



№ 8 (53)

август 2016 г.

ИРКУТСКИЙ
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР

16+

Медицина, основанная на доказательствах

КАК ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ?

Учредитель: ИРКУТСКИЙ ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

Бактериологические исследования в Диагностическом центре

Лабораторный отдел начал выполнять новые виды анализов

В медицинской практике для постановки верного диагноза иногда недостаточно назначить только привычные для большинства пациентов анализы. Если у врача возникает подозрение на наличие в организме пациента болезнетворных бактерий, необходимо выполнить бактериологический анализ.

Такой анализ производится путем посева материала для исследований в питательную среду. Если в материале присутствуют возбудители болезней, в питательной среде они начнут активно размножаться и картина заболевания станет предельно ясна. Бактериологические посевы широко применяются в практике современных клинических лабораторий. Эти исследования нужны для того, чтобы знать, каким микроорганизмом вызвано заболевание. Кроме исследования на наличие болезнетворных бактерий, данный анализ проводится и с целью установления их концентрации. В отличие от других типов исследований, бактериологический посев позволяет также подобрать наиболее эффективный антимикробный препарат для лечения.

Бактериологические исследования бывают разных направлений, в зависимости от типа заболевания и пострадавшего органа. Материал для бак. анализов берется при болезнях глаз, ротовой полости, ушей, мочеполовой системы и тд.

В Иркутском диагностическом центре начали выполнять бактериологические посевы различных локализаций. Сотрудники лабораторного отдела определяют (идентифицируют) микроорганизмы (бактериального или грибкового происхождения), которые вызывают заболевание, а также определяют чувствительность микробной флоры к антимикробным лекарственным препаратам. Для наиболее точной диагностики и скорейшего получения нужной информации, рекомендуется консультация специалиста.

Для данного вида диагностики крайне важно правильно выбрать нужное исследование, определить дату и время взятия биоматериала, взять его достаточное количество, так как от этого зависит правильность и своевременность назначенного лечения. Важно понимать, что если пациент начал прием антибактериальных препаратов до взятия биоматериала на посев, результат может оказаться ложноотрицательным, поэтому следует избегать самостоятельного лечения и диагностики, а обращаться к врачу вовремя.

На сегодняшний день в ИДЦ выполняются следующие исследования:

КОД	НАИМЕНОВАНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
СМУ157	Бактериологическое исследование слизи с миндалин и задней стенки глотки на аэробные и факультативно-анаэробные микроорганизмы (нос) (включая грибы)

СМУ158	Бактериологическое исследование слизи с миндалин и задней стенки глотки на аэробные и факультативно-анаэробные микроорганизмы (зев) (включая грибы)
СМУ161	Бактериологическое исследование отделяемого из ушей на аэробные и факультативно-анаэробные микроорганизмы (одно ухо) (включая грибы)
СМУ162	Бактериологическое исследование раневого отделяемого на аэробные и факультативно-анаэробные микроорганизмы
СМУ163	Бактериологическое исследование отделяемого конъюнктивы на аэробные и факультативно-анаэробные условно-патогенные микроорганизмы (слезная жидкость, мазок с конъюнктивы)
СМУ164	Микробиологическое исследование отделяемого женских половых органов на аэробные и факультативно-анаэробные условно-патогенные микроорганизмы (включая грибы)
СМУ165	Бактериологическое исследование слизи с задней стенки глотки на менингококк
СМУ166	Бактериологическое исследование слизи и пленок с миндалин на палочку дифтерии
СМУ167	Микологическое исследование соскоба с кожи на грибы рода кандида (Candida spp.)
СМУ168	Микологическое исследование раневого отделяемого на грибы рода кандида (Candida spp.)
СМУ169	Микологическое исследование отделяемого из уретры на грибы рода кандида (Candida spp.)

Готовится к вводу группа следующих бактериологических исследований:

КОД	НАИМЕНОВАНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
2Ж7008	Бактериологическое исследование мокроты на аэробные и факультативно-анаэробные микроорганизмы (включая грибы)
2Ж7009	Микробиологическое исследование мочи на аэробные и факультативно-анаэробные микроорганизмы
2Ж7010	Бактериологическое исследование кала на аэробные и факультативно-анаэробные микроорганизмы (на стафилококк)
2Ж7011	Бактериологическое исследование кала на аэробные и факультативно-анаэробные микроорганизмы (на условно-патогенную микрофлору)
2Ж7012	Бактериологическое исследование на дизентерию, сальмонеллез (в т.ч. бр.тиф)
2Ж7013	Бактериологическое исследование кала на иерсинии
2Ж2017	Микроскопическое исследование осадка мочи на грибы рода кандида (Candida spp.)
2Ж7021	Микологическое исследование кала на кандида (Candida spp.)
2Ж7022	Бактериологическое исследование крови на стерильность (включая грибы)

Иван МИРОШНИЧЕНКО,
заведующий отделом лабораторной диагностики ИДЦ

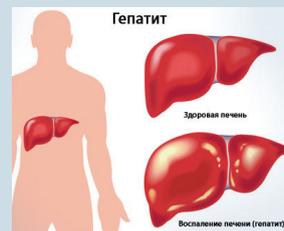
В НОМЕРЕ



Высокие технологии с глубоким смыслом

Маммография – важное исследование для всех женщин после 40 лет

Страница 3



Вирусы, опасные для жизни

Гепатит – «молчаливая эпидемия» современности

Страница 4



Сезон арбузов и дынь только начался!

Правильно покупаем бахчевые культуры

Страница 7



Готовимся к новому деловому сезону – проверяем свое здоровье

Болезнь сегодня некогда и не выгодно. Впереди новый сезон деловой активности, и чтобы успешно его начать, надо быть уверенным в состоянии своего организма. Желательно, провести полное обследование, чтобы впоследствии не пришлось вносить в свой рабочий график перерывы на больничные. В Диагностическом центре разработаны специальные профилактические программы, пройдя которые пациент получает объективную оценку состояния своего здоровья. По времени такой профилактический медосмотр займет от 1 до 5 дней. Комплексы учитывают индивидуальные особенности и предусмотрены для мужчин и женщин.

«Здоровье женщины» (углубленный профилактический осмотр)

Данный комплекс обследования необходимо проходить с частотой 1 раз в год каждой женщине, которая следит за своим здоровьем. В комплекс включены следующие процедуры:

1А1002	ЭКГ стандартная
1Б1002	Эхокардиография + цветное доплеровское картирование (ЦДК)
1Б2001	УЗИ печени, желчного пузыря, поджелудочной железы и селезенки + ЦДК
1Б2003	УЗИ почек, надпочечников и мочевого пузыря + ЦДК
1Б2008	УЗИ матки и придатков трансвагинально
1Б2009	УЗИ молочных желез
1Б2010	УЗИ щитовидной железы с цветным доплеровским картированием
1В9001	Рентгенография органов грудной клетки в одной проекции
1ВМ0001	Маммография цифровая
1Г1801	Окулист – консультативный прием (первичный)
2Ж1003	Аспартатаминотрансфераза (сыворотка крови)
2Ж1004	Аланинаминотрансфераза (сыворотка крови)
2Ж1016	Билирубин общий и прямой (сыворотка крови)
2Ж1026/к	Глюкоза (сыворотка крови)
2Ж1039/к	Креатинин (сыворотка крови)
2Ж1054	Липидограмма 1-го уровня (сыворотка крови)
2Ж2001	Полный гематологический анализ
2Ж4001	Исследование мочи (утренняя моча)
2Ж4006	УМСС (РМП)
2Д3000	Колоноскопия
2Д1000	Эзофагогастродуоденоскопия ЭГДС
СМУ047	Консультативный прием акушера-гинеколога с кольпоскопией, забором материала на микрофлору и онкоцитологию + исследование гинекологического мазка + цитологическое исследование
2И4020/1	Акушер-гинеколог, повторный прием
2Ж6006	СА 15-3 (онкомаркер рака молочной железы) (сыворотка крови)
2Ж6024	СА 125 (онкомаркер рака яичников) (сыворотка крови)

ВНИМАНИЕ! Женщинам до 40 лет выполняется только УЗИ молочных желез, женщинам после сорока лет выполняется маммография. Некоторые виды исследований также можно из состава комплекса исключить, если пациентка выполняла их недавно и результаты не утратили свое значение (например, ЭКГ или рентгенографию органов грудной клетки).

«Здоровье мужчины» (углубленный профилактический осмотр)

1А1002	ЭКГ стандартная
1Б1002	Эхокардиография + цветное доплеровское картирование (ЦДК)
1Б2001	УЗИ печени, желчного пузыря, поджелудочной железы и селезенки + ЦДК
1Б2003	УЗИ почек, надпочечников и мочевого пузыря + ЦДК
1Б2004	УЗИ простаты
1Б2010	УЗИ щитовидной железы с цветным доплеровским картированием

1В9001	Рентгенография органов грудной клетки в одной проекции
1Г1801	Окулист – консультативный прием (первичный)
2Ж1003	Аспартатаминотрансфераза (сыворотка крови)
2Ж1004	Аланинаминотрансфераза (сыворотка крови)
2Ж1016	Билирубин общий и прямой (сыворотка крови)
2Ж1026/к	Глюкоза (сыворотка крови)
2Ж1039/к	Креатинин (сыворотка крови)
2Ж1054	Липидограмма 1-го уровня (сыворотка крови)
2Ж2001	Полный гематологический анализ
2Ж4001	Исследование мочи (утренняя моча)
2Ж4006	УМСС (РМП)
2Д3000	Колоноскопия
2Д1000	Эзофагогастродуоденоскопия (ЭГДС)
2Ж6032	Тестостерон (сыворотка крови)
2И3001	Уролог – консультативный прием (первичный)
2Ж6096	СА 19-9 (онкомаркер рака желудка и гепато билиарной карциномы) (Е) (сыворотка крови)
2Ж6245	Общий и свободный простатический антиген (Е) (сыворотка крови)
2И3001/1	Уролог – повторный прием
3М2004	Взятие секрета простаты
2Ж4033	Исследование секрета простаты

Всего в Диагностическом центре разработано более 20 специализированных профилактических комплексов, направленных на выявление различных заболеваний в как можно более ранние сроки. С полным перечнем комплексов можно ознакомиться на официальном сайте dc.baikal.ru в разделе «Спецпредложения».

ИРКУТСКИЙ ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

**СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ
СКИДКА 15% НА
МРТ и МСКТ**

**ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ В
РЕГИСТРАТУРЕ И ПО ТЕЛЕФОНУ: 211-240**

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Реклама

Маммография – обязательное исследование для женщин

Немного медицинской статистики. Первое место среди злокачественных опухолей у женщин в настоящее время занимает рак молочной железы. За последние 20 лет его показатели выросли на 64%. Всё чаще он диагностируется у женщин до 30 лет. Рак груди I стадии излечим в 95% случаев.

Основное исследование, которое рекомендовано к обязательному регулярному прохождению всем женщинам в возрасте старше 40 лет – это маммография. Это с профилактической целью. Если в молочной железе были обнаружены какие-то нарушения, то маммографию назначают и в более раннем возрасте. Процедура, которая занимает 15-20 минут, без преувеличения, может спасти жизнь.

В маммографическом исследовании главное для врача – это качество визуализации, получение максимально-четких снимков, поэтому маммографы последнего поколения оснащены уникальными опциями и приравниваются к мини-томографам.

В Иркутском диагностическом центре на цифровой маммографической системе нового поколения можно пройти не просто стандартную маммографию, врачи также выполняют ряд уникальных процедур (которые не делаются в других лечебных учреждениях). Одна из них – инновационная технология томосинтеза – когда во время обследования происходит посрезовое (до 5 мм!) сканирование молочной железы в 3-мерном режиме (3D), уходящее вглубь на 9-11 уровней. Каждый уровень исследуется по

отдельности и если в груди есть даже самые небольшие новообразования, маммографическая система выявляет их, детализирует место их расположения внутри органа и исследует структуру. Подобной функцией не обладает ни один маммограф в регионе. При проведении цифрового томосинтеза выполняется серия снимков молочной железы под разными углами. Во время процедуры молочная железа фиксируется так же, как и при обычной маммографии, только используется незначительная компрессия (сдавливание) – для того, чтобы удержать её в одной позиции. Само исследование длится несколько секунд. Функция томосинтеза имеет следующие преимущества: существенно повышает качество диагностики, снижает вероятность врачебной ошибки, уменьшает количество дополнительных обследований, увеличивает выявление рака молочной железы у пациенток с плотной структурой желез, с протезами и имплантами, а также при наличии диагноза «фиброзно-кистозная мастопатия». Маммография с томосинтезом на 30-40% повышает точность диагностики и ее рекомендуется выполнять женщинам, у которых ранее уже были установлены диагнозы, связанные с заболеваниями молочных желез (мастопатия, мастит, фиброма и тд).

Еще одно уникальное и ценное исследование, которое проводят врачи на новой цифровой системе – это взятие биопсии молочной железы. Биопсия молочной железы считается одной из сложных процедур, которую во многих лечебных учреждениях до сих пор проводят вручную. В Диагностическом центре эта манипуляция автоматизирована – маммограф позволяет с высокой точностью и надежно-



стью провести биопсию любого образования молочной железы.

И еще одна ценная особенность цифрового маммографа, установленного в ИДЦ, – это проведение маммографии с внутривенным введением контрастных веществ. Данная методика позволяет выявлять патологию в самых сложных диагностических случаях.

С помощью сегодняшнего медицинского оборудования последнего поколения врачи могут диагностировать опухоли с высоким уровнем точности, которого невозможно достичь при обычной (аналоговой) маммографии. Во время обследования на экране монитора рентгенолог видит цифровое изображение превосходного качества, новые аппараты способны выполнять 3D-реконструкцию молочной железы, все эти свойства способствуют быстрому и эффективному получению диагностически достоверной информации. Что чрезвычайно важно для постановки диагноза как можно в более ранние сроки.

Светлана Михнева

ЭНДОСКОПИЯ МИРОВОГО УРОВНЯ



- КАЧЕСТВЕННО И КОМФОРТНО
- БЕЗ БОЛИ
- СО ВЗЯТИЕМ БИОПСИИ
- НА ОБОРУДОВАНИИ ПРЕМИУМ-КЛАССА

ИРКУТСКИЙ
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР



211-240



ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Вирусные гепатиты: больше знаешь – дольше живешь

28 июля – Всемирный день борьбы с вирусными гепатитами. По разным оценкам, в мире количество больных вирусным гепатитом С насчитывает более 150 млн. человек. Каждый год около 350 тысяч из них умирают от связанных с гепатитом С осложнений, в том числе от цирроза печени. Показатель заболеваемости хроническими гепатитами постоянно увеличивается, большая часть пациентов моложе 40 лет. Среди всех хронических гепатитов на долю вирусного гепатита С приходится 79% заболевших.

В настоящее время известно 6 вирусов гепатита: А, В, С, D, E, G. Вирусные гепатиты, особенно В и С именуют «молчаливой эпидемией», поскольку большинство людей даже не подозревают, что они заражены.

Гепатит В

Гепатит В – это инфекционное заболевание печени, причиной которого является вирус гепатита В (HBV). У взрослых гепатит В переходит в хроническую форму в 5-10% случаев, у детей намного чаще – в 90% случаев. От вируса гепатита В существует надежная вакцина. Особенно важно, чтобы эту вакцину получали все дети в течение 24 часов после рождения. Вакцинация по особой схеме помогает защитить детей, родившихся у матерей, инфицированных вирусом гепатита В.

Пути передачи вируса гепатита В:

- во время незащищенных половых контактов;
- от матери ребенку при беременности и родах (перинатальная передача);
- при употреблении инъекционных наркотиков;
- во время медицинских, хирургических или стоматологических процедур в случае использования нестерильного инструментария;
- во время переливания донорской крови (только в случаях грубейшего нарушения заготовки крови);
- при маникюре, татуаже, пирсинге в случае использования нестерильного инструментария;
- при использовании общих с больным гепатитом В маникюрных, бритвенных принадлежностей.

В случае перехода гепатита В в хроническую форму он может привести к развитию рака печени (гепатоцеллюлярной карциноме).

Гепатит С

Гепатит С – инфекционное заболевание печени, причиной которого является вирус гепатита С. Инкубационный период может продолжаться до полугода. Заболевание переходит в хроническую форму примерно в 70% случаев. Существует 6 генотипов вируса гепатита С и большое число подтипов, таким образом, заразиться вирусом гепатита С можно несколько раз. Кроме того,



Какие анализы можно сдать, чтобы проверить свое здоровье:

2Ж6089	Диагностика гепатита С (Выявление антител к HCV с подтверждением положительного результата (сыворотка крови))
2Ж6086	Диагностика гепатита В (Выявление HBs Ag (сыворотка крови))
2Ж6087	Диагностика гепатита В (Выявление антител к HBs Ag (сыворотка крови))
2Ж6089	Диагностика гепатита С (Выявление антител к HCV с подтверждением положительного результата (сыворотка крови))
2Ж6089/1	Диагностика гепатита С (Выявление антител к HCV (сыворотка крови))
2Ж6037	Определение антител к HBsAg (сыворотка крови)
2Ж6258	Диагностика гепатита В (выявление антител к Hbe Ag)
2Ж6292	Антитела к гепатиту А, IgG и IgM (сыворотка крови)

этот вирус обладает способностью к мутациям. Пути заражения вирусом гепатита С схожи с причинами заражения гепатитом В.

В большинстве случаев болезнь протекает бессимптомно, в том числе у людей, у которых она переходит в хроническую форму. Без терапии гепатита С может развиваться цирроз печени.

- Дети, матери которых болеют гепатитами В и С.
- ВИЧ-инфицированные, пациенты на гемодиализе.

Вирусных гепатитов можно избежать. Для этого необходимо соблюдать правила личной гигиены, не употреблять воду из неизвестных источников, не пользоваться чужими предметами личной гигиены (зубными щетками, маникюрными ножницами и тд), избегать контактов с чужой кровью.

Для первичной диагностики гепатитов А, В, С существуют лабораторные исследования, которые позволяют оценить состояние печени. При выявлении положительных результатов, по рекомендации врача возможно расширенное исследование для выявления конкретных маркеров вирусных гепатитов.

Тем, кто часто путешествует, рекомендуется поставить прививку от гепатита А, поскольку в основном инфицирование им происходит через продукты или воду, особенно в странах с низким уровнем жизни.

Светлана Михнева

ЗАБОР КРОВИ НА ДОМУ

>>> выезд медсестры во все районы Иркутска и ближайший пригород

>>> наличный и безналичный расчет

>>> оплата на дому у пациента

NEW

ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО ТЕЛЕФОНУ 211-240 И НА САЙТЕ: dc.baikal.ru

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ И ВОЗМОЖНОСТИ КОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ВОЗ опубликовала прогноз, от чего будут умирать люди в будущем

Исследовательская программа Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) *Global Burden of Disease* опубликовала список предполагаемых новых опасностей, смертельных для человека в 21 веке. С 1990 года эта программа отслеживает причины смертей и на этой основе делает прогноз, от чего будут умирать люди в будущем.

В связи с растущей продолжительностью жизни в развитых странах специалисты ВОЗ считают, что на первый план выходят не инфекционные, как это было несколько лет назад, а хронические заболевания.

Прогноз охватывает период до 2030 года. Представленный рейтинг болезней, основных причин смерти населения в странах с высоким доходом, выглядит таким образом:



- сердечно-сосудистые заболевания (12,1%);
- инсульт (7,6%);
- старческое слабоумие (6,4%);
- рак легких и дыхательных путей (5,5%);
- инфекции нижних дыхательных путей (4,6%);
- заболевания легких (3,9%);
- рак кишечника (3,5%);
- диабет (3,0%);
- высокое кровяное давление (2,2%);
- заболевания почек (2,2%).

Сердечно-сосудистые заболевания и инсульт по-прежнему остаются главной причиной смерти. По сравнению с прогнозом 2000 года, в рейтинге сразу на 5 пунктов поднялось старческое слабоумие (болезнь Альцгеймера). Эксперты связывают это именно с ростом продолжительности жизни в развитых странах.

По мнению экспертов, подобные изменения обозначают и то, что будет увеличиваться и продолжительность болезни. Исследования, опубликованные Public Health England, показывают, что, в то время как общая продолжительность жизни в хорошем здравии растет уже не так быстро. Свое пагубное влияние на состояние здоровья людей влияют курение, избыточный вес, малоподвижный образ жизни и неправильное питание.

Источник: *тоСМИ*

НОВЕЙШИЕ ЛАЗЕРНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ЛЕЧЕНИЯ В ИДЦ

УРОЛОГИЯ АНДРОЛОГИЯ

Лазерное лечение урологических заболеваний (мочевого пузыря, простаты, уретры и тд) на аппарате экспертного класса Lumenis (США)

**ТОЛЬКО
В ИДЦ**



Реклама

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ИМПЛАНОН НКСТ КОГДА О ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫХ ТАБЛЕТКАХ МОЖНО ЗАБЫТЬ

СОВРЕМЕННАЯ КОНТРАЦЕПЦИЯ ДЛЯ ЖЕНЩИН

«ИМПЛАНОН НКСТ» - МЕТОД, КОТОРЫЙ ИЗБАВЛЯЕТ ЖЕНЩИНУ ОТ НЕОБХОДИМОСТИ ЕЖЕДНЕВНОГО ПРИЕМА ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫХ ТАБЛЕТОК НА ПРОТЯЖЕНИИ 3 ЛЕТ.



г. Иркутск, ул. Байкальская, 109
тел. 211-240, сайт: dc.baikal.ru

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Пищевая аллергия: СИМПТОМЫ И ВИНОВНИКИ

При пищевой аллергии организм реагирует на определенные белки, содержащиеся в некоторых продуктах. При этом могут развиваться сыпь, отеки или даже проблемы с дыхательной системой. Какие продукты питания наиболее часто становятся виновниками пищевой аллергии, и ее признаках в нашем обзоре.

Обычно появление признаков аллергии занимает от нескольких минут до двух часов после потребления аллергена в пищу. Симптомы включают в себя: сыпь (чаще крапивницу), покалывание или зуд во рту, отек лица, языка или губ, кашель, одышку, рвоту, диарею, боли в животе.



Орехи

Орехи могут быть везде! Даже в кремах для кожи и лосьонах. Поэтому нужно обязательно читать состав на упаковках. Людям с аллергией следует остерегаться грецких, бразильских и кедровых орехов, миндаля, кешью, фундука, пекана, фисташек. Мускат, семена подсолнечника, кунжут не являются орехами, так что их можно употреблять. В кафе или ресторанах нужно всегда уточнять у официанта, не входят ли в тот или иной соус орехи.



Яйца

Как и молоко, яйца также распространенный аллерген среди детей. У многих с возрастом эта аллергия исчезает. Обращать внимание следует на состав лапши, майонеза, выпечки – туда часто добавлены яйца. Также они могут находиться в таких неожиданных местах, как напитки с пеной или вакцина от гриппа. Кроме того, в кондитерских нередко смазывают яйцом различную выпечку.



Молочные продукты

Аллергия на молочные продукты встречается достаточно часто, особенно у детей. Можно употреблять гипоаллергенные молочные продукты. Внимательно читать этикетки на упаковках, молоко или казеин могут содержаться даже в рыбных консервах.



Морепродукты

Они могут вызвать аллергию даже во взрослом возрасте. Если развилась реакция на один тип морепродуктов, то следует быть осторожнее и с другими. В состав некоторых соусов также может быть добавлена рыба.



Соя

Хлеб, печенья, консервированные супы, готовые мясные продукты могут содержать сою. Если есть непереносимость сои, то следует отказаться от тофу, соевого молока, мисо и соевого соуса. Аллергия на сою чаще возникает у детей и подростков, чем у взрослых.



Пшеница

Пшеница встречается повсеместно – от хлеба до пива и соусов. Бел-

ки пшеница способствуют склеиванию пищи, придавая ей густую консистенцию, поэтому они часто используются в пищевой промышленности. Пшеницу можно заменить ячменем, овсом, рожью, кукурузой, рисом. Однако, не следует употреблять булгур, кускус и манную крупу.

Непереносимость продуктов

Если при употреблении некоторых продуктов, нарушается пищеварение, то такое состояние считается непереносимостью, а не пищевой аллергией. Последняя обусловлена иммунной реакцией, а непереносимость вызвана нарушением переваривания определенных веществ. Непереносимость проявляется в виде вздутия живота, болей в животе, диарей.

Исследования на аллергию

Выявить аллергию на тот или иной продукт можно разными способами. Провести кожный тест: врач наносит каплю аллергена на кожу и делает небольшой прокол. Отсутствие реакции означает, что пациент не страдает аллергией. Можно сдать специальный анализ крови: образец крови исследуют на реакцию к различным аллергенам.

Жизнь с пищевой аллергией

При тщательном выборе продуктов вполне можно обходиться без лекарств. Если у человека установлена пищевая аллергия, необходимо обязательно наблюдаться у врача и знать алгоритм действий в случае внезапного возникновения аллергической реакции.

По материалам сайта www.zdorovieinfo.ru

ЛАЗЕРНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ВАРИКОЗА

(ЭНДОВАСКУЛЯРНАЯ ЛАЗЕРНАЯ КООАГУЛЯЦИЯ ВЕН)

»» БЕЗ ОПЕРАЦИИ
(НЕТ РАЗРЕЗОВ И ШВОВ)

»» МИНИМАЛЬНЫЙ ПЕРИОД
РЕАБИЛИТАЦИИ

»» ПОД КОНТРОЛЕМ УЗИ

»» БЕЗОПАСНО

»» 100% РЕЗУЛЬТАТ

ТОЛЬКО
В ИДЦ

NEW!



Результат

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Сочное лакомство: меры предосторожности при покупке бахчевых культур

В последнее время у потребителей сильно изменилось отношение к арбузам и дыням. И небезосновательно. Часто они становятся опасными для здоровья из-за недобросовестного выращивания, неправильного хранения и нарушения правил их реализации. Что арбуз, что дыня очень полезны, но желание производителей максимально заработать на реализации бахчевых культур, привело к тому, что прекрасные диетические продукты превратились в источник неприятностей и вреда для нашего организма. Сезон продажи сочных плодов в самом разгаре, поэтому не лишне будет напомнить о некоторых важных фактах, которые уместно учитывать при их покупке.

Основные требования для реализации бахчевой продукции, которые сегодня действуют в российском законодательстве:

- Реализация бахчевых должна осуществляться в местах санкционированной торговли, на рынках и торговых комплексах, с оборудованных торговых лотков, палаток.
- Объект торговли должен иметь вывеску с полной информацией о наименовании юридического лица или индивидуального предпринимателя, с указанием юридического адреса, а также режима работы торговой точки.
- Продавец должен иметь личную медицинскую книжку, соблюдать правила личной гигиены.
- Покупателю в любой наглядной и доступной форме должна быть доведена информация о товаре: наименование, дата сбора продукции, наименование изготовителя, подтверждение безопасности продукции.

В период массового поступления арбузов и дынь допускается их продажа с лотков, тележек и других подобных устройств, а также на открытых овощных базах. Реализация бахчевых навалом, с земли запрещена.



Потребителям при покупке арбузов или дынь рекомендуется соблюдать следующие меры:

- Лучше всего покупать арбузы и дыни в конце лета или осенью.
- Желательно приобретать в магазинах или специально отведённых для торговли местах.
- Выбирать арбуз лучше среднего размера, маленькие и огромные плоды брать не стоит, оптимальный вариант – 4-5 кг. Это же относится и к дыне.
- Никогда не покупать в неустановленных местах торговли, во дворах домов, на обочинах дорог – бахчевым культурам достаточно несколько часов, чтобы впитать в себя тяжелые металлы, содержащиеся в автомобильных выхлопах.
- Никогда не приобретать надрезанные арбузы и дыни, не покупать их дольками, половинками и т.д.
- Перед употреблением обязательно мыть арбуз или дыню проточной водой с мылом и тщательно ополаскивать.

Ежегодно в период сезонного насыщения продовольственного рынка бахчевыми культурами, специалисты в обязательном порядке осуществляют контроль над их качеством и безопасностью.

Под качеством и безопасностью в первую очередь понимается содержание в бахчевой продукции токсичных элементов, нитратов и пестицидов.

В этом сезоне специалисты провели ряд плановых контрольно-надзорных мероприятий: исследовано 65 проб бахчевой продукции, из них импортной – 24 пробы. Проб, не отвечающих требованиям Технического регламента «О безопасности пищевой продукции», не обнаружено.

Проинспектировано 95 партий бахчевой продукции, из них импортной – 33 партии, приостановлена реализация 5 партий бахчевой продукции, объемом 78 кг. Основанием для приостановления продукции послужило отсутствие на продукции маркировки, отсутствие товаросопроводительной документации на товар.

Жалоб на некачественный товар (арбузы и дыни) от потребителей пока не зарегистрировано.

По информации Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

● ВНИМАНИЕ! ВАКАНСИИ

Открытые вакансии в Иркутском диагностическом центре. Требуются:

1. Врач-дерматовенеролог (трихолог) в консультативный отдел

Образование: высшее, медицинское, опыт работы: 1-3 года

Тип занятости: неполный рабочий день (по совместительству)

Знания и умения: обязательно наличие сертификата по дерматовенерологии и повышения квалификации по трихологии, опыт работы врачом-дерматовенерологом (трихологом).

Дополнительная информация: доп. условия обсуждаются при собеседовании.

2. Медицинский регистратор

Опыт работы не требуется, образование: высшее. Проводим обучение. Испытательный срок 3 месяца.

Должностные обязанности:

1. Прием, регистрация, сортировка биоматериала;
2. Регистрация направлений;
3. Координация, информирование входящих пациентов, осуществление коммуникаций между пациентами и врачами.

Резюме отправлять на электронную почту:
kadantseva@dc.baikal.ru

В отдел информационных технологий ИДЦ требуется:

1. Ведущий программист Java

Задачи:

- анализ функциональных спецификаций, написание задач разработчикам;
- управление командой Java-разработчиков, взаимодействие с аналитиками и тестировщиками;
- разработка и ревью Java- и SQL-кода;

Требования:

- опыт использования Java EE (EJB, Hibernate, JAX-RS, JBoss) от 3 лет;
- опыт работы с реляционными базами данных (PostgreSQL) от 3 лет;

- широкий технологический и алгоритмический кругозор;
- понимание современных технологий и стандартов командной разработки ПО, систем контроля версий кода, багтрекинга, непрерывной интеграции и автоматизации тестирования (Agile, Git, Maven, JIRA);
- английский язык на уровне чтения и написания документации;
- опыт разработки под ОС Linux (знание ОС на уровне опытного пользователя).

Резюме отправлять на электронную почту:
rusanov@dc.baikal.ru

Условия работы: полный рабочий день, соцпакет, питание, спецодежда.



● СЕЗОН ТИХОЙ ОХОТЫ

Грибные страсти

В конце лета и в начале осени, сезоне сбора и заготовки грибов, как правило, отмечается резкий скачок случаев отравлений грибами. Протекают такие состояния очень тяжело. Чтобы предотвратить последствия от грибных неприятностей, необходимо знать проявления этого заболевания и оказать первую помощь пострадавшему еще до обращения в больницу.

Наиболее часто отравление грибами наблюдается при попадании в пищу явно ядовитых грибов, таких как бледная поганка, различных видов мухоморов или ложных опят. Еще одна из наиболее частых причин отравлений – неправильно приготовленные съедобные грибы (недостаточное отваривание, вымачивание), и употребление грибов из экологически неблагоприятных районов (например, собранных в черте крупных городов, вдоль дорог, недалеко от промышленных зон, а также в местности с химическим или радиоактивным загрязнением, на городских пустырях и вблизи свалок мусора). Наиболее тяжело отравление переносят маленькие дети и пожилые люди. Основные симптомы грибных отравлений:

Нарушения со стороны органов пищеварения: тошнота, рвота, диарея, спастические боли в животе. Они чаще появляются через несколько часов после употребления грибов, реже – через сутки.

Симптомы общей интоксикации организма: повышение температуры, сильная слабость, повышенная потливость, жажда, головная боль и головокружение, судороги.

Симптомы поражения центральной нервной системы: возбуждение, галлюцинации, состояние, подобное алкогольному опьянению, нарушения координации и зрения (двоение в глазах, нарушение остроты зрения и фокусировки и т.д.), спутанность сознания, потеря сознания. Эти симптомы чаще возникают на вторые-третьи сутки после отравления.

Нарушение работы сердечно-сосудистой системы: учащенное сердце-

биение, падение, реже – повышение артериального давления, одышка, удушье и т.д.

При подозрении на отравление грибами необходимо вызвать рвоту и сразу же промыть желудок несколько раз с использованием большого количества воды. Также необходим постельный режим и обильное питье (вода, чай). Алкоголь в этот период категорически противопоказан, так как он ускоряет всасывание яда в желудочно-кишечном тракте и способствует его распространению по организму.

Особую осторожность следует проявлять при начале лечебных мероприятий, когда пострадавший начинает испытывать улучшение состояния и многие из перечисленных симптомов исчезают. Но этот период длится недолго и обусловлен тем, что лечебными мероприятиями сняты только симптомы интоксикации, а грибной яд уже порастил другие системы органов, такие как, органы кровотока, печень и почки, центральную нервную систему. Поэтому раннее прекращение лечения может при-



вести к летальному исходу от печеночной или почечной недостаточности, от поражений центральной нервной системы.

Кроме того, следует помнить, что своими силами с отравлением ядовитыми или условно-ядовитыми грибами справиться невозможно, поэтому необходимо как можно раньше вызвать «скорую помощь». Если же отравление произошло на природе, в турпоходе, на пикнике,

на даче – необходимо как можно скорее доставить больного в ближайший населенный пункт для оказания первой медицинской помощи.

И помните, что лучше иногда отказаться от употребления грибов сомнительного вида и качества, чем подвергать свою жизнь неоправданному риску!

По материалам интернет-изданий

ВПЕРВЫЕ В ИРКУТСКЕ ИННОВАЦИОННАЯ МАММОГРАФИЯ!

- ✓ **Трехмерная визуализация**
- ✓ **Высокая диагностическая точность**
- ✓ **Функция томосинтеза**
- ✓ **Низкая лучевая нагрузка**



Высокие технологии с глубоким смыслом

тел. 211-240 dc.baikal.ru

ИРКУТСКИЙ ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

о возможных противопоказаниях проконсультируйтесь со специалистом

Медицина, основанная на доказательствах

КАК ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ?

Газета «Как Ваше здоровье?»
Иркутского диагностического центра.
Свидетельство о регистрации СМИ
ПИ №ТУ38-00768 от 13 августа 2014 года.
Главный редактор: И.В. Ушаков.

Газета распространяется бесплатно.
Тираж: 3000 экз. E-mail: mkt@dc.baikal.ru
Адрес: г. Иркутск, ул. Байкальская, 109, тел.: 211-259.
Отпечатано в типографии «Репроцентр А1»
г. Иркутск, ул.А.Невского, 99/2, тел./факс (3952) 540-940