-за чего многие пациенты воспринимают КТ и МРТ как идентичные процедуры, однако это ошибочно. Каждый из способов диагностики обладает своими возможностями и применяется в конкретной области. Назначить более информативное обследование сможет только высококвалифицированный специалист после очной консультации.



**Людмила Кацубо,**  
врач-рентгенолог  
высшей категории  
центра лучевой диагностики  
«ТОНУС ПРЕМИУМ»

# КТ



## В ЧЕМ РАЗНИЦА?

# МРТ



**Ольга Маркина,**  
заведующая отделением МРТ  
сети медицинских клиник «Тонус»,  
врач-рентгенолог,  
ассистент кафедры лучевой  
диагностики ФДПО ФГБОУ ВО ПИМУ  
Минздрава России, к. м. н.



Отсканируйте QR-код  
и получите скидку 10%  
на КТ и МРТ



## ПРИНЦИП ДЕЙСТВИЯ



Метод высокоточной диагностики, основанный на использовании **рентгеновских лучей**. Однако, в отличие от обычного рентгена, лучи компьютерного томографа послойно обрабатывают выбранную область исследования и выдают объемное изображение.

Сверхточный метод исследования, который позволяет получить трехмерное послойное изображение органов, используя **электромагнитные волны**.

## СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ

Неповторимое качество изображения **костных структур** с целью диагностики мельчайших изменений.

Совершенное качество изображения **мягких тканей**.

## ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

- Изучение **патологий и повреждений костей**, в том числе мельчайших переломов и трещин
- Диагностика **при травмах, авариях и других экстренных ситуациях** (хорошо видно «свежее» кровоотечение)
- Выявление **заболеваний позвоночника** (сколиоза, остеохондроза, грыжи, остеопороза и т. д.)
- Превосходная визуализация **при повреждениях костей лица** (зубов и челюсти)
- Эксперт в области диагностики **различных патологий бронхо-легочной системы** (туберкулез, пневмония, опухоли)
- Определение любых **ЛОР-заболеваний** на ранних стадиях
- Точное исследование **органов брюшной полости** (панкреатит, гепатит, цирроз, гепатоз печени, грыжи и т. д.)
- Незаменимый помощник **на стадиях неотложной помощи**, когда необходим моментальный результат

- Эксперт в области **патологий мягких тканей**
- Детальное изучение состояний нервной системы, **головного и спинного мозга**
- Непревзойденное качество обследования больных **эпилепсией, рассеянным склерозом** и другими неврологическими заболеваниями
- Исключительная точность визуализации абсолютно всех **структур сустава**
- Детальная диагностика состояний **связок, мышц и сухожилий**
- Подробное исследование **кровеносной системы** (вен, артерий, сосудов)
- Диагностика **причин инсультов** в самые ранние сроки
- Лучшая визуализация любых **патологий сердца**
- Непревзойденная точность диагностики **женских гинекологических патологий** (эндометриоз, рак тела матки и шейки матки, кисты, новообразования)
- Подготовка пациента к оперативному вмешательству, **контроль за результатом лечения**



## ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ



- Многократное использование за короткий промежуток времени
- Беременность
- Люди с металлическими предметами в теле (зубные протезы, ушные импланты, зажимы для сосудов, кардиостимуляторы и т. д.)
- В экстренных случаях (когда счет идет на секунды)

## КАЧЕСТВО ИЗОБРАЖЕНИЯ

Высококачественное **трехмерное (объемное) изображение**, которое воспроизводится на компьютере. Врач может приближать, уменьшать и поворачивать изображения в нужную проекцию, чтобы рассмотреть со всех сторон орган, а также его «срезы», и не пропустить ни одно изменение.

\* **МРТ 3,0 Тесла – НОВЫЙ УРОВЕНЬ ДИАГНОСТИКИ!** Он позволяет **проводить сверхточную диагностику и получить непревзойденное качество визуализации**. Этот вид томографа необходим для исследования тончайших (1–2 мм) структур организма человека, которые не видны при использовании томографов предыдущего поколения.

## ОНКОЛОГИЯ

Идеальный метод при выявлении опухолей костных тканей и бронхолегочной системы.

- Максимальная точность определения патологических очагов в организме, а также **опухолей размерами от 1 мм**
- Точное определение **стадии онкозаболевания**
- Комплексный **поиск метастаз рака**
- **Оценка эффективности лечения** при онкозаболеваниях

## ДЕТИ

**Легко проводить детям**, так как сокращено время сканирования; кроме того, родители могут стоять рядом в специальном костюме, наблюдать и контролировать поведение малыша.

В большинстве случаев **применяется наркоз**, так как малыш не может длительное время находиться в неподвижном состоянии.

## ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОЦЕДУРЫ

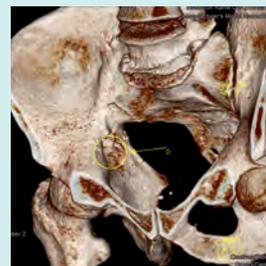
7–10 минут

30–90 минут

**ВАЖНО!** **КТ и МРТ являются не взаимозаменяемыми, а взаимодополняющими методами.** В некоторых случаях для наиболее полной картины обследования, постановки точного диагноза, а также просмотра абсолютно всех структур специалисту нужны результаты диагностики по обоим методам. При сравнении данных двух обследований лечащий врач может исключить неточности и добиться полного представления о состоянии организма.

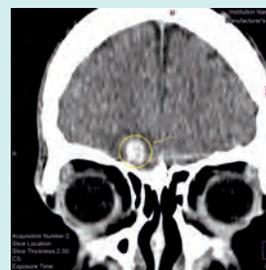
## ПАЦИЕНТ 1

После операции по удалению почки пациент был направлен лечащим врачом на исследование МСКТ для выявления метастаз. Множественные метастазы были найдены в легких и в правой кости таза. Выявление данной патологии было возможно только с помощью исследования на мультиспиральном компьютерном томографе с хорошей разрешающей способностью. Точный и своевременный поиск метастаз стал решающим этапом в определении дальнейшего плана лечения.



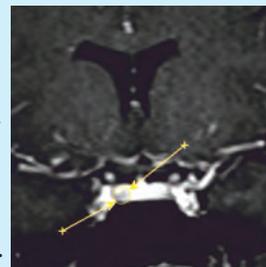
## ПАЦИЕНТ 2

После падения с лестницы пациент обратился с сильной болью в голове и ухудшением общего самочувствия. Исследование МСКТ сразу же показало посттравматическую внутримозговую гематому правой лобной доли. Данная патология могла быть выявлена на МРТ только через двое-трое суток, что усугубило бы состояние пациента, так как кровоизлияние лобной доли имеет повышенный риск для здоровья человека. В связи с ранним выявлением проблемы пациенту было назначено эффективное лечение, которое в скором времени принесло положительные результаты.



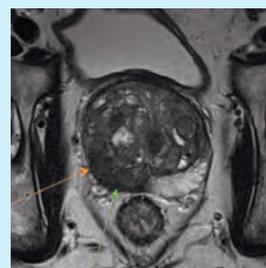
## ПАЦИЕНТ 3

Пациентка обратилась к репродуктологу по поводу бесплодия. Был назначен ряд исследований, в т.ч. анализ крови на пролактин, показатели которого были выше нормы. Женщина была перенаправлена к эндокринологу, который, в свою очередь, назначил МРТ гипофиза с контрастным усилением. В результате было выявлено очаговое образование правых отделов аденогипофиза (микроаденома), которое и провоцировало бесплодие. Данную патологию можно было определить только путем проведения магнитно-резонансной томографии. После выявления проблемы пациентке было назначено эффективное лечение, и скоро она успешно стала мамой.



## ПАЦИЕНТ 4

Пациент обратился к урологу с жалобами на учащенное и затрудненное мочеиспускание. В связи с подозрениями на онкологию мужчине было назначено МРТ малого таза с контрастным усилением. Результаты исследования показали наличие объемного образования правой доли предстательной железы (злокачественное новообразование). Данную патологию можно было выявить только путем проведения магнитно-резонансной томографии. Благодаря высокому уровню визуализации аппарата МРТ 3,0 тесла онкология была выявлена на ранней стадии, что помогло специалистам составить эффективный план лечения.



# КРУГЛЫЙ СТОЛ. НАБОЛЕВШАЯ ПРОБЛЕМА XXI ВЕКА –

# БЕСПЛОДИЕ



Бесплодие – одна из серьезнейших проблем современного общества и один из страшных диагнозов, который может услышать пара, мечтающая о детях. Если верить статистике, бесплодных пар в России около 15 %, и, к большому сожалению, этот процент неминуемо растет. Проблема с каждым годом набирает силу. В центры репродуктивных технологий обращается все больше пар, которые не могут самостоятельно зачать ребенка. Почему так происходит? Какие факторы влияют на успешное зачатие? Какие заболевания провоцируют появление бесплодия? Как бороться с этой проблемой? Чтобы разобраться во всех вопросах, сотрудники отдела маркетинга сети медицинских клиник «Тонус» организовали круглый стол, посвященный актуальной теме «Бесплодие».

## Участники круглого стола:



Тамара Максимова, руководитель отдела маркетинга сети медицинских клиник «Тонус»



Елена Красновская, главный врач клиники высоких репродуктивных технологий «Тонус МАМА», врач акушер-гинеколог, репродуктолог высшей категории



Евгения Громова, главный врач медицинского центра «Тонус», врач уролог-андролог, хирург



Наталья Звонова, врач-эндокринолог сети медицинских клиник «Тонус»



Кирилл Дмитренко, врач-дерматовенеролог, андролог сети медицинских клиник «Тонус», к. м. н.



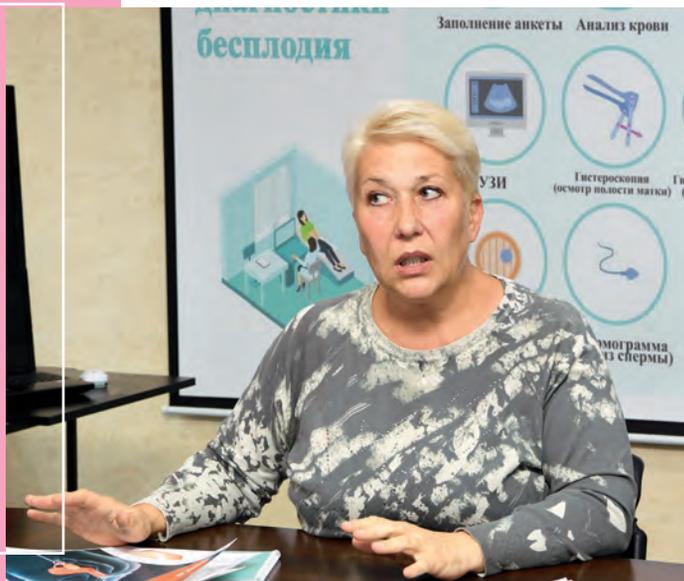
Алена Гречина, медицинский психолог клиники неврологии и эпилептологии «ТОНУС ЛАЙФ»



Ольга Синицина, врач-физиотерапевт сети медицинских клиник «Тонус»

**Тамара  
Максимова:**

– Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня на повестке дня тема, к которой невозможно быть равнодушным и которая с каждым годом становится все более актуальной. Говорим мы о бесплодии – диагнозе, который боится услышать каждая пара, мечтающая о детях. Давайте разберемся, по каким причинам могут возникнуть нарушения репродуктивной функции.



**Елена Красновская:**

– Бесплодие – это неспособность сексуально активной пары достигнуть беременности в течение одного года регулярной половой жизни без применения контрацепции. И это не просто диагноз, а настоящая горе для людей, которые мечтают стать родителями. Однако большинство пар не спешат обратиться к квалифицированным специалистам, думая, что все разрешится само собой, и не понимая, что теряется драгоценное время и шансы на успешное зачатие.

Основная причина, по которой возникает женское бесплодие, – это гинекологические патологии, в особенности в запущенных стадиях. **Нарушение работы придатков, которое характеризуется нерегулярным менструальным циклом, инфекционные и воспалительные заболевания органов малого таза, непроходимость фаллопиевых труб, эндометриоз, спайки в малом тазу, дисплазия шейки матки, миома матки, полипы шейки матки, онкология, врожденные anomalies строения половых органов** и многие другие заболевания влияют на успешное зачатие. Практически со всеми женскими патологиями можно справиться, если своевременно начать квалифицированное лечение. Поэтому, если в течение года желаемая беременность так и не наступила, нужно незамедлительно обратиться за помощью к специалисту и пройти необходимые обследования.

Также к факторам бесплодия я бы отнесла современную экологию, которая ухудшается с каждым годом

и негативно влияет на общее здоровье человека. Сбрасывать со счетов нельзя и неправильный образ жизни: **злоупотребление алкоголем**, курение, некачественное питание, низкую физическую активность. Именно поэтому своим пациентам я настоятельно рекомендую перед зачатием отказаться от всех вредных привычек, контролировать питание и заниматься спортом.

И, конечно, не стоит забывать про **возраст**. Молодое поколение торопится окончить институт, построить карьеру, посмотреть мир, откладывая рождение ребенка на потом, не понимая, что это «потом» может вовсе не наступить. С каждым годом наблюдается тенденция снижения репродуктивного возраста. Уже к 35 годам организм многих женщин теряет способность к зачатию ребенка из-за преждевременного старения яйцеклеток. Именно поэтому, если вы сознательно отодвинули возраст зачатия, то нельзя все пускать на самотек и думать, что беременность наступит тогда, когда вам будет удобно. Каждой женщине после 30 лет необходимо проходить комплексное обследование и обязательно сдавать анализ на антимюллеров гормон, от уровня содержания которого напрямую зависит возможность успешной беременности. Этот гормон помогает специалисту определить репродуктивный возраст, имеющийся запас яйцеклеток, или овариальный резерв, и рассчитать процент успешного зачатия.







### Кирилл Дмитренко:

– Наряду с гинекологическими, андрологическими и эндокринологическими проблемами развитие бесплодия как у женщин, так и у мужчин могут спровоцировать **заболевания, передающиеся половым путем (ЗППП)**. Увы, многие люди, заметив у себя характерные симптомы ЗППП, не спешат обращаться к врачу, а занимаются самолечением. Естественно, от этого страдает здоровье, болезнь прогрессирует, лечение требуется более долгое и сложное, а в некоторых случаях вообще не приносит никакого облегчения. К основным половым инфекциям, которые могут препятствовать наступлению беременности, относятся **хламидиоз, гонорея, трихомоноз, генитальный герпес и папилломавирусная инфекция**. Эти заболевания при обследовании выявляются довольно часто, в том числе у людей, не предъявляющих каких-либо жалоб. И, конечно, чем раньше будут выявлены скрытые половые инфекции, тем выше шансы на успешное излечение.



### Алена Гречина:

– Кроме явных проблем со здоровьем есть еще и **психологический аспект**, который также может стать причиной бесплодия. Если у женщины **бесплодие установленного генеза**, то она начинает ходить по врачам, лечить заболевания, приводящие к бесплодию. Такое лечение иногда идет годами, требует большого терпения и самодисциплины. Но женщина знает, что после выздоровления она сможет забеременеть. Эта определенность придает силы и помогает выстраивать свою жизнь достаточно позитивно. Однако есть бесплодие и так называемого **неустановленного генеза**. Найти физиологические причины такого бесплодия при помощи многочисленных обследований не удастся, поэтому врачи не знают, с какой стороны подойти и что именно нужно лечить. **Значительное число случаев бесплодия неясного генеза в своей основе имеет причины психологического характера**. Психика женщины, ее эмоциональное состояние, отношение к себе, к партнеру, к другим людям и окружающему миру прямо влияет на функциональное состояние репродуктивной системы. **Влияют тяжелые переживания, связанные со сферой сексуальности и близости вообще**. Например, среди женщин, переживших в прошлом **сексуальное насилие**, сравнительно часто встречается психологическое бесплодие. **Нарушенные взаимоотношения с собственной матерью, плохо осознаваемый страх перед появлением ребенка и кардинальным изменением жизни** – вот лишь некоторые причины психологического бесплодия. Добавим сюда **хронический стресс и хроническое чувство разочарования**, которые только усугубляют ситуацию и отодвигают наступление беременности.



**Тамара  
Максимова:**

– Как было сказано, диагноз «бесплодие» ставится сексуально активным парам, которые в течение одного года регулярной половой жизни не могут зачать ребенка. К какому врачу следует обращаться в первую очередь и какое обследование пройти, чтобы определить причину бесплодия?



**Елена Красновская:**

– Всем парам я рекомендую начинать обследование именно с профильного специалиста – репродуктолога, который досконально разбирается в проблеме бесплодия. На первом приеме врач собирает анамнез, проводит осмотр, берет необходимые анализы и обязательно отправляет на диагностику. Из обследований чаще всего назначаются **УЗИ органов малого таза, гистеросальпингография (возможна при контроле компьютерной томографии), мультиспиральная компьютерная томография, магнитно-резонансная томография.** Метод выбирается

индивидуально и исключительно специалистом. Кроме инструментальных методов пациентам с бесплодием обязательно назначается **общий анализ крови и мочи, общий мазок, анализ на тиреоидные гормоны и инфекции, передаваемые половым путем.** После того как репродуктолог составит полную картину, может потребоваться **дополнительная консультация других специалистов: эндокринолога, венеролога, психолога** и т. д. В большинстве случаев, когда основное заболевание вылечено, проблема бесплодия решается, и женщина успешно беременеет.



**СПРАВКА**



**УЗИ органов малого таза** – исследование, с помощью которого можно изучить матку с цервикальным каналом и шейкой, фаллопиевы трубы с яичниками, а также определить воспалительные заболевания и новообразования внутренних половых органов.



**Гистеросальпингография (возможна при контроле компьютерной томографии)** относится к высокоинформативным методам оценки анатомического состояния тазовых органов (матки и маточных труб) и костных структур малого таза.



**Мультиспиральная компьютерная томография** – рентгеновский метод, с помощью которого можно детально изучить имеющиеся аномалии строения органов малого таза, определить причину расстройства менструального цикла и более в нижней части живота, увидеть злокачественные и доброкачественные новообразования малого таза, а также острые хирургические патологии.



**Магнитно-резонансная томография** – метод, основанный на использовании магнитного поля и обладающий непревзойденной визуализацией новообразований малого таза, а также точнейшими диагностическими возможностями при исследовании женских гинекологических патологий (эндометриоз, опухоли, кисты).



Евгения Громова:

Без углубленного обследования мужчины невозможно выбрать подходящий метод лечения и оценить шансы на наступление беременности в паре. **На первом этапе обязательно нужна консультация андролога и исследование образца эякулята** (спермограмма). Она помогает оценить объем, а также некоторые физические и химические свойства эякулята, количество и концентрацию сперматозоидов, их подвижность, морфологию и многое другое. Также могут понадобиться дополнительные диагностические исследования: **определение гормонального про-**

**филя, тесты на наличие антиспермальных антител в эякуляте и в сыворотке крови, определение возбудителей урогенитальных инфекций, УЗИ яичек и предстательной железы для диагностики воспалительных заболеваний, а также новообразований, генетические исследования и дополнительные исследования эякулята** (биохимический и компьютерный анализ, тест на акросомальную реакцию, исследование посторгазменной мочи). Только после полной картины и результатов обследования можно говорить о прогнозе лечения.



Елена Красновская:

**Тамара  
Максимова:**

– Какие современные методы лечения бесплодия существуют?

– Если каких-то тридцать лет назад бесплодным парам было помочь практически невозможно, то сейчас репродуктивные технологии шагнули далеко вперед. С каждым годом методики экстракорпорального оплодотворения совершенствуются, появляются более эффективные, способные решить практически любую проблему и помочь каждой паре стать счастливыми родителями. Сначала лечится первопричина бесплодия, т. е. та болезнь, которая его вызвала. В зависимости от диагноза специалист назначает **медикаментозные препараты, хирургическое лечение, физиолечение или психокоррекцию**. Если по каким-либо причинам естественное зачатие невозможно – применяются инновационные вспомогательные репродуктивные технологии: ЭКО, ИКСИ, ПИКСИ. В особо тяжелых случаях прибегают к кардинальным методам: **использование донорской яйцеклетки или донорского эмбриона, суррогатное материнство**.



### СПРАВКА



**ЭКО** – процедура по оплодотворению яйцеклеток спермой мужа или донора в лабораторных условиях с последующим переносом качественных эмбрионов в матку пациентки.



**ИКСИ** – процедура по оплодотворению яйцеклетки с помощью одного сперматозоида – наиболее быстрого и морфологически здорового. Показаниями к оплодотворению методом ИКСИ являются предыдущие неудачные попытки ЭКО, наличие антиспермальных антител как у мужчины, так и у женщины, малое количество яйцеклеток, бесплодие неясного генеза.



**ПИКСИ** – метод, подразумевающий выбор зрелого сперматозоида с лучшей морфологией и оплодотворяющей способностью при помощи специальных чашек. При применении ПИКСИ сперматозоид, который выбирается для оплодотворения эмбриологом, проходит дополнительную «проверку на зрелость».



**Евгения Громова:**

– Лечение мужского бесплодия может включать в себя **антиоксидантную и витаминную терапии, гормональную терапию** – для улучшения созревания сперматозоидов, **антибиотикотерапию** в случае инфекций, **хирургическое лечение** варикоцеле или нарушения проходимости семявыносящих путей, а также **вспомогательные репродуктивные технологии**, включающие **внутриматочную инсеминацию, ЭКО, ИКСИ и ПИКСИ**.

**Алена Гречина:**

– При психологической форме бесплодия важно помочь женщине разобраться в себе, избавиться от многочисленных страхов, успокоиться и научиться жить в мире с самой собой. В этом поможет **высококвалифицированный психолог или психотерапевт**. При лечении психологического бесплодия применяются **индивидуальное и семейное психологическое консультирование, психотерапевтические группы поддержки, обучение приемам релаксации и психической саморегуляции**. Важно помочь женщине избавиться от хронического самоподдерживающегося стресса. И тогда ее потенциальная способность к зачатию переходит в беременность и рождение ребенка.

Отсканируйте QR-код и получите консультацию врача-репродуктолога бесплатно



## Наталья Звонова:

– Если у пациентки диагностировали эндокринную причину бесплодия, **проводится коррекция гормональных расстройств и стимуляция яичников**. Основным видом медикаментозного лечения эндокринного бесплодия является **гормонально-заместительная терапия** – специалист выписывает **препараты для нормализации выработки гормонов**. При ожирении в обязательном порядке необходимо **нормализовать вес с помощью правильного сбалансированного питания, увеличения физической активности и медикаментозной поддержки**.

## Ольга Сеницина:

– Физиотерапия давно зарекомендовала себя как одна из важных составляющих профилактики и лечения многих гинекологических проблем. Бесплодие не исключение. Физиотерапевтические процедуры, применяемые на фоне проводимого лечения, ускоряют процессы выздоровления. Физиотерапия оказывает **противовоспалительное, обезболивающее и успокаивающее действие, направлена на ускорение обменных процессов в организме, улучшает кровообращение, снимает отечность тканей и спазмы, стимулирует процессы регенерации, улучшает питание тканей**. Благодаря различным методикам можно добиться впечатляющих результатов и справиться с основными заболеваниями, которые вызывают бесплодие, что скажется на успешном зачатии.



## Елена Красновская:

– Бесплодие – диагноз, но не приговор. Медицина не стоит на месте – возможности современной репродуктологии в большинстве случаев позволяют справиться даже с самыми сложными формами мужского и женского бесплодия. Однако парам не стоит забывать, что не все зависит от врача, высоких технологий и инновационного оборудования. Залог успеха – грамотный комплексный подход к решению проблемы. В первую очередь необходимо не бояться диагноза, внимательно прислушиваться к своему организму и своевременно обращаться за помощью к высококвалифицированным специалистам. Важно правильно выбрать клинику, в которой есть все необходимое для постановки точного диагноза и эффективного лече-

ния, а также найти «своего врача» – человека, которому вы будете безоговорочно доверять, с которым вместе пройдете сложный и, возможно, долгий путь. В современном мире зачать ребенка – это большой труд и работа над собой. Профилактические осмотры, соблюдение всех предписаний врача, ведение здорового образа жизни и контроль эмоций – все это необходимо для успешного зачатия. Также кроме профессиональной помощи нужно участие близких, людей, которые смогут приободрить словом и делом, настроить на положительный исход, оказать моральную и эмоциональную поддержку. А еще главное – верить, что мечта непременно сбудется и вы услышите заветные слова: «У вас будет ребенок»!



## Отзывы наших пациентов

«Выражаю огромную благодарность врачу УЗИ Кольцовой Светлане Викторовне! Спасибо Вам за ваш профессионализм, доброту и поддержку!!! Также хочу выразить благодарность самому лучшему врачу Терещенко Светлане Викторовне! Этот человек – профессионал своего дела, высококвалифицированный специалист, добрая, отзывчивая, всегда все расскажет, объяснит и успокоит. Ей всегда можно позвонить, если возникают вопросы или просто переживаешь. Светлана Викторовна определила причину моего бесплодия и провела необходимое лечение. После этого наступила долгожданная беременность. До этого было 6 лет безуспешного хождения по другим врачам и клиникам. Сейчас она делает для меня все возможное и невозможное, чтобы довести мою беременность до долгожданного положительного результата. Спасибо Вам огромное за терпение, внимательность, за поддержку и профессионализм!!! Замечательная клиника, врачи и персонал! Побольше бы таких клиник, как «Тонус МАМА».



Лилия

Отправить



## Отзывы наших пациентов

«Моему счастью завтра годик, до сих пор смотрю на него и не верю, что всё получилось. Нет слов, которые могли бы передать мою благодарность очень дорогому мне человеку Людмиле Гусмановне Леонтьевой, человеку, который подарил жизнь моему ребенку и мне, потому как без него я своей жизни уже не представляла. Вы умеете найти причину каждого бесплодия и найти выход из ситуации, в которой все остальные отказались. Дай Бог Вам сил и здоровья помочь ещё многим таким же сумасшедшим, как я. Иногда мне казалось, что Людмила Гусмановна меня просто прогонит за неудачи и проблемы... Я часто шла к ней с поникшей головой, но она всегда большой оптимист и от неё уходил с четкой уверенностью, что ребенок будет! Десять лет лечения от бесплодия, «Тонус МАМА» – моя четвертая клиника, здесь я почувствовала большой профессионализм и просто человеческую заботу, сочувствие и внимание. Девочки на ресепшене очень внимательные, многие узнавали меня по голосу. Всем вам большое спасибо за труд! Заботливым медицинским сестрам, девочкам эмбриологам за мой „детский сад“, чудесной Светлане Викторовне Кольцовой, вы всегда дружелюбны, очень внимательны были к моему ребёночку и давали ответы на все мои вопросы».

Анна

Отправить



# РЕБЕНОК БУДЕТ!



КЛИНИКА ВЫСОКИХ  
РЕПРОДУКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

**ТОНУС**  
*мама*



## ЛЕЧЕНИЕ БЕСПЛОДИЯ ЭКО ИКСИ ПИКСИ

Нижний Новгород, ул. Воровского, 22

т. (831) 411-11-20 [www.tonusmama.ru](http://www.tonusmama.ru)

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Наталья Валит,  
заведующая отделением  
косметологии центра эстетической  
медицины «ТОНУС ПРЕМИУМ»,  
врач-косметолог

# ГЛОБАЛЬНЫЙ ТЮНИНГ

## ПЕРЕД НОВЫМ ГОДОМ

Чтобы встретить Новый год при полном параде, мало сделать стильную укладку, маникюр и яркий make-up, купить платье и туфли, нужно еще как следует поработать над собой. Красивая кожа и подтянутая фигура – главные козыри представительниц прекрасного пола.

Косметологи центра эстетической медицины «ТОНУС ПРЕМИУМ» подготовили программы по тотальному тюнингу лица и тела, которые всего за месяц превратят просто принцесс в настоящих королев!

Отсканируйте QR-код  
и получите скидку 30%  
на косметологические  
комплексы



## ПРОГРАММА 25+

### 1 НЕДЕЛЯ **ГАЗОЖИДКОСТНЫЙ ПИЛИНГ + БАРОФОРЕЗ (БЕЗЫНЪЕКЦИОННАЯ МЕЗОТЕРАПИЯ)**

**Газожидакостный пилинг** – процедура деликатного очищения кожи, благодаря которой исчезают воспаления, черные точки и шелушение, выравнивается тон и структура кожи.

**Барофорез (безыгольная мезотерапия)** – уникальная процедура питания эпидермиса, не требующая инъекций, благодаря которой улучшается цвет лица, кожа наполняется здоровьем.

**БАРОФОРЕЗ + ГАЗОЖИДКОСТНЫЙ ПИЛИНГ** творят настоящие чудеса! Сочетание двух процедур в комплексе дает моментальный и просто поразительный результат: кожа обновляется, становится чистой и увлажненной, гладкой и сияющей.

### 2 НЕДЕЛЯ **МЕЗОТЕРАПИЯ**

**Мезотерапия** – инъекционная процедура, направленная на питание и увлажнение глубоких слоев кожи. Специальные коктейли способны нормализовать работу сальных желез, сузить поры, подтянуть контуры лица, повысить тонус кожи, устранить мимические морщинки, избавиться от угревой сыпи.

### 3 НЕДЕЛЯ **КОНТУРНАЯ ПЛАСТИКА**

**Контурная пластика** – высокоэффективная процедура, основанная на введении филлеров, которые способны мгновенно избавиться от темных кругов под глазами и гусиных лапок, сгладить носослезную бороздку и носогубную складку, смоделировать скуловую зону, придать губам аппетитный объем и даже устранить горбинку на носу.

# ГЛОБАЛЬНЫЙ ТЮНИНГ ЛИЦА



## ПРОГРАММА 35+

### 1 НЕДЕЛЯ **БИОРЕВИТАЛИЗАЦИЯ**

**Биоревитализация** – процедура, направленная на питание глубоких слоев кожи с помощью препаратов гиалуроновой кислоты, которые запускают механизмы собственной выработки коллагена и эластина, обеспечивая тем самым пролонгированный эффект увлажнения и омоложения. Кроме того, биоревитализация – прекрасный способ подготовиться к более серьезным вмешательствам, например таким, как лазерное омоложение, помогая коже быстрее восстановиться.

### 2 НЕДЕЛЯ **ЛАЗЕРНОЕ ФОТООМОЛОЖЕНИЕ/ ФРАКЦИОННОЕ ЛАЗЕРНОЕ ОМОЛОЖЕНИЕ**

**Лазерное фотоомоложение** воздействует на верхний слой кожи, ускоряя микроциркуляцию в сосудах и метаболические процессы. В результате исчезают поверхностные морщины, пигментные пятна и сосудистые звездочки, тон кожи выравнивается, цвет лица улучшается.

**Фракционное лазерное омоложение** – воздействует на срединно-глубокие слои кожи, запуская восстановительные процессы, активную выработку коллагена и эластина. Колоссальный эффект заметен после одной процедуры: разглаживаются поверхностные и срединно-глубокие морщины, кожа становится намного ровнее, исчезают носогубные и носослезные складки, сужаются расширенные поры, удаляются рубцы, шрамы и пигментация.

### 3 НЕДЕЛЯ **ИНЪЕКЦИИ БОТОКСА**

**Инъекции ботокса** – самый действенный способ борьбы с морщинами, благодаря которому можно избавиться от межбровных и горизонтальных морщин лба, носогубных складочек, «гусиных лапок», губных заломов, морщин на подбородке.



## ПРОГРАММА 45+

### 1 НЕДЕЛЯ **БИОРЕВИТАЛИЗАЦИЯ**

После 45 лет косметологи рекомендуют биоревитализацию в качестве подготовки кожи к радикальным вмешательствам. Благодаря биоревитализации кожа становится более восприимчивой для дальнейшего воздействия, реабилитационный период сокращается в несколько раз и проходит менее болезненно.

### 2 НЕДЕЛЯ **ЛАЗЕРНОЕ 3-D ОМОЛОЖЕНИЕ**

**Лазерное 3D-омоложение** - ультрасовременная технология омоложения кожи и подтяжки овала лица, которая состоит из трех этапов: лазерное фотоомоложение, фракционное лазерное омоложение и термолифтинг.

**Термолифтинг** – это современная косметологическая альтернатива пластическим операциям, которую часто называют «безоперационной подтяжкой». Термолифтинг обеспечивает мощный прогрев самых глубоких слоев эпидермиса, за счет чего формируется плотный каркас, контур лица становится четким, устраниваются второй подбородок и брыли, кожа век подтягивается, повышается тонус и упругость кожи.

Благодаря лазерному 3D-омоложению исчезают практически ВСЕ несовершенства кожи, и лицо становится на 10 лет моложе.

**Ускорить реабилитацию и усилить эффект поможет инновационная технология 4D: лазерные процедуры дополняются плазмотерапией Endoret! Уникальная процедура основана на инъекциях собственной плазмы крови, обогащенной факторами роста, которые стимулируют восстановление. В итоге после плазмотерапии уже на следующий день вы можете вернуться к привычному образу жизни.**

# ГЛОБАЛЬНЫЙ ТЮНИНГ ТЕЛА

## КОМПЛЕКС 5кг +



КРИОСАУНА

Это специальная установка, температура в которой снижается до  $-140$  градусов. Эффективный способ борьбы с ожирением и целлюлитом (один сеанс процедуры избавляет от 500 до 1200 ккал). Процедура ускоряет процессы метаболизма, способствуя более быстрому похудению.

АНТИЦЕЛЛЮЛИТНЫЙ РУЧНОЙ МАССАЖ

Ручная техника дает отличный результат благодаря интенсивному воздействию на глубокие слои кожи и активную проработку мышц. Такой массаж оказывает выраженный лимфодренажный эффект, улучшает кровообращение и обмен веществ, активизирует расщепление жировых отложений и значительно улучшает состояние кожи.

ГЛУБОКИЙ ОСЦИЛЛЯЦИОННЫЙ МАССАЖ  
(ЭЛЕКТРОСТАТИЧЕСКИЙ)

Уникальный вид массажа, при котором происходит комплексное воздействие на глубокие ткани. Процедура способствует улучшению обменных процессов. Это приводит к сокращению толщины жировой прослойки, коррекции фигуры, избавлению от целлюлита. Обеспечивается выравнивание и подтяжка кожи.

## КОМПЛЕКС 10кг +



КРИОЛИПОЛИЗ

Суть метода заключается в воздействии на подкожно-жировую клетчатку низкими температурами. Охлаждение жировых клеток вызывает их гибель, причем окружающие ткани не страдают. Затем разрушенные клетки выводятся из организма естественным путем в виде шлаков и токсинов. Процесс криолиполиза считается нехирургической альтернативой липосакции. Доказано, что объем жировой прослойки в зоне воздействия сокращается на 40%.

ПНЕВМОМАССАЖ

Процедура, которая помогает нашему организму быстрее очиститься от разрушенных жировых клеток и лишней жидкости. Это абсолютно безболезненная «выжимающая» процедура, которая гарантирует видимый результат всего комплекса!

LPG МАССАЖ

Одна из самых эффективных аппаратных процедур, которая в кратчайшие сроки помогает справиться с такими проблемами, как лишний вес, стойкие жировые отложения, «апельсиновая корка», также процедура позволяет вывести из организма лишнюю жидкость, шлаки и токсины. Процедура создает привлекательный рельеф без занятия спортом, повышает упругость и эластичность кожи.

## КОМПЛЕКС 15кг +



ЛИПОЛИТИЧЕСКИЕ КОКТЕЙЛИ

Это быстрый способ убрать целлюлит и локальные жировые отложения, с которыми не справляются диеты и фитнес. Процедура представляет собой введение препаратов, которые сжигают подкожный жир, превращая его в кислоты. Введение липолитических коктейлей значительно увеличивает эффективность процедур, проводимых на аппарате STS.

КОМПЛЕКС ПРОЦЕДУР  
НА АППАРАТЕ STS

Комплекс состоит из трех этапов:

- Лазерный липолиз или лазерная липосакция. На этом этапе под действием лазера жировые клетки разрушаются, а затем выводятся из организма естественным путем.
- Ультразвук (соноинфофорез). Суть процедуры заключается в разрушении мембраны жировых клеток с помощью ультразвуковых колебаний высокой частоты.
- Вакуумно-роликовый массаж всего тела. С помощью специальных насадок прорабатываются глубокие слои кожи и выводится лишняя жидкость. Вместе данные три процедуры имеют колоссальный эффект — 1 кг и 1 см за 1 процедуру!

# LPG-МАССАЖ

НА САМОМ МОЩНОМ АППАРАТЕ LPG CELLU M6 INTEGRAL

- РАЗБИВАЕТ СТОЙКИЕ ЖИРОВЫЕ ОТЛОЖЕНИЯ
- ПОВЫШАЕТ УПРУГОСТЬ И ЭЛАСТИЧНОСТЬ КОЖИ
- УСТРАНЯЕТ ЦЕЛЛЮЛИТ
- ВЫВОДИТ ЛИШНЮЮ ЖИДКОСТЬ, ШЛАКИ И ТОКСИНЫ
- СОЗДАЕТ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ И ЧЕТКИЙ РЕЛЬЕФ



**1 СЕАНС**  
-1 см и -1 кг!

ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ  
**ТОНУС**  
*Premium*

ул. Б. Покровская, 62  
☎ (831) 411-11-75

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

РАЗГЛАЖИВАНИЕ МОРЩИН,  
ПОДТЯЖКА КОНТУРА ЛИЦА

УЛУЧШЕНИЕ ТЕКСТУРЫ  
И ЦВЕТА КОЖИ

ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ АКНЕ,  
КУПЕРОЗА И ПИГМЕНТАЦИИ,  
УДАЛЕНИЕ ШРАМОВ

# 3D-ЛАЗЕРНОЕ ОМОЛОЖЕНИЕ

PALOMAR ICON. САМЫЙ МОЩНЫЙ ЛАЗЕР В МИРЕ

ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

**ТОНУС**  
*Premium*



ул. Б.Покровская, 62

**(831) 411-11-75**

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# ПРЕМИАЛЬНАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

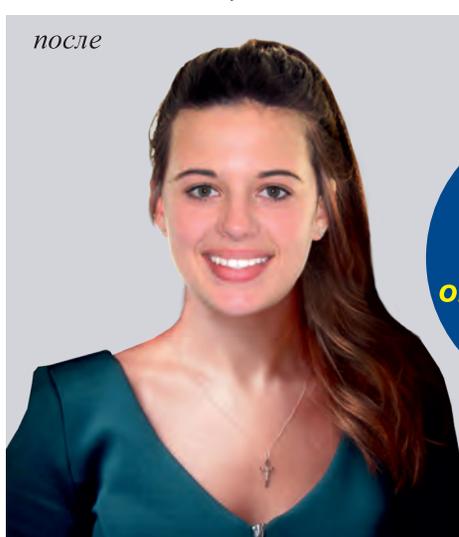
## ПО ДОСТУПНОЙ ЦЕНЕ

Большинство людей с сомнением относятся к стоматологическим клиникам премиум-класса, ассоциируя приставку «премиум» исключительно с завышенными ценами. Однако это далеко не так.

Стоматологии премиум-класса оказывают **полный спектр услуг** от эстетических до сложной челюстно-лицевой хирургии, оснащены **более современным, высокотехнологичным оборудованием и передовыми материалами**. Врачи премиальных клиник **непрерывно проходят повышение квалификации**, где осваивают **инновационные зубосохраняющие методики**. Это позволяет на самом высоком уровне устранять проблемы полости рта и устанавливать **ортодонтические и ортопедические системы высочайшего уровня**.

Стоматологические клиники премиум-класса - это не завышенная цена, это премиальное качество предоставляемых услуг.

## История нашего пациента



«С детства у меня были серьезные проблемы с прикусом: передние зубы были такими неровными, что я стеснялась не только улыбаться, но даже разговаривать. Когда я обратилась к стоматологу-ортодонту Игумновой Марии Евгеньевне, она сказала, что помочь мне смогут брекеты. Этого слова я боялась как огня, поскольку в моем воображении рисовались картинки девушек с железками во рту. Но все оказалось не так страшно. Мария Евгеньевна порекомендовала мне сапфировые брекеты: пластинки были прозрачными, сливались с эмалью и были заметны только при тщательном рассмотрении. Положение зубов менялось достаточно быстро, и через два года зубы стали идеально ровными. Теперь я обожаю улыбаться и не прикрываю рот рукой, когда разговариваю. Спасибо Игумновой Марии Евгеньевне за мою лучезарную улыбку!»

**Брекеты** - небольшие замочки, которые соединяются друг с другом дугой и крепятся к поверхности зуба с целью исправления прикуса и выравнивания зубного ряда. Современные брекет-системы изготавливаются из разных материалов, в зависимости от эстетических предпочтений пациента и особенностей строения челюсти. Существуют металлические, сапфировые, керамические, лингвальные и другие.

# ОТБЕЛИВАНИЕ ZOOM 4

## История нашего пациента

ПРОФГИГИЕНА  
от 1 500 р.

ZOOM 4  
от 16 500 р.



до



после



*Я внимательно отношусь к своей внешности, так как работаю ведущим. В институте совмещал учебу и работу, усталость, конечно же, гасил сигаретами и кофе. Как итог, мои зубы стали выглядеть просто ужасно, эмаль пожелтела и образовался отвратительный коричневый налет. Я перепробовал всевозможные зубные щетки и пасты, чистил зубы по 3 раза в день, но ситуация лишь усугублялась. По рекомендации друга обратился за консультацией к стоматологу-терапевту Матвеевой Ольге Алексеевне. Оценив состояние моих зубов, она предложила провести инновационное отбеливание ZOOM 4. Для достижения максимального эффекта перед процедурой я прошел профгигиену полости рта. Само отбеливание ZOOM 4 длилось около часа и было абсолютно безболезненным. Такого результата я совсем не ожидал, отражение в зеркале меня просто поразило! Зубы были белоснежные и однотонные, как у знаменитостей. Теперь я выгляжу не хуже, чем Нагиев!»*

**Отбеливание зубов** - это процедура, основной задачей которой является возвращение цвета эмали к природному. В большинстве случаев удается достичь осветления до 12 тонов. Один из самых передовых способов отбеливания, на который перешли многие клиники, это отбеливание по системе **ZOOM 4**.

По сравнению с методами ZOOM предыдущего поколения этот отличается максимальной безопасностью за счет использования специального геля с пониженной концентрацией перекиси водорода (всего 10% вместо привычных 25-35 %) и LED-лампы с холодным источником света, которая полностью исключает перегрев тканей. После процедуры на зубы дополнительно наносится фторосодержащее вещество для их укрепления. Применение уникальных технологий позволяет наслаждаться результатом отбеливания до 7 лет.

# ВИНИРЫ И ИМПЛАНТЫ

## История нашего пациента



ЛЕЧЕНИЕ  
от 1 800 р.

ВИНИРЫ  
от 17 000 р.  
ИМПЛАНТЫ  
от 19 500 р.

После рождения второго ребенка с моими зубами произошло что-то ужасное. Большинство зубов было поражено кариесом и разрушилось, мне было больно есть, пить и даже дышать холодным воздухом, гуляя на улице с детьми. Я долго откладывала поход к стоматологу, так как кормила грудью, в итоге ситуация стала критической. С острой болью я обратилась к Безделовой Евгении Викторовне. Она сразу же провела мне лечение нескольких зубов и записала на удаление остатков корней. Боль утихла, и теперь я была полна решимости вернуть свою красоту. На помощь пришел замечательный Адель Мурадович, который в кратчайшие сроки установил мне виниры и несколько имплантов по очень выгодной цене. Теперь мои зубы как с обложки журнала!!! Ровные и белоснежные – я даже мечтаю о таком не могла!!! Спасибо лучшим специалистам за то, что у моих детей снова красивая и молодая мама!»

Отсканируйте QR-код и получите скидку 10% на брекеты, виниры или отбеливание

**Виниры** - это тонкие пластинки, которые накладываются на переднюю поверхность зубов. Благодаря винирам можно решить множество проблем: скрыть трещины на зубах, выраженные межзубные промежутки, замаскировать цветовые нарушения зубной эмали, поменять форму зубов и их положение в челюстном ряду, избавиться от сколов.

**Зубные импланты** — это искусственная конструкция, которая внедряется в челюстную костную ткань для последующей установки на ней протеза (коронки). На сегодняшний день это самая распространенная и современная процедура восстановления зубов при их потере. Коронки на имплантах совершенно неотличимы от своих зубов, они эстетичны и функциональны.



# Семейная стоматология

- ВСЕ ВИДЫ СТОМАТОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ
- ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫЕ СПЕЦИАЛИСТЫ
- ИННОВАЦИОННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ И МАТЕРИАЛЫ



ЛЕЧЕНИЕ



УДАЛЕНИЕ



ПРОТЕЗИРОВАНИЕ  
ИМПЛАНТАЦИЯ



ЧЕЛЮСТНО-ЛИЦЕВАЯ  
ХИРУРГИЯ

ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ  
**ТОНУС**  
*Premium*

*Располагает к доверию*  
**ТОНУС**  
СТОМАТОЛОГИЯ

**ТОНУС**  
**ВРОХА**  
СТОМАТОЛОГИЯ

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ

от *А до Я*



ЭСТЕТИЧЕСКАЯ  
СТОМАТОЛОГИЯ



ИСПРАВЛЕНИЕ  
ПРИКУСА



ДИАГНОСТИКА  
(ПАНОРАМА, КТ, МРТ)



ДЕТСКАЯ  
СТОМАТОЛОГИЯ

ул. Б. Покровская, 62 т. (831) 411-11-75

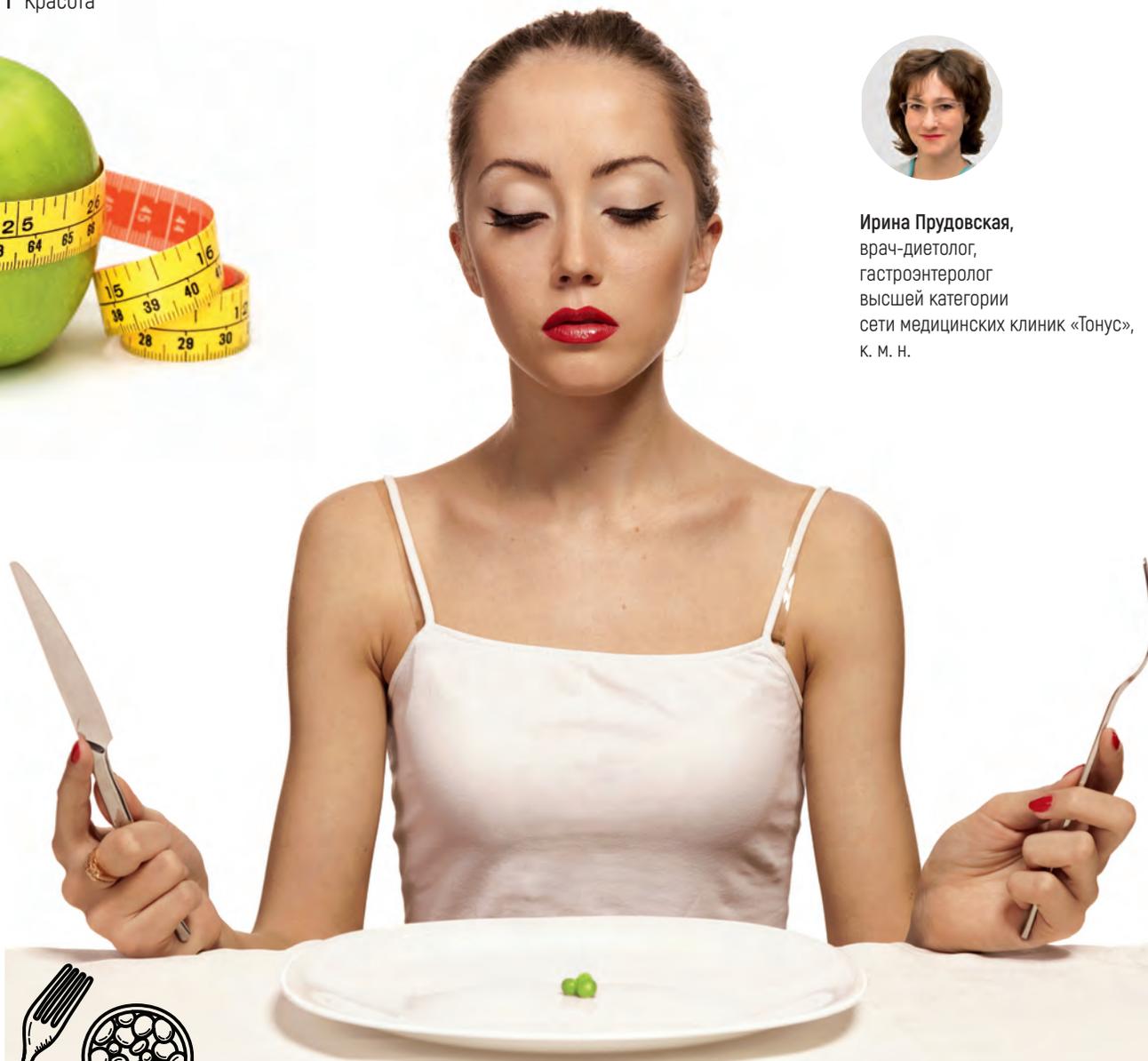
ул. Ванеева, 4 т. (831) 411-11-85

ул. Коминтерна, 139 т. (831) 411-11-77

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



**Ирина Прудовская,**  
врач-диетолог,  
гастроэнтеролог  
высшей категории  
сети медицинских клиник «Тонус»,  
К. М. Н.



## МОДНЫЕ ДИЕТЫ – ОПАСНОСТЬ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

*В погоне за стройной фигурой, модельными параметрами и идеальным весом женщины готовы пойти на все что угодно: морить себя голодом и соблюдать безжалостные диеты. И то и другое если и помогает привести себя в форму, то ненадолго и, кроме того, наносит вред здоровью и провоцирует появление серьезных заболеваний. Рассказываем о самых опасных диетах и о том, чем они могут обернуться, если назначать себе питание без консультации со специалистом.*

## МОНОДИЕТА

**СМЫСЛ.** Монодиета подразумевает питание только одним (иногда допускается два) продуктом, а также обязательное употребление чистой воды и чая в необходимом количестве.

**ОПАСНОСТЬ.** Длительное употребление одного и того же продукта приводит к острому дефициту питательных веществ в организме, нарушению обменных процессов и расстройству пищеварения. Все монодиеты влияют на психику: скудное питание в течение длительного времени вызывает у человека раздражение по отношению ко всему происходящему, вспышки злости и агрессии.

**РЕМАРКА ОТ ДИЕТОЛОГА.** Монодиета имеет право на существование, но только в качестве разгрузочного дня. Ничего страшного не случится, если день-два «посидеть» на гречке, яблоках или кефире, – это лишь пойдет организму на пользу, выведет шлаки и токсины из организма, ускорит обмен веществ и обеспечит «отдых» печени.

## БЕССОЛЕВАЯ ДИЕТА

**СМЫСЛ.** Все блюда в бессолевой диете должны быть пресными, приготовленными на пару или вареными. Полностью исключаются консерванты, маринады, жареные и копченые продукты. Обязательно соблюдать питьевой режим (выпивать не менее 1,5 л воды). Продержаться на таком питании, чтобы сбросить лишние килограммы, необходимо не менее двух недель.

**ОПАСНОСТЬ.** Недостаток соли нарушает водно-солевой баланс и уровень полезных кислот. Это, в свою очередь, приводит к резкому ухудшению самочувствия, развитию сердечно-сосудистых заболеваний (инфаркты и инсульты не редкость), может стать причиной гипонатриемии.

**РЕМАРКА ОТ ДИЕТОЛОГА.** Бессолевые диеты должны быть оправданы показаниями к их использованию. Например, существенно ограничивают потребление соли людям, у которых имеются проблемы с почками, однако здесь пищу можно солить, но очень умеренно. Полностью исключать из рациона соль нельзя ни в коем случае, можно лишь сократить ее потребление, а также заменить поваренную морской.



## КРЕМЛЕВСКАЯ ДИЕТА

**СМЫСЛ.** Этот метод похудения заключается в уменьшении потребления любых углеводов, но в увеличении белков (разрешено употреблять много мясных продуктов). Организм вместо углеводов начинает использовать накопленные жировые отложения, перерабатывать их в энергию, следовательно, сжигать лишние килограммы.

**ОПАСНОСТЬ.** Часто с первых дней кремлевской диеты из-за переизбытка белков в рационе во рту появляется привкус ацетона. Это свидетельствует о начале кетоза – состояния, которое развивается из-за углеводного голодания. В результате образуются кетоновые тела, которые отравляют организм, повреждают клетки и органы: почки (развитие подагры, образование камней в почках), печень (жировая гепатоз), щитовидная железа, сердце и сосуды (атеросклероз). Верные спутники кремлевской диеты – запоры, нарушение работы ЖКТ, а также выпадение волос и плохой запах изо рта.

**РЕМАРКА ОТ ДИЕТОЛОГА.** Минимизировать вред кремлевской диеты для организма можно, употребляя в пищу нежирные сорта мяса и рыбы, готовя на пару, запекая в духовке, отказавшись от жарки на масле. Чтобы избежать кетоза, необходимо соблюдать водный режим и выпивать не менее двух литров воды в день. Но даже это не дает стопроцентной гарантии безопасности.



## ТАБЛЕТОЧНАЯ ДИЕТА

**СМЫСЛ.** Таблеточная диета – одна из самых популярных и опасных. Производители обещают невероятные результаты – вы не отказываете себе в пище, не занимаетесь спортом, но стремительно худеете. Таблетки делятся на три основные группы: блокирующие усвоение жиров, препараты для усиления чувства сытости и мочегонные таблетки.

**ОПАСНОСТЬ.** Таблетки, направленные на усиление чувства насыщения, воздействуют на определенные зоны коры головного мозга, притупляя голод. Общий объем съедаемой за день пищи сокращается в несколько раз, как результат – уменьшение объема желудка. Однако не всё так радужно – ускорители насыщения вызывают сильнейшую зависимость, нарушается аппетит и работа ЖКТ, появляются беспричинные нервные срывы, частые головокружения и тошнота.

Препараты, блокирующие усвоение жиров в организме, приводят к замедлению обменных процессов, провоцируют нарушение всасывания питательных веществ, что существенно сказывается на общем самочувствии человека и работе всех органов, в особенности желчевыводящих путей и почек.

Мочегонные препараты (диуретики) выводят лишнюю жидкость из организма, за счет чего помогают человеку худеть. Диуретики вымывают калий и натрий, провоцируют отложение солей, повышают риск развития сахарного диабета и изменение гормонального фона, нарушают кислотно-щелочной баланс, водно-электролитный гомеостаз, обмен мочевой кислоты, липидов, фосфатов и углеводов.

**РЕМАРКА ОТ ДИЕТОЛОГА.** Любые препараты должен назначать исключительно врач после детального осмотра и обследования организма. Побочных эффектов у них слишком много, чтобы ради красивой и стройной фигуры иметь кучу проблем со здоровьем, которые потом придется решать в медицинском учреждении.

## ЧЕМ ПОМОЖЕТ ДИЕТОЛОГ?

### 1. ДИАГНОСТИКА

#### ● Составление пищевого портрета пациента:

сбор информации о вкусовых предпочтениях, гастрономических пристрастиях его и членов его семьи, характере работы, уровне жизни и т.д.

#### ● Биоимпедансометрия – метод, который позволяет измерить компонентный состав тела, определить содержание жировой ткани в организме

#### ● Назначение анализов: на исследование гормонального фона, содержание холестерина, УЗИ органов брюшной полости (печень, поджелудочная железа, желчный пузырь)

*Задача врача не просто помочь пациенту избавиться от лишнего веса, а установить, из-за чего появляются избыточные килограммы, и при необходимости направить его к врачу другой специальности для дальнейшего лечения.*

### 2. СОСТАВЛЕНИЕ ЖИЗНЕННОЙ И СБАЛАНСИРОВАННОЙ ДИЕТЫ

#### ● Расчет необходимой калорийности рациона и выдача рекомендаций по питанию с примерным меню

#### ● Составление списка разрешенных продуктов, основанного на индивидуальных предпочтениях пациента и с учетом биохимических показателей человека: роста, веса, имеющихся заболеваний и стиля жизни.

*Самое главное – диетолог составляет такую диету, которую человек сможет соблюдать длительное время, не сорвавшись посередине курса, не съев чего-нибудь вкусного и вредного.*

Отсканируйте QR-код и получите скидку 20% на консультацию врача-диетолога



# КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ЛЕЧЕНИЮ ОЖИРЕНИЯ



*Располагает к Доверию*

**ТОНУС**  
СЕТЬ МЕДИЦИНСКИХ КЛИНИК

[www.tonus.nnov.ru](http://www.tonus.nnov.ru)  
**т. (831) 411-11-22**

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# МИР ЧЕРЕЗ ЗАМОЧНУЮ СКВАЖИНУ

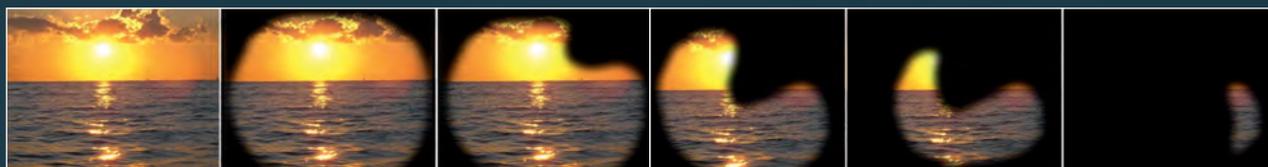


**Анна Шахалова,**  
заведующая лазерным отделением  
офтальмологической клиники  
«Тонус АМАРИС», лазерный хирург,  
врач высшей категории, к.м.н.

## ОПАСНОСТЬ!

*Глаукома «крадет» зрение у человека постепенно, поэтому первое время многие не обращают внимания на то, что боковое зрение «пропало». Слева вы видите изображение, которое воспринимает здоровый глаз, но по мере развития заболевания поле зрения сужается, и если вовремя не обратиться к специалистам, последствия могут стать печальными.*

***ВАЖНО!** Среди всех офтальмологических проблем глаукома занимает особое место, потому что именно она является самой распространенной причиной слепоты. В мире эта цифра составляет 15% от всех случаев потери зрения.*



**Глаукома** – это не конкретное заболевание глаз, а группа, объединенная одним общим признаком – повышение внутриглазного давления, в результате чего глазной нерв постепенно атрофируется и разрушается, а человек начинает слепнуть.

## ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ ПРОВОКАТОРОМ?

Единственный доказанный риск – возрастной фактор (глаукоме подвержены люди старше 40 лет). Именно поэтому каждому человеку при достижении этого возраста необходимо **ежегодно проходить профилактический осмотр у офтальмолога.**

## ПРИЗНАКИ ГЛАУКОМЫ

- снижение и кратковременная потеря зрения
- круги перед глазами
- сужение поля обзора
- резкое ограничение поля зрения
- слепота – последняя стадия глаукомы

*ВАЖНО! Вернуть потерянное вследствие глаукомы зрение не сможет ни один даже самый гениальный офтальмолог. Если глазное давление более или менее удастся снизить, то восстановить погибающий глазной нерв современной медицине просто не под силу. Поэтому важно вовремя остановить процесс и сохранить способность смотреть на мир своими глазами. Это возможно, если выявить заболевание на ранних стадиях и начать эффективное лечение.*

## ДИАГНОСТИКА ГЛАУКОМЫ

Диагностика глаукомы предполагает не просто консультацию с высококвалифицированным врачом-офтальмологом, а **высокоточную компьютерную диагностику на инновационных аппаратах**, с помощью которых детально изучаются все структуры глаза, а также выявляется стадия и форма заболевания. Стоит отметить, что постановка точного диагноза возможна только в хорошо оборудованном профильном офтальмологическом центре. Для выявления глазных заболеваний недостаточно одного «компьютера», необходим целый ряд дорогостоящих приборов. Поэтому не стоит верить рекламе салонов оптики, которые предлагают проверить все параметры глаз всего за 5 минут.



*Это интересно! Легендарный король рок-н-ролла Элвис Пресли носил солнцезащитные очки не потому, что это была его изюминка, а потому, что певец страдал от глаукомы.*

## ЛЕЧЕНИЕ ГЛАУКОМЫ

**НАЧАЛЬНЫЕ СТАДИИ** – медикаментозное лечение, которое включает в себя прием лекарственных препаратов, использование специальных капель для нормализации внутриглазного давления.

**СЛОЖНЫЕ СЛУЧАИ** – лазерная терапия глаукомы. Это малоинвазивный способ лечения, который отличается низкой травматичностью, высокой результативностью и отсутствием послеоперационных осложнений.

**«ТЯЖЕЛАЯ АРТИЛЛЕРИЯ»** – хирургические методы. На сегодняшний день хирургия глаукомы представлена двумя основными направлениями: **классическими хирургическими вмешательствами и операциями с применением современных дренажных систем** – антиглаукомных шунтов.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МЕТОДЫ** – физиотерапия. Она оказывает **обезболивающее, успокаивающее, гипотензивное действие**.

*Глаукома – очень опасное заболевание, которое, если вовремя не начать его лечить, может привести к инвалидности, лишив человека не просто зрения, а нормальной жизни. Своевременная диагностика с профилактической целью и выполнение всех рекомендаций специалиста поможет сохранить оставшееся зрение, нормализовать внутриглазное давление и видеть мир во всех его ярких красках!*



Отсканируйте QR-код и получите скидку 50% на компьютерную диагностику зрения



## Отзывы наших пациентов



«Спасибо большое за проведенную операцию лазерной коррекции по методу ReLEx SMILE! В первую очередь, конечно, огромное спасибо внимательнейшему рефракционному хирургу Юрию Михайловичу Кудрявцеву (всё объяснил, ответил на мои вопросы). Еще хотелось бы поблагодарить множество других людей в клинике – от оптометристов до младшего медицинского персонала. Особенно мне запомнилась заботливая санитарка по имени Нина! Я специально приезжала из Москвы, поскольку была наслышана о чудесных отзывах о клинике «Тонус АМАРИС» и легких руках работающих в ней специалистов! Операция и время после нее прошли безболезненно. Я не чувствовала ни слезотечения, ни «синдрома сухого глаза», ни всего остального, чем иногда пугают. Сумеречное зрение тоже обычное, изменения относительно зрения в очках не заметила. Кругов вокруг источников света тоже нет. Сейчас после операции прошла всего неделя, точное зрение не знаю, но на следующий день после операции было по 9 строчек на глаз, сейчас по ощущениям лучше. До операции было примерно -4 и -3 и хрусталиковый астигматизм. Делала именно ReLEx SMILE, чтобы иметь возможность заниматься контактным спортом. Полноценно заниматься смогу через месяц, сейчас (с разрешения врача) собираюсь на бесконтактную облегченную тренировку. Еще раз спасибо Юрию Михайловичу и всей клинике!»

Ксения Андрейчук

Отправить



## Отзывы наших пациентов



Благодарю Юрия Михайловича Кудрявцева за отличную, успешную операцию на моих близоруких глазах. Поначалу мне не хотели делать, так как нестандартная роговица, но все же врач на свой страх и риск взял ответственность всю на себя и не отказал в помощи. Это бесценно, получить результат с -7,5 до 1 менее чем за сутки. Вчера сделали операцию, а сегодня уже с глазами! Как же хорошо видеть все вокруг себя! Чуткий, грамотный, тактичный, спокойный профессионал, умеющий объяснить простым языком. Успеха, развития и хорошего стабильного результата в деле сохранения зрения!

Дмитрий Иванович

Отправить



## Отзывы наших пациентов



Огромное спасибо рефракционному хирургу и главному врачу клиники «Тонус АМАРИС» Антипенко Ларисе Анатольевне. Благодаря ей я справилась со своей миопией (с -2,5 и -2,75 до единицы!) Врач с самого начала уверяла меня, что все будет хорошо и что я останусь довольна остротой зрения, смогу спокойно ездить за рулем без очков и МКЛ, купаться, не думая, что вылетит МКЛ, носить солнцезащитные очки. Скажу прямо, первые 1,5 суток глаза очень болели, рези, жжение, ощущение, что песочница в глазах. Острота зрения такая, как будто я без линз. Неприятные ощущения прошли довольно быстро, и спустя трое суток я вышла на работу!

Валерия Забосина

Отправить



офтальмологическая клиника

# ЛАЗЕРНАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ ЛЮБОЙ СТЕПЕНИ СЛОЖНОСТИ

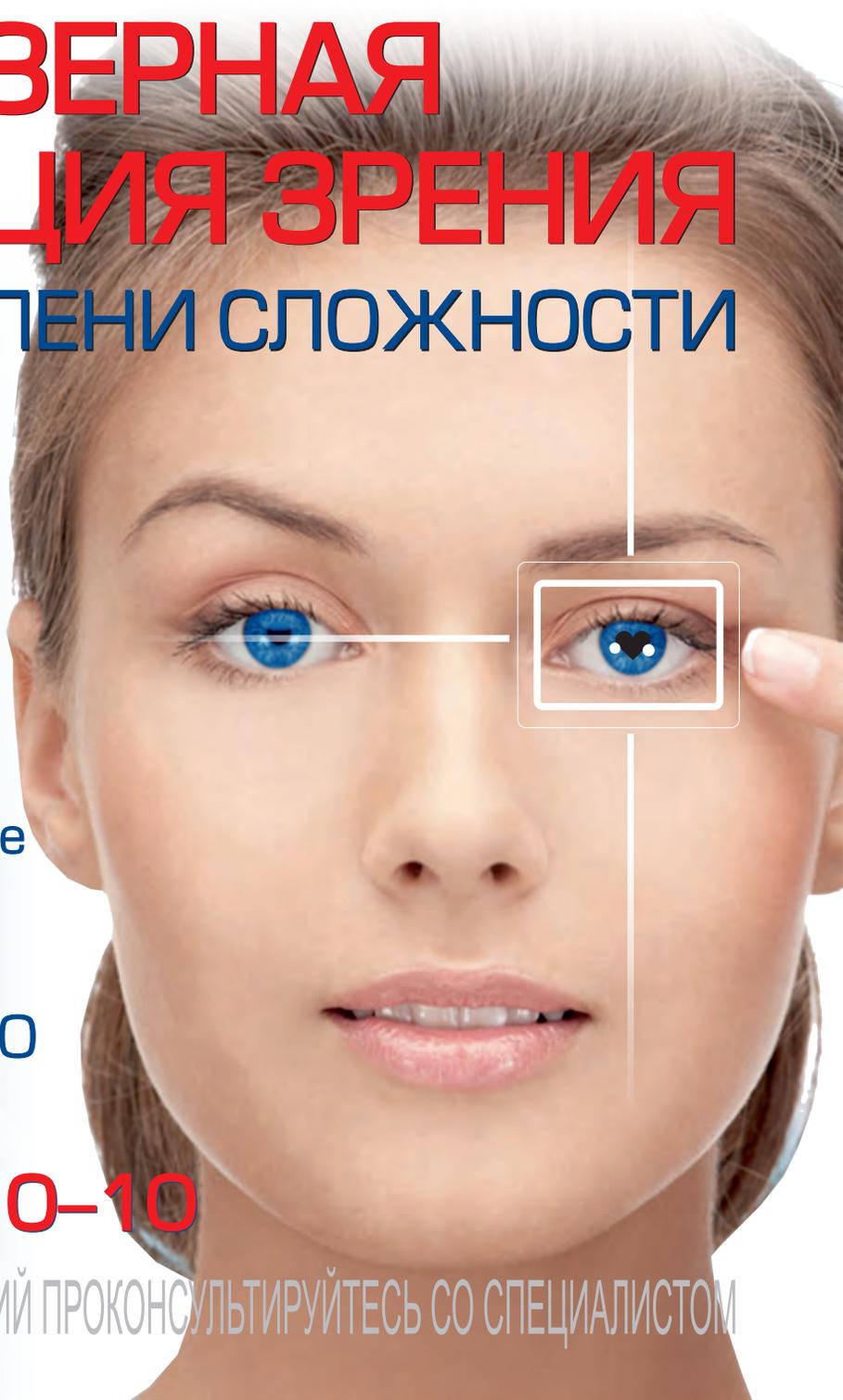
**NEW** FEMTO  
технологии

- Гарантия результата
- Ультрасовременное оборудование
- Ведущие специалисты ПФО

ул. Белинского, 38

т. **(831) 411-10-10**

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



# НЕПОСЕДЫ

*Ребенок стал слишком нервным, непоседливым и импульсивным. Он не может ни на чем сосредоточиться и не воспринимает информацию.*

*Ребенок не слушается, все ломает и проявляет агрессию. Когда все это закончится и что с этим делать?*

**Екатерина Долганова,**  
детский невролог, нейрофизиолог  
клиники неврологии и эпилептологии  
«ТОНУС ЛАЙФ»,  
ассистент кафедры неврологии,  
нейрохирургии и медицинской  
генетики ФДПО ФГБОУ ВО ПИМУ  
Минздрава России



## ГИПЕРАКТИВНОСТЬ (СДВГ): СИНДРОМ ИЛИ ХАРАКТЕР?

СДВГ – самое частое психоневрологическое расстройство, при котором у детей с нормальным или высоким интеллектом имеются нарушения специфической обучаемости или расстройства поведения от легкой до тяжелой степени выраженности. С этой проблемой сталкивается практически каждый второй родитель ребенка.

## ПРИЧИНЫ СИНДРОМА ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТИ:

- генетические факторы (в 35 % случаев): мутация генов, регулирующих обмен нейромедиаторов в мозге: дофамина, норадреналина, серотонина
- недоношенность и низкая масса при рождении
- внутриутробная экспозиция алкоголя и других токсических средств, курение матери
- наследуемость по отцовской линии
- перинатальная гипоксия плода

### ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ:

- раздражительность и агрессивность (ребенок кричит, шумит, дерется)
- чрезмерная подвижность и активность (малыш не может усидеть долгое время на одном месте)
- бесстрашие (ребенок начинает подвергать себя и окружающих опасности, играет в опасные игры)
- неряшливость и неаккуратность (малыш ломает игрушки, разбрасывает вещи)
- непослушание взрослым
- отсталость в развитии речи
- чрезмерное любопытство (малыш задает много вопросов, перебивает, влезает в чужие разговоры)



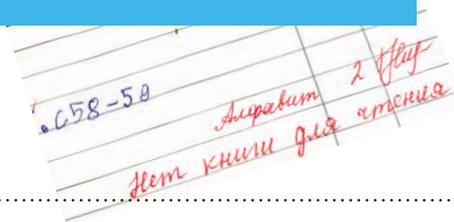
## СИМПТОМЫ ГИПЕРАКТИВНОСТИ: КОГДА БИТЬ ТРЕВОГУ?

### ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ:

- отсутствие внимания и концентрации (ребенок не может сосредоточиться на деталях, допускает много ошибок и не справляется с заданиями)
- конфликтность и агрессивность по отношению к сверстникам
- трудности в формировании навыков письма, чтения и счета;
- непослушание учителю, игнорирование замечаний
- забывчивость (ребенок часто теряет вещи и постоянно все забывает)
- невозможность самостоятельно справляться с домашними заданиями и выдерживать длительные умственные нагрузки.

### ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ:

- неподчинение общественным нормам и законам
- невыполнение требований взрослых
- связь с плохой компанией и вовлечение в подростковые группировки
- совершение различных правонарушений
- тяга к курению, употреблению алкоголя и наркотиков



## ЛЕЧЕНИЕ СИНДРОМА ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТИ:

- **консультации высококвалифицированных специалистов:** невролога, психолога или психотерапевта
- сбор информации о поведении ребенка, **диагностика** (все-возможные тесты)
- **составление индивидуальной программы психокоррекции**, в которую могут входить психологические игры, арт-терапия, семейное консультирование
- **дополнительные занятия с педагогами** для повышения успеваемости ребенка
- **физиолечение:** соляные пещеры, водные процедуры, бассейн, ЛФК, электрофорез, магнитотерапия
- **занятия в спортивных секциях** для обучения ребенка контролю, самодисциплине, а также для дополнительного расхода энергии
- **медикаментозная коррекция** (прием ноотропных препаратов с успокаивающим или стимулирующим эффектом)



Отсканируйте QR-код и получите скидку 20% на консультацию детского невролога, психолога или психиатра

*Только комплексный подход при лечении СДВГ может дать положительный результат!*



# ТОНУС Life

МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

**ЦЕНТР ДЕТСКОЙ НЕВРОЛОГИИ И ПСИХИАТРИИ «ТОНУС ЛАЙФ» оснащен инновационным оборудованием лучших мировых производителей, что позволяет проводить быструю и качественную диагностику маленьким пациентам:**

- **МРТ 3,0 ТЕСЛА - НОВЫЙ УРОВЕНЬ ДИАГНОСТИКИ!**
- **ЦИФРОВОЙ РЕНТГЕН ● ЭКСПЕРТНОЕ УЗИ**
- **ЭЛЕКТРОЭНЦЕФАЛОГРАФИЯ (ЭЭГ), ВИДЕО-ЭЭГ-МОНИТОРИНГ** - комплексное обследование головного мозга, позволяющее оценить степень имеющихся поражений и локализацию патологий
- **ПОЛИСОМНОГРАФИЯ (ПСГ)** - диагностика организма в период сна, позволяющая выявить различные расстройства
- **ЭЛЕКТРОНЕЙРОМИОГРАФИЯ (ЭНМГ)** - обследование периферической нервной системы и мышц
- **ЭЛЕКТРОКАРДИОГРАФИЯ (ЭКГ), АД, ЭКГ-мониторирование** - точная диагностика работы сердца
- **ЛАБОРАТОРНАЯ ДИАГНОСТИКА** (в т. ч. лекарственный мониторинг)

**ЦЕНТР ДЕТСКОЙ НЕВРОЛОГИИ И ПСИХИАТРИИ «ТОНУС ЛАЙФ» - это сплоченная команда опытных специалистов с внушительным стажем работы и безупречной репутацией:**



## ДОЛГАНОВА Екатерина Михайловна ДЕТСКИЙ НЕВРОЛОГ, ЭПИЛЕПТОЛОГ

Ведущие направления:

- Пароксизмальные состояния в детском возрасте (обмороки, судорожные приступы, энурез, парасомнии)
- Внутрочерепная гипертензия
- Синдром дефицита внимания и гиперактивности
- Тикозные гиперкинезы
- Заикание

Стаж работы - 11 лет



## ЕЛЬШИНА Оксана Дмитриевна НЕЙРОФИЗИОЛОГ, ДЕТСКИЙ ЭПИЛЕПТОЛОГ, СОМНОЛОГ

Ведущие направления:

- Детская неврология и эпилептология
- ЭЭГ, видео-ЭЭГ-мониторинг детям любого возраста
- Полисомнография
- MSLT-тест (протокол нарколепсия)

Стаж работы - 7 лет

[www.tonus-life.ru](http://www.tonus-life.ru)

**ул. Родионова, 190Д ☎ (831) 411-11-31**

**О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ**

# ЦЕНТР ДЕТСКОЙ НЕВРОЛОГИИ И ПСИХИАТРИИ



**ГРЕЧИНА**  
**Алена Валерьевна**

## МЕДИЦИНСКИЙ ПСИХОЛОГ

Ведущие направления:

- Индивидуальное и семейное психологическое консультирование
- Групповые занятия для детей и подростков с неуверенностью в себе, проблемами школьной адаптации
- Психодиагностика
- Профориентация

Стаж работы - 14 лет



**ПОЗДНЯКОВ**  
**Сергей Сергеевич**  
**ДЕТСКИЙ ПСИХИАТР**

Ведущие направления:

- Психические расстройства у детей от 0 до 18 лет
- Расстройства аутистического спектра
- Задержки психоречевого развития
- Нарушения поведения
- Анорексия
- Тревожные и депрессивные расстройства

Стаж работы - 15 лет



**ГРУЗДЕВА**  
**Екатерина Владимировна**  
**ФИЗИЧЕСКИЙ ТЕРАПЕВТ,**  
**СПЕЦИАЛИСТ ПО ЛФК И АФК**

Ведущие направления:

- Нарушения двигательной функции у детей любого возраста (генетические синдромы, перинатальная энцефалопатия, ДЦП, задержка моторного развития)
- Заболевания опорно-двигательного аппарата (нарушения осанки, плоскостопие, вальгусные и варусные деформации)
- Двигательные нарушения при последствиях травм
- Неустойчивость, нарушения координации
- Болевые синдромы

Стаж работы - 14 лет

**ДЛЯ НАС НЕТ  
СЛОЖНЫХ СЛУЧАЕВ!**

**ВАШ РЕБЕНОК  
В НАДЕЖНЫХ  
РУКАХ!**

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# С НОВЫМ 2019 ГОДОМ!

ТОНУС  
ВРОХА  
ПЕДИАТРИЧЕСКИЕ ЦЕНТРЫ



# ТЕСТ

## ОБЩЕЕ СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ

- 01 У ВАС БЫВАЕТ ДЕПРЕССИЯ?
- 02 ВАМ ТРУДНО РАССЛАБИТЬСЯ?
- 03 ВЫ ЧАСТО ЗЕВАЕТЕ В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ?
- 04 ВЫ СПИТЕ МИНИМУМ 6-7 ЧАСОВ В ДЕНЬ?
- 05 СЧИТАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО ПИТАЕТЕСЬ ПРАВИЛЬНО?
- 06 У ВАС ИМЕЕТСЯ ИЗБЫТОЧНЫЙ ВЕС (БОЛЕЕ 5 КГ)?
- 07 ВЫ ЧАСТО ИСПЫТЫВАЕТЕ ЧУВСТВО ПЕРЕУТОМЛЕНИЯ?
- 08 ВЫ ВЫПИВАЕТЕ ЕЖЕДНЕВНО МИНИМУМ 2 ЛИТРА ВОДЫ?
- 09 ЧУВСТВУЕТЕ ЛИ ВЫ БОЛЬШУЮ ЧАСТЬ ДНЯ СОНЛИВОСТЬ?
- 10 БЫВАЕТ ЛИ У ВАС ЧУВСТВО РАЗБИТОСТИ С САМОГО УТРА?
- 11 ВЫ ПОСЕЩАЕТЕ ВРАЧА 1 РАЗ В ГОД С ЦЕЛЬЮ ПРОФИЛАКТИКИ?
- 12 ВАС УТОМЛЯЮТ ДЕЙСТВИЯ, ТРЕБУЮЩИЕ МИНИМАЛЬНЫХ УСИЛИЙ (ПОДЪЕМ НА ЛЕСТНИЦУ ИЛИ ХОЖДЕНИЕ ПО МАГАЗИНАМ)?
- 13 ВЫ ЧАСТО ИСПЫТЫВАЕТЕ РАЗДРАЖЕНИЕ ПО ОТНОШЕНИЮ К ДРУГИМ ЛЮДЯМ?
- 14 У ВАШИХ БЛИЗКИХ РОДСТВЕННИКОВ ИМЕЮТСЯ ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ?
- 15 У ВАС БЫВАЕТ ОЩУЩЕНИЕ, ЧТО К СЕРЕДИНЕ РАБОЧЕГО ДНЯ НЕ ОСТАЛОСЬ СИЛ?
- 16 ВЫ РЕГУЛЯРНО ВЫПОЛНЯЕТЕ ФИЗИЧЕСКУЮ РАБОТУ ПО ДОМУ ИЛИ ЗАНИМАЕТЕСЬ СПОРТОМ МИНИМУМ 2 РАЗА В НЕДЕЛЮ (БОЛЕЕ 30 МИНУТ)?
- 17 У ВАС ОСТАЮТСЯ СИЛЫ НА АКТИВНОЕ ВРЕМЯПРЕПРОВОЖДЕНИЕ ПОСЛЕ РАБОТЫ?
- 18 ИМЕЮТСЯ ЛИ У ВАС ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ (КУРЕНИЕ, ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЕМ, ЧАСТОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ ФАСТФУДА)?
- 19 БЫВАЕТ ТАК, ЧТО ВО ВРЕМЯ ПРОСМОТРА ТЕЛЕВИЗОРА ИЛИ ЧТЕНИЯ КНИГ В ВЕЧЕРНЕЕ ВРЕМЯ ВЫ НЕПРОИЗВОЛЬНО ЗАСЫПАЕТЕ?
- 20 У ВАС ЧАСТО ВОЗНИКАЮТ ПРОБЛЕМЫ СО ЗДОРОВЬЕМ (ПРОСТУДЫ, БОЛИ В СПИНЕ И Т.П.)?

**ДА - 1 балл, НЕТ - 0 баллов**

### РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТИРОВАНИЯ:

**До 5 баллов.** Вы находитесь в отличной физической форме. Ваше психическое состояние превосходно, иммунная система стабильна. Отсутствует риск заболеваний внутренних органов, а также функциональных расстройств.

**От 6 до 10 баллов.** Ваше состояние здоровья удовлетворительное, однако вполне возможно, что иммунитет ослаблен. Нагрузки, которым подвергнут Ваш организм, вызывают опасения. Обратите внимание на свое здоровье, иначе в ближайшие 5 лет у Вас могут возникнуть серьезные проблемы и заболевания внутренних органов.

**От 11 до 15 баллов.** Ваш организм измотан, поэтому необходимо обратиться за помощью к специалисту. Возможно, у Вас уже есть расстройства и заболевания, которые необходимо лечить. Постарайтесь снизить свой вес, упорядочив режим питания и сократив употребление в пищу колбасных изделий и жирного. Принимайте витамины и минеральные вещества. Займитесь физкультурой, откажитесь от курения и употребления алкогольных напитков.

**Более 16 баллов.** Вам следует немедленно обратиться к врачу! Вы нуждаетесь в срочном обследовании и лечении, чтобы ликвидировать имеющиеся факторы риска.

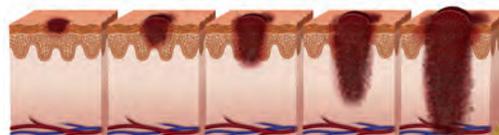
# ВРАГ КОЖИ



**Зара Давоян,**  
врач-дерматолог  
медицинского центра «Тонус»

## ЧТО ТАКОЕ МЕЛАНОМА?

**Меланома** – не просто выпуклая родинка больших размеров, как думают многие. Это одна из самых распространенных, агрессивных и опасных злокачественных опухолей, которая появляется из меланоцитов (особых клеток кожи, которые вырабатывают меланин и отвечают за цвет кожи, глаз, волос и интенсивность загара). Новообразование отличается ускоренным развитием и высоким риском быстрого метастазирования (лимфоузлы, кости, легкие, головной мозг).



## ПРОВОКАТОРЫ:

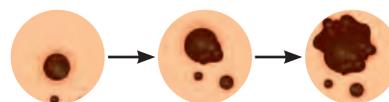
- воздействие ультрафиолетовых лучей;
- частые солнечные ожоги;
- доброкачественные новообразования кожи (невусы, атипичные родинки, большое количество простых родинок, родимые пятна и т. д.);
- наследственная предрасположенность.

**ВНИМАНИЕ!** Раньше меланома считалась заболеванием, которое возникает преимущественно после 50 лет, сейчас же нередко случаи появления опухоли у молодых людей в возрасте от 18 до 30 лет. Всему виной мода на смуглую кожу. В погоне за трендом многие слишком активно принимают солнечные ванны, загорают в солярии круглый год и не пользуются солнцезащитными средствами.

## ВАС ДОЛЖНЫ НАСТОРОЖИТЬ СЛЕДУЮЩИЕ СИМПТОМЫ:

- зуд, жжение и покалывание пигментированного участка;
- выпадение волос на месте родинки;
- появление вокруг пигментного образования покраснения;
- исчезновение рисунка кожи.

Тенденция к увеличению



Доброкачественная (не опасно)				
	<b>АСИММЕТРИЯ</b> края различной формы	<b>КРАЙ</b> размыт	<b>ЦВЕТ</b> смешанный	<b>ДИАМЕТР</b> > 6 мм
Злокачественная (опасно)				

**ВНИМАНИЕ, ОПАСНОСТЬ!** Меланома развивается быстро и при позднем выявлении может привести к летальному исходу. Поэтому важно регулярно самообследовать кожу и при малейших подозрениях на какие-либо изменения незамедлительно бежать к врачу-онкологу или дерматологу. Только специалист сможет поставить окончательный диагноз и назначить необходимое обследование.



## ДИАГНОСТИКА МЕЛАНОМЫ

- **Сбор анамнеза и осмотр** кожных покровов специалистом.
- **Дерматоскопия** – обследование кожных покровов с помощью дерматоскопа, который многократно увеличивает кожные покровы, позволяя специалисту получить необходимые данные о состоянии органа.
- **Биопсия новообразования для гистологического исследования.** Именно этот вид диагностики позволяет со 100-процентной точностью определить, является опухоль доброкачественной или злокачественной и в случае неутешительного диагноза установить тип, вид, особенности, стадии и состав новообразования, чтобы принять решение о дальнейшем лечении.

***ВАЖНО!** В случае если диагноз «меланома» подтвердится, будет назначена дополнительная диагностика с целью поиска возможных метастазов. Она может включать в себя УЗИ (при поиске метастазов в лимфоузлах), компьютерную томографию (при поиске метастазов в органах бронхолегочной системы, а также на костях), магнитно-резонансную томографию (при поиске метастазов в головном мозге), а также онкоскрининг (при поиске метастазов в отдаленных участках).*

---

---

## ЛЕЧЕНИЕ

**Хирургическое иссечение** – единственный способ лечения меланомы I и II стадии. Вырезают не только само новообразование, но и участок здоровой кожи (5–8 см), чтобы исключить возможность инфицирования и распространения заболевания. На поздних стадиях для лечения меланомы прибегают к комбинированным способам, добавляя к хирургическому иссечению **иммунотерапию, химиотерапию и лучевую терапию.**

Помните, что практически любое, даже самое тяжелое заболевание лечится только на ранних стадиях, поэтому необходимо регулярно проходить профилактические осмотры и диагностику!

## СВОЕВРЕМЕННАЯ ДИАГНОСТИКА – ЗАЛОГ ЭФФЕКТИВНОГО ЛЕЧЕНИЯ!



*Это интересно! Не только обычные люди подвержены такому серьезному заболеванию, как рак кожи. Знаменитости тоже в группе риска! Хью Джекман, Дженифер Моррисон, Мишель Монаган, Брук Шилдс, Мелани Гриффит, Сибилл Шепард, Элизабет Тейлор, Хлои Кардашьян – это далеко не полный список звезд, которым удалось вовремя обнаружить патологию и избавиться от проблемы.*

***ВАЖНО!** Не верьте салонам красоты и криологическим центрам, что они без проблем удалят меланому или даже родинку лазером или при помощи жидкого азота! Удаление меланомы должен проводить ТОЛЬКО ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫЙ ВРАЧ-ОНКОДЕРМАТОЛОГ! Никакие косметические методы не позволяют определить толщину опухоли, а значит, есть риск, что злокачественные ткани не удалятся в полном объеме: часть раковых клеток может остаться в организме человека и будет разрастаться дальше, образуя метастазы.*



Отсканируйте QR-код и получите скидку 50% на дерматоскопию

# ЛАЗЕРНЫЙ ЦЕНТР

Лазеры – прорыв в современной косметологии! Лазерные процедуры способны составить серьезную конкуренцию пластическим операциям, обеспечивая максимальный результат без шрамов и длительной реабилитации. Лазерный центр «ТОНУС ПРЕМИУМ» собрал в себе целый комплекс мощнейших аппаратов, которым по силам справиться с любыми эстетическими проблемами!

Candela

# CO2RE

NEW



СОВЕРШЕННЫЙ АППАРАТ ПОСЛЕДНЕГО ПОКОЛЕНИЯ, КОТОРЫЙ ПОЗВОЛЯЕТ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНО РЕШАТЬ ЛЮБЫЕ ЭСТЕТИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ.

Candela CO2RE ОБЕСПЕЧИВАЕТ БЫСТРОТУ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРОЦЕДУР, ПОЛНУЮ БЕЗОПАСНОСТЬ, ВЫСОЧАЙШУЮ ЭФФЕКТИВНОСТЬ И МИНИМАЛЬНЫЙ СРОК РЕАБИЛИТАЦИИ.

## ПРИМЕНЕНИЕ В КОСМЕТОЛОГИИ

- удаление новообразований кожи и слизистых (родинки, папилломы, дерматофибром, невусы, бородавки, мозоли, гемангиомы, базалиомы, и др.)
- фракционное абляционное омоложение лица и тела
- лазерная блефаропластика
- лазерная шлифовка
- лазерный лифтинг (сокращение и уплотнение избытков кожных покровов, выравнивание рельефа кожи, улучшение текстуры кожи)
- поверхностный лазерный пилинг
- лазерная коррекция рубцов (в т.ч. послеоперационных, постакне)
- устранения растяжек и пигментных пятен

## ПРИМЕНЕНИЕ В ГИНЕКОЛОГИИ

- лазерное интимное омоложение
- удаление новообразований половых органов, вульвы, влагалища
- лечение рубцовых патологий вульвы, влагалища
- лазерное отбеливание зоны промежности, перианальной области
- лазерное лечение патологических изменений шейки матки
- устранение сухости в период менопаузы
- лазерное лечение аноргазмии

ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

**ТОНУС**  
*Premium*

ул. Б. Покровская, 62

☎ (831) 411-11-75

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ

# «ТОНУС ПРЕМИУМ»

## Candela **Vbeam Perfecta**

Candela Vbeam Perfecta – не имеющий аналогов, технологически совершенный лазер для удаления сосудистых патологий, фотоомоложения, устранения пигментации и лечения псориаза. Это единственный тип лазера, одобренный для устранения сосудистых патологий у детей, начиная с нескольких недель жизни, поскольку данный лазер способен устранять сосудистые патологии, не вызывая термического поражения окружающих тканей.

### ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ Candela VBEAM PERFECTA:

- удаление сосудов (диаметром до 1,5 мм), сосудистой сетки, сосудистых звездочек, винных пятен
- лечение гиперпигментации и купероза
- выравнивание цвета и улучшения тургора кожи
- удаление дисхромии
- лечение псориаза



## Palomar **ICON**

Palomar ICON – самый мощный неабляционный фракционный лазер в мире! Эта многофункциональная система обладает невероятными возможностями и решает практически все эстетические задачи.

### ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ PALOMAR ICON:

- инновационное 3D-омоложение: термолифтинг, фракционное и фотоомоложение
- повышение тургора кожи, безоперационная подтяжка контура лица
- избавление от веснушек, пигментных пятен и сосудистых звездочек
- лечение угревой сыпи и акне, сужение расширенных пор
- выравнивание рельефа, улучшения структуры и цвета кожи
- удаление шрамов, рубцов, постакне, растяжек
- укрепление кожи, лечение целлюлита



## Alma **Soprano Accord**

Alma Soprano Accord - инновационный лазер, который разработан специально для комфортной эпиляции любого участка тела. Удаление волос происходит максимально эффективно за счет повышенной мощности и скорости диодного лазера. Технология ICE и специальная насадка охлаждают поверхность кожи до -3 градусов, полностью предотвращая поверхностные ожоги, делая эпиляцию абсолютно безболезненной и высокоэффективной. Удивительные результаты заметны уже после первой процедуры!



ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



**Мария Косякина,**  
руководитель клиники  
неврологии и эпилептологии  
«ТОНУС ЛАЙФ»,  
врач-невролог,  
эпилептолог, к.м.н.

# КОГДА СОН — РОСКОШЬ



*Вы испытываете ужас от приближения ночи? Приходится считать овечек, но и они не могут помочь? А может, вы пытаетесь отключить свой разум и вообще ни о чем не думать? Речь здесь идет вовсе не о монстрах, живущих в шкафу или под кроватью, а о бессоннице, которая лишила вас полноценного отдыха, нормальной работоспособности и хорошего самочувствия.*

Бессонница (инсомния) – это состояние, характеризующееся повторяющимися нарушениями засыпания, продолжительности и качества сна, возникающими вне зависимости от наличия достаточного количества времени и условий для сна. По статистике около 25 % взрослых людей страдает от хронической инсомнии.



## ТЕСТ НА БЕССОННИЦУ

### Время засыпания

- Мгновенно **5** баллов
- Недолго **4** балла
- Средне **3** балла
- Долго **2** балла
- Очень долго **1** балл

### Продолжительность сна

- Очень долгий **5** баллов
- Долгий **4** балла
- Средний **3** балла
- Короткий **2** балла
- Очень короткий **1** балл

### Количество ночных пробуждений

- Нет **5** баллов
- Редко **4** балла
- Нечасто **3** балла
- Часто **2** балла
- Очень часто **1** балл

### Качество сна

- Отлично **5** баллов
- Хорошо **4** балла
- Средне **3** балла
- Плохо **2** балла
- Очень **1** балл

### Количество сновидений

- Нет **5** баллов
- Временами **4** балла
- Умеренно **3** балла
- Множественные **2** балла
- Тревожные **1** балл

### Качество утреннего пробуждения

- Отлично **5** баллов
- Хорошо **4** балла
- Средне **3** балла
- Плохо **2** балла
- Очень плохо **1** балл



**22 БАЛЛА** и выше – **норма**. Вам нет необходимости посещать специалистов, вы хорошо спите, прекрасно высыпаетесь и чувствуете себя отлично. Продолжайте в том же духе, и никакие болезни вам не будут страшны.

**9–21 БАЛЛ** – **пограничный результат**. Ваше состояние удовлетворительно, однако имеются небольшие отклонения от нормы. Возможно, вы периодически чувствуете усталость, не всегда высыпаетесь и иногда, проснувшись утром, ощущаете разбитость.

Поскольку ситуация пока не критическая, вам могут помочь

## 10 СОВЕТОВ ОТ СОМНОЛОГА:

1. Вставайте всегда в одно и то же время, в том числе в выходные дни
2. Не позволяйте себе спать в дневное время, особенно после 16:00
3. Ежедневно выполняйте физические упражнения. Если вы имеете физическую нагрузку в вечернее время, постарайтесь завершить ее не позднее, чем за четыре часа до сна
4. Исключите алкоголь, курение, кофе, чай, обильную еду за четыре часа до сна
5. Перед сном избегайте возбуждающей активности и чрезмерной умственной нагрузки
6. Спите на широкой постели, на удобном полужестком матрасе с ровной поверхностью, в удобной ночной одежде. Поддерживайте в спальне комфортный режим температуры и влажности. Проветрите помещение перед сном. Постарайтесь устранить внешние раздражители (шум, яркий свет), которые могут помешать засыпанию
7. Ложитесь в постель только тогда, когда вам хочется спать
8. Если проходит 20 минут, а сон не наступает, встаньте и займитесь спокойными делами. Ложитесь вновь, только когда почувствуете сонливость. Если и на сей раз вам не удастся заснуть, повторите процедуру
9. Не зажигайте яркий свет, если встаете ночью
10. Не смотрите на часы, если вы проснулись среди ночи

**МЕНЕЕ 9 БАЛЛОВ** – признак наличия инсомнии. Вам необходимо задуматься о своем состоянии и немедленно обратиться за консультацией к **врачу-сомнологу** – специалисту, который занимается профилактикой и лечением расстройств сна. Он соберет анамнез, проведет тесты и при необходимости назначит дополнительную диагностику: **полисомнография, кардиореспираторный мониторинг, видео-ЭЭГ-мониторинг**. Задача сомнолога – не только найти причину, по которой человек «разучился» засыпать, но и назначить правильное лечение.

## ЛЕЧЕНИЕ БЕССОННИЦЫ

Лечение бессонницы зависит от причины, по которой она возникла. Если инсомния носит психогенный характер, **лечение проводится под контролем психотерапевта и включает фармакотерапию, психотерапию, обучение релаксационным методикам, физиотерапию, рефлексотерапию и массаж.**

В случае если у пациента обнаружено апноэ сна и ночная гипоксемия, **применяются методы вспомогательной вентиляции легких и респираторной поддержки – подбор сипап-терапии.**

Если инсомния связана с соматическими заболеваниями, энурезом или болезнями нервной системы, то для ее лечения **придется обращаться за дополнительной помощью к другим узким специалистам**, поскольку только избавившись от основного заболевания, вы снова будете крепко спать.

Заниматься самолечением при бессоннице нельзя. Она может перейти в хроническую форму и нанести серьезный вред здоровью. Инсомния является частой причиной появления таких заболеваний, как онкология, сахарный диабет, импотенция, ожирение, инфаркт, инсульт, атеросклероз, гипертоническая болезнь. Кроме того, бессонница может спровоцировать появление синдрома хронической усталости и преждевременное старение.



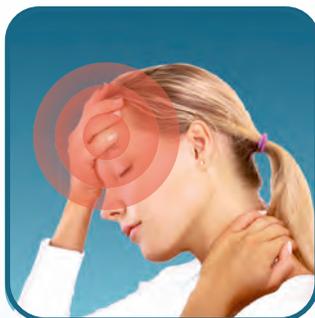
Отсканируйте QR-код и получите скидку 20% на консультацию врача-невролога, сомнолога



**БЕСПОКОИТ  
СПИНА?**



**БОЛИТ  
ГОЛОВА?**



**ПРОБЛЕМЫ  
С СЕРДЦЕМ?**



**НАРУШЕН  
СОН?**



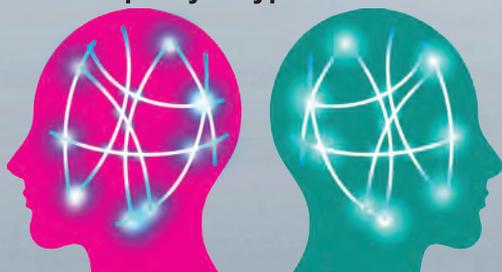
## ПЕРВЫЙ ПРОФИЛЬНЫЙ ЦЕНТР НЕВРОЛОГИИ

### КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ

- Невролог (детский/взрослый)
- Эпилептолог (детский/взрослый)
- Психолог (детский/взрослый)
- Психиатр (детский/взрослый)
- Психотерапевт (детский/взрослый)
- Вертеброневролог ● Паркинсонолог
- Вестибулолог ● Цефалголог
- Сомнолог ● Нейрохирург
- Кардиолог ● Ревматолог
- Ботулинотерапевт
- Рефлексотерапевт
- Физический терапевт

### ЛЕЧЕНИЕ

- Психотерапия
- Лечебные блокады
- Ботулинотерапия
- Физиолечение
- Иглорефлексотерапия
- Мануальная терапия
- Массаж
- Лечебная физкультура



### ДИАГНОСТИКА

- МРТ 3,0 Тесла
- Онкоскрининг всего организма
- Цифровая рентгенография
- УЗИ, в т. ч. приплексное сканирование сосудов
- Лабораторная диагностика

### НЕЙРОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ

- Электроэнцефалография (ЭЭГ)
- Видео-ЭЭГ-мониторинг (дневной, ночной, суточный)
- Полисомнография (ПСГ)
- Кардиореспираторный мониторинг (КРМ)
- Респираторный мониторинг на дому
- Тест множественных латентных периодов сна (протокол Нарколепсия)
- Электронейромиография (ЭНМГ)
- Вызванные потенциалы (зрительные, когнитивные, слуховые, соматосенсорные)
- Электрокардиография (ЭКГ)
- ЭКГ, АД - мониторинг
- Эхокардиография (ЭхоКГ)
- МР-спектроскопия

### ДНЕВНОЙ СТАЦИОНАР

### ВЫЗОВ ВРАЧА НА ДОМ

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ

# МЕДИЦИНА ЕСТЬ ЦИВИЛИЗАЦИЯ



## Мария Юрьевна Косякина

Руководитель Клиники неврологии и эпилептологии,  
к. м. н., врач-невролог высшей категории,  
эпилептолог, паркинсонолог

### СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ КЛИНИКА ДИАГНОСТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ:

ЦЕНТР ЭПИЛЕПТОЛОГИИ

ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ ГОЛОВНОЙ БОЛИ

ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ ГОЛОВОКРУЖЕНИЯ И НАРУШЕНИЙ РАВНОВЕСИЯ

ЦЕНТР ЭКСТРАПИРАМИДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И БОТУЛИНОТЕРАПИИ

ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ НАРУШЕНИЙ ПАМЯТИ

ЦЕНТР ЦЕРЕБРОВАСКУЛЯРНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ БОЛИ В СПИНЕ

ЦЕНТР ПСИХИАТРИИ

ЦЕНТР ДЕТСКОЙ НЕВРОЛОГИИ И ПСИХИАТРИИ

ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ НАРУШЕНИЙ СНА

ЦЕНТР КАРДИОЛОГИИ

**МЫ ЛЕЧИМ ВСЕ ИЗВЕСТНЫЕ НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ  
ЗАБОЛЕВАНИЯ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ У ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ**

**ТОНУС** *Life* [www.tonus-life.ru](http://www.tonus-life.ru)  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР **т. (831) 411-11-31**

г. Нижний Новгород, ул. Родионова, 190 Д

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# ПРОБЛЕМЫ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ

На электронную почту [info@tonus.nnov.ru](mailto:info@tonus.nnov.ru) и в социальные сети [vk.com/mktonus](https://vk.com/mktonus) с каждым днем стало приходиться все больше вопросов, касающихся заболеваний щитовидной железы. На самые распространенные из них, касающиеся патологий щитовидной железы, отвечаем в этой статье.



Наталья Звонова,  
врач-эндокринолог  
сети медицинских клиник «Тонус»



*В последнее время чувствую себя на взводе, часто раздражаюсь по пустякам и нервничаю без объективной причины. Обратилась к психотерапевту, он направил к эндокринологу. Как могут быть взаимосвязаны симптомы и проблемы щитовидной железы?*



Вещества, которые вырабатывают эндокринные железы, называются гормонами и имеют огромное влияние на жизнедеятельность человека. Если по каким-то причинам щитовидная железа начинает производить больше гормонов, чем нужно, организм переходит в режим ускоренного поглощения энергии. **Гиперактивность щитовидной железы носит название гипертиреоз** (или тиреотоксикоз), к симптомам которого чаще всего относится **раздражительность и нервозность**. Чтобы убедиться в диагнозе, я бы порекомендовала посетить очную консультацию врача-эндокринолога и пройти обследования: **УЗИ щитовидной железы, анализ крови на гормоны СТЗ, СТ4 и АТПО**.

Если работа щитовидной железы снижена, что бывает при гипотиреозе, то количество гормонов не может обеспечить хорошую скорость обменных процессов. Из-за этого все, что попадает в организм человека, откладывается в жировой ткани; кроме того, присутствует задержка жидкости, что также приводит к появлению лишнего веса. Для того чтобы исключить гипотиреоз, необходимо проконсультироваться с высококвалифицированным эндокринологом и сдать несколько обязательных анализов: **кровь на гормоны ТТГ, СТ4 и АТПО**. Если врач действительно обнаружит гормональный сбой, **лечение будет заключаться в приеме лекарственных препаратов**; если диагноз не подтвердится, **может потребоваться обследование у других узких специалистов**.

*В последнее время стала замечать, что сильно поправилась. При этом регулярно хожу в тренажерный зал и ограничиваю себя в питании. Вычитала в Интернете, что это может говорить о заболеваниях щитовидной железы. Действительно ли это так и чем можно мне помочь?*



*Меня мучают неприятные ощущения в шее, трудно глотать. Думала, простыла, но таблетки не помогли. Могут ли эти симптомы быть связаны с заболеваниями щитовидной железы?*

Да, могут. Симптомы сдавления органов шеи могут быть **при увеличении щитовидной железы**. Изменение размеров и структуры щитовидной железы может быть вызвано многими причинами: **дефицитом йода, аутоиммунным процессом, воспалением вследствие вирусной инфекции, опухолью** и т. д. При этом часто нарушается выработка тиреоидных гормонов как в сторону избытка, так и дефицита. Для уточнения диагноза **необходимо пройти УЗИ экспертного класса**, где специалист не только оценит размеры щитовидной железы, но и сможет детально изучить прилегающие к ней лимфоузлы, увидеть структуру тканей и оценить степень поражения прилежащих органов. Если у врача-эндокринолога возникнут сомнения, он может назначить **анализы крови на гормоны СТЗ, СТ4, АТПО, кальцитонин**. После того как специалист составит полную картину и поставит диагноз, он **пропишет необходимые лекарственные препараты, а также назначит осмотры для контроля проведенного лечения**.

Ломкость волос и проблемы с кожей могут свидетельствовать о **заболеваниях щитовидной и паращитовидных желез**. При неправильной работе паращитовидных желез **нарушается усвоение кальция в организме**. Поэтому первым делом нужно сдать **анализ на ТТГ, витамин D, общий кальций и паратгормон**. Если истинная причина будет взаимосвязана с заболеваниями щитовидной железы, **назначаются специальные препараты, а также витаминно-минеральные комплексы для восполнения в организме дефицита питательных веществ**. Каждое лекарство, в том числе и витамины, подбирается строго индивидуально врачом-эндокринологом.

*В последнее время появилась ломкость волос, кожа стала грубой и сухой. Косметолог посоветовал обратиться за помощью к эндокринологу. Какое обследование необходимо пройти, чтобы установить истинную причину проблем?*

*В последнее время у меня быстро билось сердце, был учащенный пульс. Сходила к кардиологу, сделала ЭКГ и УЗИ, никакой патологии не обнаружили. Врач направил к эндокринологу. Могут ли данные симптомы свидетельствовать о проблемах щитовидной железы?*

Чаще всего учащенное сердцебиение, ускоренный пульс свидетельствуют об **избыточном количестве гормонов щитовидной железы** и наличии тиреотоксикоза. Это заболевание оказывает действие на все органы, провоцирует их ускоренную работу, но чаще всего страдает именно сердечный ритм. В этом случае обследование предполагает **сдачу анализов на ТТГ, СТЗ, СТ4, антитела к рецепторам ТТГ, а также УЗИ щитовидной железы для исключения других патологий**. Если диагноз тиреотоксикоза подтвердится, **врач назначит препараты класса тиреостатиков**.



**Отсканируйте QR-код и получите скидку 20% на консультацию эндокринолога**

# ЦЕНТР ФЛЕБОЛОГИИ

ПОД РУКОВОДСТВОМ ПРОФЕССОРА ФДПО ФГБОУ ВО ПИМУ  
МИНЗДРАВА РОССИИ А. Э. КЛЕЦКИНА, Д. М. Н., ЧЛЕНА  
ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО СОВЕТА АССОЦИАЦИИ ФЛЕБОЛОГОВ РОССИИ  
И ВИЦЕ-ПРЕЗИДЕНТА АССОЦИАЦИИ АНГИОЛОГОВ, ФЛЕБОЛОГОВ  
И СОСУДИСТЫХ ХИРУРГОВ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

ЭКСКЛЮЗИВНО В НИЖНЕМ НОВГОРОДЕ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ  
ПОЛНЫЙ СПЕКТР УСЛУГ ЛЕЧЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ ВЕН  
ПО САМЫМ ИННОВАЦИОННЫМ МЕТОДИКАМ

**NEW** ЛАЗЕР, РЧА!



## КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД ПРИ ЛЮБОМ ЗАБОЛЕВАНИИ

- Варикозная болезнь на любой стадии
- Сосудистые звездочки (телеангиэктазии)
- Лимфостаз
- Посттромбофлебитическая болезнь на любой стадии
- Острые тромбозы вен (синдром Педжета - Шреттера и другие)
- Врожденные мальформации сосудов



## ВЫСОКОТОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА

- Ультразвуковое триплексное сканирование сосудов
- Мультиспиральная компьютерная томография, сочетающая в себе возможности традиционной компьютерной томографии и ангиографического исследования кровеносных сосудов (с применением контраста)
- Лабораторная диагностика в полном объеме
- Консультативный прием

**Н. НОВГОРОД, УЛ. Б. ПОКРОВСКАЯ, 62**

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ

# «ТОНУС ПРЕМИУМ»



**Клецкин Александр Эдуардович**  
Руководитель центра флебологии,  
врач-флеболог, ангиохирург,  
стаж работы 33 года



**Алехина Ирина Евгеньевна**  
Врач-флеболог, ангиохирург,  
врач УЗИ-диагностики,  
стаж работы 14 лет



**Немирова Светлана Владимировна**  
Врач-флеболог,  
врач УЗИ-диагностики, к. м. н.  
стаж работы 16 лет



**ЭКСКЛЮЗИВНО  
В Н. НОВГОРОДЕ**

## ЛЕЧЕНИЕ ПО ВСЕМ ИЗВЕСТНЫМ МЕТОДИКАМ

- Лазерная коагуляция
- Радиочастотная абляция
- Минифлебэктомия
- Оперативное лечение варикозной болезни по классическому методу в условиях круглосуточного стационара
- Склеротерапия косметических дефектов и магистральных вен
- Подбор индивидуальной фармакотерапии и компрессионного трикотажа

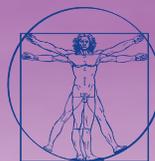


## ФИЗИОТЕРАПИЯ И РЕАБИЛИТАЦИЯ

- Фонофорез
- Электрофорез
- Инфракрасный магнитолазер
- Глубокий осцилляционный массаж
- Магнитотерапия
- Пневмомассаж
- Криотерапия
- Прессотерапия



**(831) 411-13-13**



Центр лучевой диагностики  
и эндоскопической хирургии

**ТОНУС**  
*Premium*

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# ЗВЕЗДНЫЙ ФОТОПРОЕКТ

Космос – безграничен и таинственен... В нем скрыты тайны мироздания, он формирует законы и основы жизни на Земле. Солнце влияет на погоду, температуру воздуха за окном, перестраивает световой день. От Луны зависят природные приливы, отливы и урожайность, она меняет поведение животных, а также влияет на самочувствие и привлекательность человека. Звезды формируют личность и тип мышления, указывают правильный путь, подсказывают верное решение.

Специалисты сети медицинских клиник «Тонус», как элементы солнечной системы, творят настоящие чудеса: восстанавливают здоровье, улучшают настроение, заряжают бодростью и энергией, делая людей красивыми и счастливыми.

В нашем новом фотопроекте врачи и Звезды объединились и предстали в стильных образах своих знаков Зодиака. Они точно знают, что этот год будет самым удачным для каждого из Вас.



Фотограф  
**МАРИЯ СОБОЛЕВА**





ОВЕН



КЛИНИКА ВЫСОКИХ  
РЕПРОДУКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

**ТОНУС**  
*мама*

**ТЕРЕЦЕНКО СВЕТЛАНА**

врач акушер-гинеколог, репродуктолог



ТЕЛЕЦ



ДАВОЯН ЗАРУИ

врач-дерматолог

*Располагает к доблести*  
**ТОНУС**  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР



БЛИЗНЕЦЫ





РАК



**ВИЛКОВА ЕКАТЕРИНА**  
врач-офтальмолог

**ТОНУС**  
**AMARIS**  
офтальмологическая клиника



ΛΕΒ



**ТОНУС** *Life*  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

**МАРКИНА ОЛЬГА**  
зав. отделением МРТ, врач-рентгенолог



ΔΕΒΑ



**СТРИЖЕНОК ДАРЬЯ**

врач-детский хирург, уролог-андролог

Центр лучевой  
диагностики  
и эндоскопической  
хирургии



**ТОНУС**  
*Premium*



ВЕСЫ



*Разглашает К. Добрыню*

**ТОНУС**  
ЛАБОРАТОРИЯ

**ЩЕКАНОВА ЛЮДМИЛА**

врач клинической лабораторной диагностики



СКОРПИОН

ГОРЯЧЕВА ОКСАНА

врач-косметолог

ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ  
**ТОНУС**  
*Premium*



СТРЕЛЕЦ



**ТОНУС** *Life*  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

**ЕЛЬШИНА ОКСАНА**

ДЕТСКИЙ НЕВРОЛОГ, ЭПИЛЕПТОЛОГ, СОМНОЛОГ, НЕЙРОФИЗИОЛОГ



КОЗЕРОГ



БОРИСОВА ИРИНА

врач-невролог

ТОНУС  
ВРОХА  
ПЕДИАТРИЧЕСКИЙ ЦЕНТР



ВОДОЛЕЙ



*Расположен в К. Дворец культуры*

**ТОНУС**  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

**АБЕЛЕВИЧ ИРИНА**

врач-маммолог, хирург-онколог



РЫБЫ



ЧЕРНЫШОВА СВЕТЛАНА

врач УЗ-диагностики, акушер-гинеколог

*гинеколог К. Добрынина*

**ТОНУС**  
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

Это интересно



**Овен**  
(21.03–20.04)

В новом 2019 году Овнам стоит особое внимание уделить бронхолегочной системе. Не исключены частые простуды, бронхиты, ангины и даже пневмония. Поэтому настоятельно рекомендуем вам одеваться по погоде, избегать переохлаждений и сквозняков. Укрепить иммунитет помогут овощи, фрукты, витаминно-минеральные комплексы, которые пропишет специалист, а также курс криосауны. Не забудьте сделать необходимые прививки! Если почувствуете малейшее недомогание, обязательно посетите врача – затягивать с лечением ни в коем случае нельзя, чтобы не получить осложнения.



**Близнецы**  
(22.0–21.06)

В 2019 году Близнецам грозит сбой в работе печени и пищеварительного тракта. Всеми виной злоупотребление жирной и вредной пищей, а также неправильный образ жизни. Поэтому старайтесь весь год контролировать свое питание, откажитесь от вредных привычек и старайтесь заниматься спортом. Если заболевания все-таки дадут о себе знать, обязательно посетите гастроэнтеролога, сдайте необходимые анализы и пройдите обследование. Высококвалифицированное лечение быстро принесет свои плоды, и уже скоро вы забудете о неприятных ощущениях.



**Лев**  
(23.07–23.08)

Львам в новом 2019 году стоит побережить свои нервы, забыть о работе по выходным дням, полноценно отдыхать и не беспокоиться по пустякам. Если игнорировать предписания звезд, можно заработать нервный срыв, мигрень и бессоницу. С последними проблемами, конечно, вам поможет справиться высококвалифицированный врач-невролог, но лучше не доводить себя до состояния, когда понадобится профессиональная помощь.

# Здоровый



**Телец**  
(21.04–21.05)

Звезды уверяют, что весь 2019 год здоровье у Тельцов будет стабильно хорошим, однако профилактические осмотры у врачей игнорировать все же не стоит. Особенно это касается тех представителей зодиакального знака, у которых есть хронические заболевания. Также стоит уделить внимание сбалансированности своего питания: в первой половине года может сильно повыситься аппетит, поэтому, если не хотите прибавить в весе или заработать проблемы с обменом веществ, контролируйте свои гастрономические порывы. При явном наборе килограммов посетите диетолога для нормализации рациона.



**Рак**  
(22.06–22.07)

Главная проблема со здоровьем, на которую стоит обратить внимание Ракам в 2019 году, – это депрессивные расстройства. Помните, впадать в крайности, грустить в одиночестве и избегать общения – это не выход из ситуации. Вместо этого возьмите себя в руки, наконец-то уделите время себе и не забудьте записаться на консультацию к высококвалифицированному психологу! Специалист поможет разобраться в проблемах, решить волнующие вопросы, повысить самооценку и расставить приоритеты. Будьте уверены, что после общения с настоящим профессионалом все проблемы решатся сами собой, а вы наконец-то заживете полной жизнью!



**Дева**  
(24.08–22.09)

В 2019 году Девам стоит со всей ответственностью подойти к здоровью своего опорно-двигательного аппарата. Тяжелее всего придется пожилым людям с артрозом, а также молодым со систематическими болями в спине и застарелыми травмами костей. Обе эти проблемы решаемы, если вовремя обратиться к соответствующим специалистам: ревматологу и мануальному терапевту. Первый поможет при заболеваниях суставов, а второй избавит от болей спины и позвоночника.



**Весы**

(23.09–22.10)

У Весов наступает пора, когда они могут на все 100 % насладиться жизнью. Здоровье будет завидно стабильным, исключение может составить лишь сезонная простуда и небольшие проблемы с кожей. Первая быстро лечится взмахом пера врача-терапевта, выписывающего рецепт. Не лишним будет записаться в бассейн, на физиотерапию и общеукрепляющий массаж всего тела – это повысит сопротивляемость организма к вирусам, и есть шанс, что целый год вам будет не страшна никакая простуда. Справиться с кожными жалобами поможет врач-косметолог, который в зависимости от выраженности проблемы подберет оптимальный курс процедур.



**Стрелец**

(22.11–21.12)

В 2019 году Стрельцы будут особенно подвержены заболеваниям мочеполовой системы. Не исключены цистит, пиелонефрит, уретрит и другие неприятные заболевания, которые могут возникнуть в самый неожиданный момент и испортить все планы. При первых же симптомах следует немедленно обратиться за квалифицированной помощью к врачу-урологу, который на основании полученных анализов назначит грамотное, а главное, результативное лечение.



**Водолей**

(21.01–19.02)

2018 год для Водолеев был щедр на положительные эмоции, яркие впечатления, новые знакомства и захватывающие приключения. 2019 год будет также благосклонен к знаку, только вот все планы могут разрушить неожиданные проблемы с ЖКТ. Гастрит, колит, расстройства желудка – это те многие заболевания, с которыми вам придется столкнуться. Поэтому, чтобы ни один день не был испорчен, рекомендуется сразу после новогодних каникул записаться на консультацию гастроэнтерологу. Он поможет вовремя выявить болезнь и предупредить ее обострение.

# гороскоп

## на 2019 год



**Скорпион**

(23.10–21.11)

Скорпионам, у которых есть склонность к аллергическим реакциям, стоит быть особенно внимательными к своему здоровью в 2019 году. Почувствовав недомогание и заметив на теле сыпь, немедленно отправляйтесь к аллергологу – он назначит необходимые анализы, чтобы выявить специфический аллерген, и выпишет эффективные лекарства. Не пытайтесь справиться с аллергией самостоятельно, принимая таблетки из рекламы, – это может ухудшить ваше состояние, добавив к специфической реакции изжогу и другие заболевания желудочно-кишечного тракта.



**Козерог**

(22.12–20.01)

Этому представителю зодиакального знака стоит уделить пристальное внимание здоровью глаз. Это давно пора было сделать, но Козероги не спешили с визитом к офтальмологу. Так что, если вы чувствуете, что стали видеть намного хуже, ощущаете жжение, сухость и усталость в глазах, – немедленно отправляйтесь к врачу. С помощью современной компьютерной диагностики зрения вам полностью обследуют все параметры глаз и назначат эффективное лечение.



**Рыбы**

(20.02–20.03)

Рыб в 2019 году должны насторожить резкие скачки в весе, постоянная жажда и частое мочеиспускание. Заметили один из симптомов – обратитесь к эндокринологу. Он проведет комплексное обследование на наличие заболеваний щитовидной железы, возьмет анализ на содержание сахара в крови и проверит уровень гормонов. Только высококвалифицированный специалист сможет назначить грамотную терапию, а вместе с этим стабилизировать самочувствие и здоровье.

# ХИРУРГИЧЕСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ «ТОНУС ПРЕМИУМ»

## ➤ ЭНДОСКОПИЧЕСКАЯ ХИРУРГИЯ

В ГИНЕКОЛОГИИ, УРОЛОГИИ, А ТАКЖЕ ЛАПАРОСКОПИЧЕСКАЯ ХОЛЕЦИСТЭКТОМИЯ, АППЕНДЕКТОМИЯ И ДР.

## ➤ СОСУДИСТАЯ ХИРУРГИЯ

## ➤ ПЛАСТИЧЕСКАЯ ХИРУРГИЯ

## ➤ ЛАЗЕРНАЯ ХИРУРГИЯ

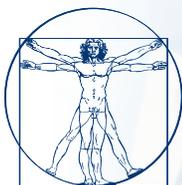
## ➤ ЧЕЛЮСТНО-ЛИЦЕВАЯ ХИРУРГИЯ

## ➤ ЛОР-ХИРУРГИЯ

## ➤ ДЕТСКАЯ ХИРУРГИЯ

## ➤ КРУГЛОСУТОЧНЫЙ СТАЦИОНАР

## ➤ КОМФОРТАБЕЛЬНЫЕ ПАЛАТЫ



Центр лучевой диагностики  
и эндоскопической хирургии

**ТОНУС**  
*Premium*

**ул. Б. Покровская, 62**

**т. (831) 411-13-13**

О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

*Располагает к доверию***ТОНУС**

СЕТЬ МЕДИЦИНСКИХ КЛИНИК

[www.tonus.nnov.ru](http://www.tonus.nnov.ru)**СЕТЬ МЕДИЦИНСКИХ КЛИНИК «ТОНУС» В НИЖНЕМ НОВГОРОДЕ:**

**Центр лучевой диагностики и эндоскопической хирургии «ТОНУС ПРЕМИУМ»**  
ул. Большая Покровская, 62  
т. (831) 411-13-13

**Центр эстетической медицины «ТОНУС ПРЕМИУМ»**  
ул. Большая Покровская, 62  
т. (831) 411-11-75

**Клиника «Тонус МАМА»**  
ул. Воровского, 22  
т. 8 (831) 411-11-20

**Детские клиники «Тонус КРОХА»**  
ул. Ванеева, 4  
т. (831) 411-11-55  
ул. Коминтерна, 139  
т. (831) 411-11-77

**Семейная стоматология «Тонус»**  
ул. Ванеева, 4  
т. 8 (831) 411-11-85  
ул. Коминтерна, 139  
т. 8 (831) 411-11-77

**Офтальмологическая клиника «Тонус АМАРИС»**  
ул. Белинского, 38  
ул. Коминтерна, 139  
т. (831) 411-10-10

**САЛОН ОПТИКИ «Тонус АМАРИС»**  
ул. Белинского, 38  
т. (831) 411-10-10

**Детская офтальмологическая клиника «Тонус АМАРИС»**  
ул. Новая, 51  
т. (831) 411-10-10

**Клиника неврологии и эпилептологии «ТОНУС ЛАЙФ»**  
ул. Родионова, 190 Д  
т. (831) 411-11-31

**Отделение МРТ 3.0 Тесла**  
ул. Родионова, 190 Д  
**Отделение МРТ 1.5 Тесла**  
ул. Ижорская, 50  
т. (831) 411-11-30

**Отделение химиотерапии**  
ул. Ижорская, 50  
т. (831) 411-11-22  
(831) 415-44-88

**Поликлинические центры «Тонус» Советский район**  
ул. Ижорская, 50  
т. (831) 411-11-22

**Сормовский район**  
ул. Коминтерна, 139  
т. (831) 411-11-77

**Автозаводский район**  
ул. Веденяпина, 8  
т. (831) 218-60-18

**Канавинский район**  
ул. Есенина, 36  
т. (831) 228-00-58  
ул. Октябрьской революции, 65  
т. (831) 240-38-80

**КЛИНИКИ «ТОНУС» В НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ:**

г. Семенов, ул. 3-й Интернационал, 72, т. 8 (83162) 5-11-55

г. Кстово, ул. 40 лет Октября, 1, т. (83145) 2-41-65, 8-920-005-09-11, площадь Мира, 3, т. (83145) 2-73-99

г. Арзамас, пр-т Ленина, 204, т. (83147) 2-08-80, (83147) 7-62-80

г. Дзержинск, ул. Гайдара, 47, т. (8313) 34-29-51

*Мы будем рады получить Ваш отзыв о работе наших клиник! Оставить его можно на сайте или в любой социальной группе сети медицинских клиник «Тонус».*



**2 200 350**  
**FIZKULT-NN.RU**



**ТАК ДЕР**

 **ФизКульт**  
СЕТЬ ФИТНЕС-КЛУБОВ



**ЖАТЬ!**



*Здоровье - лучший подарок!*



**ПОДАРИТЕ БЛИЗКИМ СЕРТИФИКАТ  
НА УСЛУГИ СЕТИ КЛИНИК «ТОНУС»**

Подробная информация у администраторов  
или по тел. (831) 411-11-22