



Кардио Версия

ГАЗЕТА ТЮМЕНСКОГО КАРДИОЦЕНТРА

№ 51

декабрь, 2020

Филиал
Томского НИМЦ РАН
«Тюменский
кардиологический
научный центр»

cardio-news@mail.ru

Новым
годом!



Кардиолог отделения артериальной гипертензии
Екатерина Викторовна Микова

**Коллективу филиала Томского национального
исследовательского медицинского центра
РАН «Тюменский кардиологический научный центр»**

Дорогие друзья!

Поздравляю коллектив Тюменского кардиологического научного центра с 35-летием со дня основания!

За три с половиной десятилетия команда центра добилась профессионального признания и успеха. Сегодня это одно из крупнейших и известных лечебных, диагностических и образовательных учреждений страны. За эти годы освоены и внедрены в повседневную практику новые технологии, современные методики диагностики, лечения и реабилитации, позволяющие снижать смертность от сердечно-сосудистых заболеваний.

Здесь работают преданные избранному делу специалисты, которые стремятся укрепить и сохранить здоровье своих многочисленных пациентов. Тысячи людей благодарят вас за спасенную жизнь, подаренную надежду на выздоровление, за чуткое отношение и профессионализм. Их признание и положительные отклики – главная награда и показатель эффективной работы медицинского учреждения.

Желаю всем сотрудникам Тюменского кардиологического научного центра новых свершений и продуктивной работы на благо пациентов. Здоровья, благополучия, счастья и всего самого доброго вам и вашим близким!

Губернатор Тюменской области А.В. Моор

Уважаемые коллеги! Дорогие друзья!

Нынешний год стал для вас юбилейным: Тюменский кардиологический научный центр отмечает 35-летие со дня основания. Примите искренние поздравления с этим знаменательным событием!

Вам многое удалось сделать: стать частью крупнейшего в России Национального исследовательского медицинского центра Российской академии наук, вывести центр на уровень ведущих мировых учреждений, основать научные школы, завоевать признание профессионального сообщества не только в России, но и за рубежом.

Ежедневно вы охраняете самое ценное, что есть у людей – их здоровье. Вклад, который вы вносите в осуществление проектов, нацеленных на снижение смертности от сердечно-сосудистых заболеваний, огромен и очень важен.

Через ваши заботливые руки прошли тысячи пациентов, которые сейчас могут жить радостно и счастливо. Благодарю вас за высокий профессионализм и преданность профессии, повседневную готовность прийти на помощь. Совершенствуйтесь, открывайте новые возможности, достигайте новых высот! Искренне желаю вам успехов в служении своему делу, крепкого здоровья, оптимизма, счастья, благополучия и добра!

Директор Томского НИМЦ,
член-корр. РАН, профессор В.А. Степанов

Дорогие коллеги, любимый коллектив!

С радостью поздравляю сотрудников с 35-летием со дня основания учреждения! Прекрасный повод со страниц нашей газеты еще раз поблагодарить каждого за высокопрофессиональную работу, за самоотдачу, за преданность избранному делу, многочисленные достижения, чуткое отношение к пациентам и друг к другу на протяжении всех этих лет.

С каждым годом мы становимся только лучше, мудрее, опытнее, и тот факт, что Тюменский кардиоцентр ассоциируется у всех со словами «внимание», «авторитет», «забота», «качество» – это заслуга всей команды. Мы все слаженно стремимся к совершенствованию научно-исследовательского, обучающего, лечебно-диагностического процесса; к высокому уровню оказания помощи и искренней поддержке любого, кто за ней обращается.

Отдельное спасибо всем, кто стоял у истоков. Имена наших ветеранов навсегда останутся в истории центра. Радостно видеть, как сохраняются и приумножаются заложенные ими традиции, как молодые сотрудники глубоко ценят и уважают их значимость и опыт.

Несмотря на тяжелые события, произошедшие в мире в уходящем году, я уверена, что юбилей укрепил нас. И в новом 2021-м мы продолжим так же успешно и сплоченно исполнять свой долг – сохранять и поддерживать здоровье людей. Новых нам всем побед, добрых дел, радости и удовольствия от проделанной работы, крепкого здоровья вам и вашим близким.

Дорогие пациенты! Пусть наступающий год станет самым счастливым для вас. Спасибо, что вы с нами. Желаю вам надежды, любви и больше чудес!

Врио директора, заслуженный врач РФ М.И. Бессонова

Глубокоуважаемые коллеги!

От имени Департамента здравоохранения Тюменской области я очень рада поздравить ваш коллектив с замечательным событием – 35-летним юбилеем со дня основания Тюменского кардиоцентра.

Сложно представить кардиологическую службу нашей области без вашего учреждения и активного участия в борьбе с болезнями сердца. За эти годы тысячам людей вы оказали квалифицированную медицинскую помощь, подарили надежду, любовь, искреннее внимание. Тюменский кардиоцентр по праву заслуживает признания и уважения жителей области. Всем известно, что здесь работают настоящие профессионалы в своем деле. Пусть еще много лет ваша работа будет плодотворной, а энергия неиссякаемой. Желаю вам творческих успехов, высокого уровня работы, новых идей, оптимизма, профессиональных и жизненных удач, а также благополучия и уверенности в завтрашнем дне!

В этот непростой уходящий год ваш коллектив внес свой важный вклад в профилактику и оказание помощи пациентам, пострадавшим от новой коронавирусной инфекции. Благодарю вас за отзывчивость и участливость!

Я желаю всем жителям нашей области в предновогодние дни не забывать о простых человеческих радостях – поблагодарить близких, помочь просто так, признаться в любви. Наша жизнь состоит именно из таких бесценных моментов. Пусть в наступающем 2021 году у вас все сложится хорошо! Будьте здоровы!

Директор Департамента здравоохранения Тюменской области
Н.В. Логинова





Кардиолог, к.м.н. Н.П. Дмитриева

С самого начала карантина, пока амбулаторный прием был закрыт, наши доктора перешли на формат дистанционных консультаций. Мы не бросали своих пациентов с их заболеваниями, вопросами и сложностями в лечении, и всегда были на связи!

Каждый день кардиологи, аритмологи, эндокринологи, неврологи и другие доктора проводили десятки онлайн-консультаций. В том числе для детей и для первичных пациентов, которые почувствовали себя плохо в период самоизоляции. Всего с апреля по настоящее время было проведено около 500 консультаций.

Кроме того, мы обзванивали пациентов, которые были прооперированы в нашем центре до карантина и кому была назначена важная встреча с доктором для оценки изменений в самочувствии и уточнения препаратов. «Наши консультации позволяют людям не чувствовать себя одинокими, не оставаться один на один с проблемами по здоровью, – рассказывала кардиолог, к.м.н. Наталья Петровна Дмитриева, которая занималась такими звонками. – Мы консультируем пациентов разного возраста от 39 до 86 лет. У ряда этих пациентов был острый коронарный синдром, у некоторых есть



серьезные изменения не в артериях сердца. Меня порадовал позитивный отклик и готовность к общению. Люди испытывали неподдельную радость и активно рассказывали о своем самочувствии. Кстати, такое общение помогло выяснить, что некоторые пациенты не соблюдают терапию. Они временно чувствуют себя хорошо и бросают принимать препараты, но ведь болезнь остается. Приходилось все подробно разъяснять. Мы искренне заинтересованы в здоровье наших пациентов!»

В начале августа лаборатория Тюменского кардиологического научного центра – единственная в области начала выполнять инновационный экспресс-тест на наличие новой коронавирусной инфекции. Мазок из

носоглотки исследуют с помощью специальной тест-системы RapiGEN южнокорейского производства. Всего через 5 минут – надежный результат, и даже больше – полная уверенность в своем здоровье и в безопасности близких. Клинико-лабораторные испытания системы RapiGEN проходили в Южной Корее и в Москве. Они показали высокую эффективность: чувствительность набора реагентов для иммунохроматографического выявления антигена составила 98%, специфичность – 100%.

боратории. В нашем центре доступны другие традиционные методы диагностики на Covid-19: определение вируса SARS-CoV-2 в мазке из носо/ротоглотки методом ПЦР, исследование уровня антител в крови для обнаружения острой или перенесенной инфекции (IgM, IgG), скрининговое экспресс-исследование IgM и IgG в крови.

В сентябре мы официально презентовали новый логотип Тюменского кардиоцентра.

Процесс замены старого графического изображения начался с аккаунтов в социальных сетях, на сайте учреждения, на бейджиках сотрудников. Уже новый логотип вы можете видеть на обложке этого номера. Наша команда немного переосмыслила предыдущий логотип – сердце с завитками. Теперь главным символом стала «галочка» – отметка особой важности, которая схематично сохраняет образ сердца. Этот логотип был выбран голосованием сотрудников среди нескольких разных вариантов. Современное, ярко, радикально! Мы уверены, что большие изменения начинаются с маленьких. В наш юбилейный 35-й год мы

Лаборатория учреждения прошла лицензирование для выполнения этих анализов и получила сертификат контроля качества от международной независимой организации. Это значит,



что мы используем одни из самых точных систем для диагностики COVID-19 в мире! Все сотрудники обучались в специализированной вирусологической ла-

начинаем жить новой жизнью, развиваться в новых направлениях и становиться еще лучше! Отметим, что кардинальные изменения коснулись и сай-

та – www.infarkta.net. Он был полностью обновлен, чтобы максимально упростить поиск информации для наших пациентов. Сейчас специалисты работают над возможностью записываться и оплачивать услуги через личный кабинет на сайте, а также хранить там результаты своих исследований и историю болезни.

Традиционная акция в честь Всемирного дня сердца, который ежегодно отмечается 29 сентября, прошла в этом году в онлайн-формате. В наших социальных сетях – в Одноклассниках, Вконтакте, Инстаграм – был проведен пятидневный Марафон здоровья.

Участником мог стать любой желающий. Наши эксперты давали пять простых заданий для здоровья и хорошего самочувствия, а после проверили все отчеты и наградили победителей полезными подарками: палками для скандинавской ходьбы, подарочными сертификатами на услуги центра и наших партнеров, фирменными толстовками. «Мы хотим напомнить, как важно уделять время своему здоровью, чтобы минимизировать угрозу сердечно-сосудистых заболеваний. Помните, что здоровье начинается с заботы о себе, с правильного питания, с отдыха, с физической активности, хорошего сна и, конечно, с доброжелательного и уважительного отношения друг к другу, на работе или дома. Чтобы сохранить хорошее самочувствие на долгие годы, научитесь прислушиваться к своему организму, не бойтесь обследоваться! Правильный образ жизни, внимание к себе и своевременное обращение за помощью позволяют поддерживать здоровье сердца до самой глубокой старости. А мы, в свою очередь, всегда помним, что больное сердце лечится только сердцем любящим. Любим вас! Будь-

те здоровы», – отметили организаторы акции. Найти информацию о марафоне можно в наших социальных сетях или по хештегу #кардио72_марафон. Присоединяйтесь, подписывайтесь!

С июля 2020 года ученые Кардиоцентра исследуют состояние сердечно-сосудистой системы у пациентов, перенесших COVID-пневмонию, чтобы выявить воздействие вируса на сердце и сосуды человека, разработать алгоритмы наблюдения, лечения и реабилитации.

Известно, что вирус, в первую очередь, действует на сосуды, поэтому особенно важны пациенты с сердечно-сосудистыми заболеваниями: артериальной гипертензией, ишемической болезнью сердца, сердечной недостаточностью.

В качестве участников исследования приглашаются пациенты, отвечающие определенным критериям: доказанная лабораторно COVID-пневмония и имевшиеся до заболевания или развившиеся в ходе его сердечно-сосудистые болезни. «Мы работаем с пациентами по воскресеньям,



Врач УЗИ, д.м.н. Е.И. Ярославская

чтобы ограничить контакты переболевших, – рассказывает врач ультразвуковой диагностики Тюменского кардиоцентра, доктор медицинских наук, ведущий научный сотрудник Елена Ильинична Ярославская.

– Обследование выполняется два раза: через 3 и через 12 месяцев после выписки пациента. Заболевание нельзя втиснуть в рамки одной патологии, важен многоплановый подход, поэтому в обследование входят осмотры кардиолога, пульмонолога, офтальмолога и встреча с психологом, а также проведение дополнительных обследований (общего и биохимического анализов крови, коагулограммы, ЭКГ, УЗИ сердца, тест 6-минутной ходьбы, определение скорости пульсовой волны). В промежутке между этими визитами в Кардиоцентр врач поддерживает с пациентом связь по телефону и корректирует лечение». Для пациента этот комплекс исследований бесплатный, так как входит в рамки научной деятельности учреждения. Первые показательные результаты планируется получить в начале 2021 года.



Инструктор ЛФК Е.М. Забелина

35 лет назад, в мае 1985-го, на карте Тюмени появился кардиологический центр. С тех пор здесь не только лечат сердечно-сосудистые заболевания, но и ведут научную работу, делятся знаниями с коллегами и возвращают грамотных специалистов. Сегодня Кардиоцентр, как мы его называем, – филиал крупнейшего Томского национального исследовательского медицинского центра РАН. В полутысячном коллективе работают 47 кандидатов и 16 докторов медицинских наук.

Газета «Тюменские известия»,
Ольга Чухачёва

Счастливые детство и суровые 90-е

Первые годы существования старожилов коллектива сравнивают со счастливым детством – у новичка было современное оборудование и прекрасные перспективы – об этом позаботились «отцы-основатели» академики Евгений Чазов, Ростислав Карпов и секретарь обкома КПСС Геннадий Богомяков. Была полная поддержка руководителей города и области.



Врио директора,
заслуженный врач РФ
М.И. Бессонова



Торжественное открытие клиники, 1985 г.

Тюменский кардиологический научный центр:



Разница между фотографиями – 19 лет

– Кардиоцентр открывался как передовое учреждение. Современнейшее на тот момент медицинское оборудование, лучшие врачи и медицинские сёстры – всё это стало

фундаментом для особой статусности учреждения, – считает врио директора, заслуженный врач Российской Федерации Марина Игоревна Бессонова. – Очень счастливый старт –

это как счастливое детство, заложило прочную основу и перспективу на многие годы. И уже в 1988 году наши интервенционные кардиохирурги провели первую в Западной Сибири коронарографию, которая считается «золотым стандартом» в диагностике ишемической болезни сердца.

Потом случились девяностые, экономические трудности привели к тому, что техника устарела, стала ломаться, средств поддерживать оборудование на должном уровне не было, расходных материалов не хватало. Интервенционная кардиохирургия в Тюмени в тот период развивалась вопреки обстоятельствам. В 1992-м состоялась первая имплантация в Тюменской области постоянного электрокардиостимулятора.

Руководил учреждением в то время приехавший из Новосибирска кандидат наук Вадим Кузнецов. В апреле 1991-го молодой учёный сменил на этом посту своего учителя, профессора Олега Антонова, и занимал должность до 2018 года.



Раиса Максимовна Горбачёва (в центре) на крыльце Тюменского кардиологического центра, 1985 г.

история неразрывной связи науки и практики

– В 90-е внутренняя политика в Кардиоцентре сводилась примерно к следующему: качество клинической работы и профессиональный уровень специалистов должны компенсировать недостатки в оснащении, – говорит профессор Кузнецов. – Считаю себя перфекционистом, поэтому у меня была установка: науку и клиническую работу надо делать на высоком уровне. Так нашей задачей стала интеграция в мировое кардиологическое поле.

Вадим Анатольевич за-



Коллектив центра, 1986 г.



Работа в операционной, 2000 г.

ложил основу международных контактов Кардиоцентра, которые с годами из единичных поездок на медицинские конгрессы

и конференции превратились в широкую улицу с двусторонним движением. Сотрудники Тюменского кардиоцентра стали посто-

янными участниками международных научных конференций, для них доступны многомесячные стажировки в ведущих центрах мира. Специалисты входят в Европейское общество кардиологов (European Society of Cardiology, ESC), Европейскую ассоциацию сердечного ритма (European Heart Rhythm Association, EHRA), Европейскую ассоциацию по сердечно-сосудистой визуализации (European Association of Cardiovascular Imaging, EACVI), Сообщество молодых специалистов по сердечной недостаточности в рамках Европейского общества кардиологов (Heart Failure Specialists of Tomorrow, HoT – ESC) и

«В основе – любовь. Любовь во всём, что мы делаем для здоровья Вашего сердца – от внедрения и продвижения научных исследований до оказания качественной медицинской помощи». Одна из восьми ценностей коллектива Кардиоцентра.

другие международные организации.

Первым профессионалом из-за рубежа стал американский кардиохирург Тимоти Тимко. В 1995 году он помог внедрить метод транслюминальной баллонной коронарной ангиопластики и стентирования, обучив тюменцев Игоря Зырянова и Александра Осеева передовым методикам лечения ишемической болезни сердца. Кстати, необходимые для таких операций расходные материалы американец привёз с собой, закупив их на свои личные деньги, у самого Кардиоцентра средств для этого не было.

Уже в 1998 году на базе госпиталя города Коламбус (штат Огайо, США) Тимоти Тимко обучал тюменских кардиологов по уникальной программе «Новые технологии в интервенционной кардиологии».

В 2008 году, приехав в Тюмень на российско-американский симпозиум «Новое в интервенционном лечении ишемической болезни сердца», г-н Тимко признался, что он здесь не только для того, чтобы рассказать о своей работе, но и поучиться: «То, чем занимается ваш кардиоцентр сейчас, — это замечательно, многие операции по-



Консультативное отделение, 1993 г.



Отделение артериальной гипертонии, 1985 г.



Отделение рентгенхирургии, 2001 г.

зволяют узнать что-то новое. Здесь применяются процедуры, которым можно поучиться и которые делают лучше, чем в США».

Наука как госзадание. Наука как призвание

59 научных сотрудников Кардиоцентра ведут фундаментальные научные исследования, все работают над выполнением государственного задания. В 2020 году, уточняет заместитель директора по научной работе,



Д.м.н., профессор Т.И. Петелина

заведующая лабораторией клинко-диагностических и молекулярно-генетических исследований, ведущий научный сотрудник, доктор медицинских наук, профессор Татьяна Ивановна Петелина, основное направление изысканий обозначено как «Патогенетические аспекты развития артериальной гипертонии, ишемической болезни сердца и сердечной недостаточности. Пути оптимизации диагностики, лечения и профилактики».

– Государственное задание этого года мы уже выполнили и поработали на перспективу, – уточняет Татьяна Ивановна. – На 2022 год с нашими коллегами из Томского НИМЦ РАН, в состав которого мы

входим, согласована новая научная тема, связанная с изучением Арктики. Над ней молодые тогда учёные начали работать 35 лет назад. Они ездили на тюменский Север, изучая механизмы адаптации к суровым северным условиям и факторы кардиоваскулярного риска у вахтовиков. Арктика становится важной геополитической территорией для Российской Федерации. И в связи с этим ставится задача здоровьесбережения



Команда врачей и ученых центра в п. Тазовском (ЯНАО) на обследовании коренного малочисленного населения Крайнего Севера, 2019 г.

коренного и пришлого населения Приполярья, и мы снова возвращаемся к своим исследованиям.

В 2019-м специалисты Кардиоцентра обследовали «сердечное» здоровье северян, создавая задел для работы над новой темой исследований. Во время осенних экспедиций кардиологи осмотрели 180 вахтовиков Ямбурга, 70 учеников школы-интерната в Белоярском. Ещё раньше, весной, в



Экспедиция на Север, 1997 г.



Международный конгресс кардиологов, 2019 г.

Тазовском, медики работали с коренным населением. В своих научных исследованиях патологии сердечно-сосудистой системы в условиях Арктики тюменцы используют ультразвуковую визуализацию, генетические и биохимические исследования, математическое моделирование и другие компетенции.

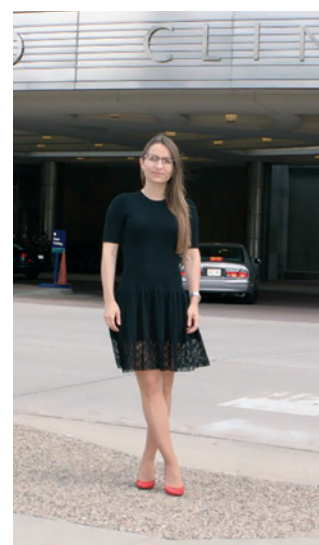
Работа учёного не видна, если она не опубликована, и о ней не узнали коллеги. За последние пять лет публикационная активность тюменцев выросла в три раза. Тезисы и статьи размещаются в самых престижных медицинских журналах, за пятилетку в них случилось 162 публикации. Научные сотрудники входят в редколлегии, являются рецензентами авторитетных иностранных специализированных журналов.

Неотъемлемой частью жизни учреждения являются ежегодные международные конгрессы и научно-практические форумы. Участие в них всегда принимают ведущие российские и зарубежные эксперты в различных медицинских областях. Например, на конгрессе кардиологов в 2019 году более 60 специалистов из 5 стран мира представили на заседаниях доклады по генетике, ревматологии, аритмологии, неотложной и детской кардиологии, сосудистым вмешательствам, ультразвуковым исследованиям и другим актуальным темам. Было зарегистрировано 753 участника. Для тех, кто не смог приехать, организовали трансляцию

в интернете. Ее посмотрели более 600 человек.

Санитарно-эпидемиологическая ситуация этого года не дала возможность провести очередной конгресс, его Кардиоцентр проведёт в онлайн-формате в 2021 году.

– Основа нашего коллектива – выпускники тюменского медицинского вуза, – говорит профессор Кузнецов. – Последняя генерация молодёжи оттуда – они очень грамотные, знают английский язык, интернет, хорошо подкованы в специальной литературе. Это коллеги, которые хотят совершенствоваться и развиваться. Создать условия для их профессионального роста – святое дело для нас.



Кандидат медицинских наук Анна Солдатова на стажировке в лучшей клинике мира – Мэйо

Талантливые ученые, врачи и даже медицинские сестры Тюменского кардиоцентра обучаются и стажировались в

лучших мировых центрах. Например, одна из них – кандидат медицинских наук Анна Солдатов – сейчас работает над докторской диссертацией, а в прошлом году проходила стажировку в известнейшей клинике Мэйо (штат Миннесота, США).



Ангиохирурги – к.м.н. И.С. Бессонов и С.С. Сапожников – на стажировке в медцентре им. Е.Н. Мешалкина МЗ РФ (г. Новосибирск), 2018 г.

– Про эту клинику как про эталон слышала ещё в институте, – признаётся Анна. – Туда едут сложнейшие пациенты со всего мира. Представив проект нашей научной работы, получила приглашение. На основе проведённых исследований и знаний, полученных в Мэйо, написана одна из глав моей диссертационной работы на соискание учёной степени доктора наук.

Сотрудники центра принимают участие в различных зарубежных конференциях, представляя свои работы в таких странах, как Австрия, Греция, Франция, Израиль, США, Китай, Нидерланды, Германия, Италия, Португалия, Дания.

– Мы в Кардиоцентре стремимся реализовать некоторые принципы деятельности клиники Мэйо, – добавляет Анна Солдатов. – У нас созданы все условия для молодежи – действует Совет молодых ученых, в который входят специалисты до 35 лет. На конкурсной основе каждый год Совет отбирает лучшие кадры Тю-



Тюменский кардиоцентр – победитель в номинации «Клиника года», 2019 г.

менского медуниверситета. Это ребята, которые хотят заниматься у нас научными исследованиями. И они могут рассчитывать на всестороннюю помощь от любого сотрудника, даже самого именитого. У нас все готовы помогать и делиться опытом.

24 часа в сутки. Семь дней в неделю

В стационаре Кардиоцентра за год получают лечение от семи до девяти тысяч человек. Около 50 тысяч амбулаторных консультаций проводит поликлиническое отделение. Клиника с первых дней существования стала инфарктным центром, работающим круглосуточно.

Создавала отделение неотложной кардиологии 35 лет назад Маина Васильевна Лузина, которая в этом году отметила свой 80-летний юбилей.

– Всесоюзный кардиологический научный центр нам помог с оборудованием для мониторинга, у нас появились аппараты для дефибрилляции, которых в городе тогда не было. С самого начала мы наладили связь с институтом трансплантологии, куда направляли больных для хирургического лечения.

К тому времени, как пе-

рейти в новенький кардиоцентр, М.В. Лузина уже 15 лет боролась с инфарктами миокарда и нестабильной стенокардией. Она шутит: «Я уже 50 лет с инфарктами», и продолжает работать в отделении неотложной кардиологии, её огромный опыт востребован. Заслуженный врач РФ Маина Лузина и сейчас на страже здоровья пациентов.

Как федеральный специализированный кардиологический центр на территории Тюменской области, учреждение оказывает большой объем высокотехнологичной медицинской помощи. Сегодня за современными малоинвазивными вмешательствами не



Заслуженный врач РФ
М.В. Лузина

нужно ехать в зарубежные и столичные центры. Специалисты Тюменского кардиоцентра в совершенстве



Операцию по замене электрокардиостимулятора выполняет хирург Д.В. Белоногов, 2020 г.



Открытие Международного конгресса кардиологов в Тюмени. 2013 г.

владеют инновационными методами диагностики и лечения ишемической болезни сердца, аритмии, хронической сердечной недостаточности, артериальной гипертензии. В Кардиоцентре пациент проходит все этапы оказания помощи: от выявления заболевания, его лечения (терапевтически и/или хирургически) до постоянного наблюдения с помощью современных телемедицинских технологий, уже находясь дома.

«Старожилов» в коллективе немало. Со дня основания здесь работают 15 врачей и три медицинские сестры. Ещё у 38 человек запись о приёме на работу была сделана более 30 лет назад.

— Наши заслуженные ученые и врачи: Людмила Ивановна Гапон, Майна Васильевна Лузина, Лидия Ивановна Макаренко, Александр Петрович Васильев, Нина Николаевна Стрельцова, Елена Робертовна Храмова, Татьяна Юрьевна Горбунова, Наталья Алексеевна Мусихина, Нина Петровна Шуркевич, Ирина Аркадьевна Велижанина и многие другие до сих пор задают темп развития, заряжают молодежь энергией. На мой взгляд, это происходит благодаря внутреннему свету интеллигентности, профессионализма и благородства, — с гордостью говорит Марина Бессонова. — Кардиоцентр обладает магической при-



Профессор, заслуженный деятель науки РФ
Л.И. Гапон

тягательной силой: некоторые сотрудники, проработав много лет в других медицинских организациях, возвращаются к нам, но уже на более высоком эволюционном витке. Многие сотрудники начинали у нас свой путь в профессию со студенческой скамьи. Бывшие санитары, медсестры и медбратья — Всеволод Евсеевич Харац, Елена Павловна Гуляева, Иван Сергеевич Бессонов и другие — выросли до лидеров различных направлений — амбулаторной службы, аритмологии, инвазивной кардиологии.

«Вспоминая славную историю кардиологической клиники в Тюмени, нельзя не отметить, что с первых же дней работы коллектив врачей и исследователей приступил к разработке и внедрению новых методов диагностики, лечения

и профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. Сложно сейчас представить кардиологическую службу Тюменской области и всей страны в целом без вашего учреждения и активного участия в борьбе с болезнями сердца», — из поздравления президента



Консультацию проводит заведующая детским консультативным отделением, кардиолог высшей категории Т.В. Чернышева

Российского кардиологического общества академика РАН Е.В. Шляhto.

— Главное преимущество и отличие нашей работы — неразрывная связь науки и практики, — продолжает Марина Игоревна. — Благодаря динамичному развитию науки постоянно повышается и эффективность лечения сердечно-сосудистых заболеваний. Долгое время именно Кардиоцентр «помогал» новым технологиям приходить в тюменскую медицину. Мы были и оста-

емся центром компетенций и кузницей кадров. В любом кардиологическом отделении региона есть наши ученики — если не его руководитель, то кто-то из врачей прошёл нашу школу. И мы этим гордимся. Все врачи постоянно учатся и обязаны присутствовать на лекциях научного руководителя, на клинических разборах, во время которых обсуждение всегда соотносится с последними клиническими рекомендациями. Мы не ждём, когда они дойдут до рутинной клинической практики — как только появляется новое в англоязычных источниках, переводим и внедряем в работу.

С 10 марта по 10 июня 2019 года на интернет-площадке газеты «Комсомольская правда» тюменцы выбирали лучшие медицинские организации. Получив 830 голосов, Тюменский кардиологический научный центр с огромным отрывом стал победителем в номинации «Лучшая клиника для

лечения сердечно-сосудистых заболеваний».

Уже в 2020-м по результатам Первой всероссийской премии «ПроДокторов» были выбраны лучшие доктора и клиники России. Кардиологи Ирина Иосифовна Григоренко и Татьяна Геннадьевна Полковникова заняли 1-е и 2-е места по Тюменской области. А на третьем, кстати, — кардиолог Елена Ивановна Семухина, до недавнего времени работавшая в отделении артериальной гипертензии Кардиоцентра.

В этом году произошло чрезвычайно важное для коллектива событие – общими усилиями сформулировали определение миссии Тюменского кардиологического научного центра: «Наша миссия – создавать будущее, в котором нет места болезням сердца». Предложений сотрудники подали так много, что в дополнение к миссии сформировали ценности, их восемь. И первая про каждого из нас – тех, кто работает, тех, кто обращается сюда за помощью: «Вы и ваше здоровье – наша ключевая ценность. В Кардиоцентре принято доброжелательное и уважительное отношение к любому, кто является пациентом или сотрудником, партнёром или гостем».

Особенности переживаемого момента

– Пандемия 2020-го изменила многое в нашей жизни и работе. Поначалу казалось, что месяц-другой перетерпим и вернёмся в привычную колею дел. Но оказалось всё сложнее, и перестраиваться всем пришлось, что называется, на марше. Два месяца была закрыта поликлиника, амбулаторная служба и помощь детям. Стационар не останавливался ни на час. Несмотря на длительный карантин, – подчёркивает Марина Бессонова. – Пациенты не были брошены. Запустился проект по те-



Победители Первой всероссийской премии «ПроДокторов-2020» – кардиологи И.И. Григоренко и Т.Г. Полковникова

лемедицине, который был в планах 2021 года, он позволил поддержать больше тысячи прооперированных. Пациенты очень благодарны за такую заботу, они без поездки в больницу смогли получить консультацию. Во



Заведующий отделением рентгенхирургических методов диагностики и лечения № 2 Григорий Колунин на практике в НМИЦ имени В.А. Алмазова в Санкт-Петербурге, 2020 г.

время карантина обеспечили медицинской поддержкой и детей – к малышам в случае необходимости врачи приезжали домой.

момент требовалось их участие. Когда пришлось делать обсерватор в отделении нарушения ритма, люди отнеслись с пониманием и всё сделали очень быстро. Получается, ковид помог понять то, что в обыденной жизни было за кадром, дал возможность почувствовать коллектив единой сплочённой командой.

Когда с коронавирусом стали сталкиваться члены коллектива и их семьи, руководство Кардиоцентра приняло важное решение, создав свою службу помощи: сами стали брать мазки, делать КТ лёгких, назначать лечение, при необходимости приобретать и привозить домой лекарства. Открыли горячую телефонную линию, доверенный врач держит связь с заболевшими, а они признаются, что в столь непростой период ощущают заботу и не чувствуют себя брошенными.

Всё это подтверждает, что прописанные ценности – не красивые слова ради рекламы, а реальные, осознанные принципы, один из которых сейчас получает подтверждение буквально каждый день: «Мы держим репутацию честной и надёжной компании на высоком уровне. Мы работаем сплочённой командой и несём ответственность за каждого сотрудника и пациента».



Миссия центра расположена в каждом отделении на самом видном месте



Руководитель кафедры и отделения кардиологии медицинского университета в Лодзи (Польша), профессор Ярослав Каспжак на конгрессе в Тюмени, 2017 г.

В Тюменском научном кардиологическом центре работают 2 заслуженных деятеля науки РФ, 16 докторов и 47 кандидатов медицинских наук, 7 заслуженных врачей РФ.

– Во время эпидемии COVID-19 наш коллектив – несмотря на все сложности – проявил солидарность и взаимопомощь, – подчёркивает Марина Игоревна. – Сотрудники поликлиники работали в стационаре или помогали там, где в данный



ФИЛИАЛ ТОМСКОГО НИМЦ
ТЮМЕНСКИЙ
КАРДИОЛОГИЧЕСКИЙ
НАУЧНЫЙ ЦЕНТР

Январь

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Февраль

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

Март

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Апрель

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Май

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



Сентябрь

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



Июнь

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Июль

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Август

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Декабрь

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Ноябрь

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Октябрь

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2021



Новый конкурс среди отделений стартовал в начале декабря. Как и раньше сотрудникам была предложена новая тема: сделать фотоколлаж с символом наступающего года — белым бычком. Воображение наших коллег поистине не знает границ! Предлагаем читателям КардиоВерсии познакомиться с плакатами, которые придумали и воплотили участники новогоднего конкурса.

Госзакупки



Блок реанимации
и интенсивной терапии



Аптека



Клинико-диагностическая
лаборатория

Коллектив бухгалтерии



Приемное отделение



Планово-экономический отдел

От создателей Томского НИМЦ и
Тюменского кардиологического научного центра

«ПЛАНОВО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ОТДЕЛ»



Отделение коронарной
недостаточности



СТАТ&УМО



Учебно-методический отдел
и кабинет статистики



Коллектив администраторов
и медрегистраторов

Примите поздравления!

Весь год мы собирали поздравительные сообщения в честь нашего 35-летнего юбилея от коллег, друзей, пациентов, от тех, кто стоял у истоков, и тех, кто был принят в нашу команду недавно. В этой рубрике самые интересные, самые вдохновляющие, самые теплые пожелания для вас!



**Директор НИИ кардиологии
Томского НИМЦ РАН, академик
РАН С.В. Попов**

Примите сердечные поздравления от администрации и сотрудников НИИ кардиологии по случаю вашего славного юбилея

Нам особенно приятно и радостно поздравить вашу команду с этой важной датой. Доброе тесное сотрудничество связывает наши коллективы многие годы общей миссией, направленной на укрепление здоровья людей. Желаем всему коллективу крепкого здоровья, благополучия, стабильности и процветания. Пусть ваша работа приносит только удовлетворение и возвращает здоровье людям. Новых успехов вам, дорогие друзья!



**Руководитель научного направления Томского
НИМЦ РАН, научный руководитель НИИ кардиоло-
гии, академик РАН Р.С. Карпов**



**Уважаемые коллеги,
дорогие друзья!**

С большим удовольствием поздравляю вас с 35-летним юбилеем образования Тюменского кардиоцентра. Известность учреждения давно перешагнула границы Тюменской области. Со многих городов России обращаются не только пациенты, но и ученые, и врачи, которые лично хотят познакомиться с тюменскими достижениями и технологиями.

Все успехи были бы невозможны без профессионального руководства, без трудолюбия коллектива. За годы существования Кардиоцентр рос,

развивался, менялся в соответствии с требованиями времени, не раз преодолевая трудности. Пандемия – очередной повод стать сильнее, ощутить единство коллектива и поддержку друг друга.

Тюменский кардиоцентр – «кузница» высококвалифицированных кадров, которые с гордостью представляют нашу школу во многих городах России. И я в настоящее время также в числе «выпускников». От всей души благодарю уважаемую Марину Игоревну, Людмилу Ивановну, Вадима Анатольевича за наставничество, навыки, доброту. Всему коллективу желаю единства, движения вперед с улыбкой, уверенности в важной миссии. Сохраните любовь к своему делу!

**Главный врач ста-
ционара сети клиник
«Скандинавия» и
«АВА-Петер», доктор
медицинских наук Т.В.
Сереева. Татьяна Вячес-
лавовна работала в Кар-
диоцентре с 2000 года,
с 2017 года в должности
главного врача**



**От имени Президиума
Правления Российско-
го кардиологического
общества поздравляю
вас с замечательным
событием!**

Сегодня вы с честью выполняете свое пред-назначение — спасать жизни людей и оберегать здоровье земляков. Вы по праву можете гордиться-

ся своими достижениями, именитыми учеными и молодыми учениками, результатами своих исследований.

Пусть и дальше сохраняются традиции, которые были заложены при открытии учреждения, которые чтит и приумножает новое поколение. Я очень рад поздравить всех вас с праздником, желаю успехов, удовлетворения от работы, счастья и благополучия вам и вашим семьям!

**С уважением,
Президент Российского
кардиологического
общества,
академик РАН Евгений
Владимирович
Шляхто**

Команда ординаторов поздравляет Тюменский кардиоцентр с 35-летием!

С праздником всех, кто стоял у истоков. Всех, кто приложил усилия, чтобы достичь сегодняшних высот. Всех, кто руководит и работает здесь. Профессионализм, заботливость, мастерство... Вы учите нас быть лучшими. Впереди еще много великих научных открытий и благодарных пациентов. Рядом с вами будущее представляется нам прекрасным.

С Юбилеем, дорогой коллектив

Легендарная и крупнейшая клиника мира – Мэйо (Рочестер, штат Миннесота) – поздравляет Тюменский кардиоцентр и лично врио директора Марину Игоревну Бессонову с юбилеем со дня основания учреждения.

Куратор исследовательских проектов клиники, профессор Сорин В. Пислару дает высокую оценку работе нашего молодого ученого – кандидата медицинских наук Анны Солдатовой.

«Уважаемая доктор Бессонова, Желаем вам удачи в достижении тех высоких стандартов, к которым стремится ваш Центр.

Мы надеемся на наше дальнейшее сотрудничество».



Sorin V. Pislaru, M.D., Ph.D.
Professor of Medicine
Mayo Clinic College of Medicine
Department of Cardiovascular Diseases
+1-(507) 254-8612

To: Dr. Marina I. Besonova
Acting Director
Tyumen Cardiology Research Center
Branch of Tomsk National Research Medical Center

Re: Dr. Anna Soldatova's Fulbright scholarship at Mayo Clinic

Rochester, December 1, 2020

Dear Dr. Besonova,

I am delighted to write a letter of congratulations regarding the excellent performance of one of your staff, Dr. Anna Soldatova.

As you may know, Dr. Soldatova was the recipient of the prestigious Fulbright Research Scholarship, and in this capacity she has spent one year in the Division of Cardiovascular Ultrasound, Department of Cardiovascular Medicine at the Mayo Clinic in Rochester, Minnesota. During this time she was under the research mentorship of Dr. Grace Lin, Director of the Heart Failure Clinic, and staff cardiologist at Mayo Clinic.

We look forward to our continued collaboration and welcome future Fulbright scholars from your institution.

Yours sincerely,

Sorin



С огромным удовольствием пользуюсь предоставленной возможностью и поздравляю всех сотрудников с замечательным юбилеем. Желаю прежде всего здоровья вам и вашим близким. 35 лет – такой замечательный возраст. Когда уже многое достигнуто, но ещё столько впереди. Я часто с теплом вспоминаю время моей работы в Кардиоцентре. Было непросто, но так интересно и замечательно! Совсем недавно дочь спроси-

ла меня: «Мама, где бы ты хотела работать, если бы можно было оглянуться назад?» Не задумываясь, я ответила: «В Тюмени, в Кардиоцентре». И это совершенно искренне! Ещё раз мои сердечные поздравления и пожелания здоровья, благополучия, творческих успехов, научных открытий, много благодарных пациентов. Цените и любите это время работы в лучшем учреждении земли, гордитесь и дорожите им!

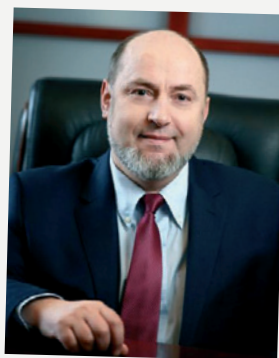
**Ольга Ивановна
Лангофер
работала в Тюменском
кардиоцентре с 1985
по 1994 год.
До 1988 года –
в должности
заведующей отделением
артериальной
гипертонии,
а после – главным
врачом. Живет
в Германии с 1994 года,
продолжала частную
терапевтическую
практику
до 2019 года**

ПРИМИТЕ ПОЗДРАВЛЕНИЕ!

Если что-то не так, настроенье
ни к черту,
В голове, как часы, мысли дурью бьют,
И калач ты добрый, а вовсе не тертый,
Не спеши сдаваться!
Пусть слезы не льют!
Ты подумай спокойно: а всё ли
так плохо?
Может, есть то, чему улыбнуться готов?
Вдруг ты в сердце найдешь
волшебное слово,
И оно откроет сотню тысяч троп
Для счастливого твоего путешествия
В мир Любви и Радости Бытия...
Плюнь, мой друг, на ненастья
нашествия,
Вот и всё, что тебе посоветую я.



**Поэтическое
поздравление
от Михаила Симоновича
Шурина, который был
главным врачом
Тюменского кардиоцентра
с 1994 по 2000 год**



Сегодня лица добрые
людей
Мне обещают много на-
слажденья,
Официальный славный
юбилей
Лишь повод для любезного
общенья.
Лишь повод для прекрас-
ных пожеланий
Здоровья сердцу и другим
частям,

Лишь повод для стихов и для
признаний
В любви к желанным дорогим
гостям.
Лишь славный повод, чтоб
поднять бокалы
И выпить чазовские пятьдесят,
Лишь повод, чтобы вспомнить
аксакалов,
И как тут былонадцать лет
назад.
Спасибо, повод, что собрал
нас вместе,
Чтоб праздник был, и было
хорошо.
Я верю, завтра будем с доброй
вестью,
Ведь к счастью это, когда снег
пошёл.

**Научный консультант
Тюменского кардиоцентра,
д.м.н., профессор,
заслуженный деятель науки РФ
Вадим Анатольевич Кузнецов.
Возглавлял центр
с 1991 по 2017 гг.**

Попали мы с другом
совершенно случайно,
Пришли по программе
бесплатной.
Решили узнать про здоровье
детально
Надеялись, все будет гладко.

Обследование было завершено,
О сердечных проблемах узнали,
Только стентированию быть
суждено,
Все вышло не так, как мечтали.

Сегодня у нас был решающий
день,
Зависла судьба в прямом смысле:
Преодолеем ли сразу мы эту
ступень
Иль дальнейшая жизнь вроде
слизней.

С утра на столе операционном
лежим,
Бригада работает слаженно,

Боли не чувствуем, лежим и
молчим,
Видим, работа налажена.

Эффект операции – минимизация,
Итог – устранилась преграда,
В сосудах сердечных –
нормализация,
И стент установлен, где надо.

Слава создателям этих идей
И тем, кто работает, слава!
Спасателям сердца,
восстановлением путей
Путем установления сплава.

Живи, развивайся, Кардиоцентр,
И Власти пусть Вам помогают.
Единенья коллег и идей
эпицентр,
Где любовь с добротой
процветают.

Пациенты 5-го этажа

В этом году традиционный новогодний утренник для детей сотрудников был отменен. Но это совсем не повод исключать всегда веселые и яркие фотографии! Как к празднику готовятся самые маленькие – смотрите в нашей рубрике.



Вова (бабушка – заведующая КДЛ С.В. Леонович)



Дима (мама – специалист по закупкам Т.С. Ляпина)



Наташа (бабушка – заведующая отделом госзакупок Л.Г. Дьякова)



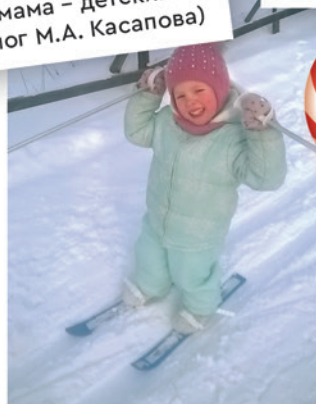
Даша (мама – детский кардиолог М.А. Касапова)



Полина (мама – администратор Н.М. Елгешина)



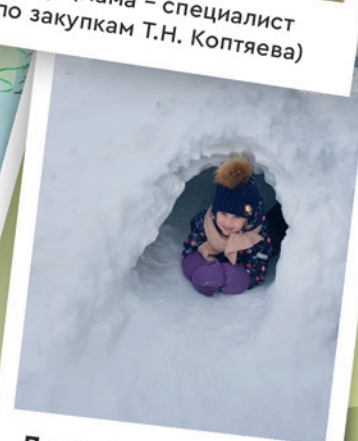
Егор (мама – специалист по закупкам Т.Н. Коптяева)



Тоня (мама – медсестра О.Ю. Кобякова)



Лена (мама – менеджер А.С. Федотова)



Даша (мама – медсестра Н.Н. Кузакова)



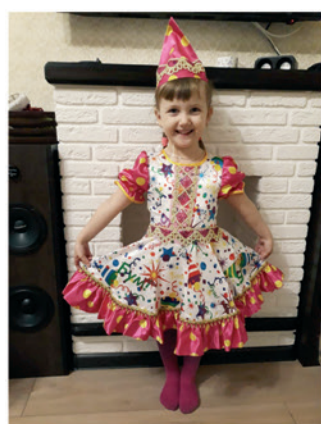
Варя и Рома (мама – кардиолог Е.В. Микова)



Арина (мама – менеджер Ю.И. Горбунова)



Егор и Артем (мама – специалист по закупкам А.С. Полуянова)



Ксюша (мама – специалист по закупкам Е.В. Стальмахова)



Таня (мама – документовед М.А. Онохина)



Макар (мама – медсестра Т.Ф. Ивлева)



Юля (мама – медсестра Н.М. Фахрутдинова)



Вова (бабушка – буфетчица О.Н. Касаткина)



Диана (мама – специалист по учебно-методической работе Т.Е. Гостева)



Софья (бабушка – заведующая складом пищеблока С.В. Комелькова)



Даня (мама – менеджер М.П. Батт)



Мира (мама – переводчик О.В. Савельева)

5 ПРИЧИН ЛЕЧЬ ПОЛЕЧИТЬСЯ

в Тюменский кардиоцентр именно сейчас:

Первая

Именно сейчас комплексное обследование и лечение в палате можно назвать срочным, даже жизненно необходимым. Откладывание на потом может быть просто опасным. Как показывает наш опыт, лучше позаботиться о здоровье заранее. После лечения в нашем стационаре у вас сохранится связь со своим лечащим доктором, вы сможете получить видео-консультацию удаленно в любой непредсказуемой ситуации.

Вторая

Возможность заразиться у нас коронавирусом минимальна. Все поступающие пациенты предоставляют результат теста на COVID, от 3 дней проводят в обсервационных палатах (уже получая назначенное лечение!), строго соблюдают масочный режим. У нас запрещены прогулки и посещения. Мы не принимаем с симптомами острой респираторной инфекции. Во всех палатах безукоризненная чистота!

Третья

Сердечно-сосудистое здоровье, особенно пожилых людей, как никогда подвержено угрозам. Казалось бы, с плановым обследованием можно подождать. Но гарантируете ли вы, что здоровье не подведет в самый сложный момент, что ваше давление будет в норме, одышка не усилится, сердечный ритм не сорвется и хронические заболевания не обострятся? Не можете. Эту уверенность в своем здоровье вам поможем вернуть мы!

Четвертая

Сердечные, вдохновляющие, трогательные истории наших пациентов! Все отзывы можно найти на нашем сайте www.infarkta.net или по хештегу #отзывыпациентов_ткнц. Почему люди из других городов едут на лечение именно к нам, почему сейчас забота о своем здоровье и уверенность в своем самочувствии

особенно важна – рассказывают наши довольные, счастливые и здоровые пациенты. Почитайте и оставьте свой отзыв!

Пятая

Последняя причина по счету, но не по важности. Потому что мы достойны вашего выбора. Наши доктора – профессионалы в лечении гипертонии, ишемической болезни сердца, аритмии, хронической сердечной недостаточности. Наши диагностические возможности, современные лекарства, командная работа докторов смежных специальностей и доброе, по-человечески внимательное отношение помогают добиваться лучших результатов в лечении. У нас спокойно, нет суеты и спешки. У нас вкусно, питательно, полезно. У нас безопасно. Вы не просто полечитесь, но и отдохнете. А это лучшая формула для крепкого здоровья.

**С 14 декабря 2020 года
по 31 января 2021 года
снижаем стоимость на
лечение в стационаре!**

**Согласуйте госпитализацию
по тел.: +7 (3452) 68-14-14**





Отчего болит сердце? Депрессия и стресс провоцируют серьезные заболевания

Болезни сердца сегодня лечат не только кардиологи. Часто они работают совместно с психотерапевтами. Как стрессы влияют на сердечно-сосудистую систему человека, кто больше подвержен переживаниям и как не воспринимать все близко к сердцу, рассказала наш **психотерапевт, психиатр, нарколог, кандидат медицинских наук Наталья Юдина**.

Реагирует весь организм

– Зачем людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями нужен психотерапевт?

– Среди факторов, влияющих на развитие болезней сердца, важное значение имеют психологические особенности пациентов. В основе большей части сердечно-сосудистых заболеваний находятся сложные психосоматические соотношения, в том числе это касается артериальной гипертонии. Имеют значение и личностные особенности пациентов с сердечно-сосудистой патологией. Это люди типа «А»: с активной жизненной позицией, часто активно отстаивающие свои взгляды, амбициозные, глубоко переживающие неприятные ситуации. У них есть сложности в понимании и выражении словами своих чувств. Психотерапевты занимаются изучением нарушений психики, которые встречаются у кардиологических пациентов. Причем депрессия может как предшествовать развитию болезни, так и возникнуть во время постановки диагноза. Согласно статистике, около 20% кардиологических пациентов страдают депрессией, при других болезнях этот показатель составляет всего 5%.

– Получается, депрессия – это не про плохое настроение. А как она отражается на физическом здоровье?

– Помимо изменений в эмоциональной сфере, депрессия негативно отражается на работе организма: меняется вязкость крови, сосудистый центр по-другому реагирует, за счет этого появляются колебания артериального давления, становится другим уровень сахара, холестерина и т.д. Кстати, биохимические изменения в организме напрямую отражаются на настроении человека, на том, как ярко он проживает эмоции. До сих пор есть мнение, что для лечения депрессии достаточно положительных эмоций и впечатлений. К сожалению, это болезнь, и она требует медицинской помощи.

– Как отличить депрессию от какого-то затяжного плохого настроения или реакции на событие?

– Стойкое снижение настроения в течение нескольких недель без видимых причин. Человека мало что радует, не приносит удовольствие то, что ранее это давало. Часто нужна дополнительная мотивация для того, чтобы что-то сделать, несмотря на то, что он планирует, думает об этом, но с реализацией возникают проблемы. Меняется и социальная

активность – комфортнее находиться одному, нежели общаться с другими, нарушается сон, аппетит. Вариантов депрессии очень много.

– Пандемия коронавируса поспособствовала тому, что стало больше тревожных людей?

– Конечно, она вывела людей из зоны привычного и стабильного. Никто не был готов к таким серьезным изменениям в жизни. Это отразилось на всех сферах, как профессиональной, когда потребовались новые навыки, компетенции и пришлось их развивать за короткий промежуток времени, чтобы не лишиться возможности работать, так и на отношениях внутри семьи, когда люди оказались буквально заперты друг с другом на круглые сутки. Все это не могло не отразиться на психологическом состоянии человека и, как следствие, на физическом здоровье. Так, из-за переживаний неизвестности у многих людей возникли проблемы с давлением – как реакция на стресс. К слову, понятие стресса сейчас тоже изменилось. Если раньше это была некая чрезвычайная ситуация, то сейчас у нас стрессы на каждом шагу: на работе и дома, разной степени глубины. Сейчас есть четкая доказательная база, что для человека наиболее травматичен хронический

стресс, чем какой-то кратковременный и сильный.

– Психологи и психотерапевты часто советуют не воспринимать проблемы близко к сердцу. Сказать легко, а как не переживать, если внутри все кипит от негодования?

– Нужно развивать в себе жизнестойкость и умение адекватно проживать стресс. Во многом это зависит от того, насколько человек готов работать над собой, узнавать что-то новое, меняться. Ведь все это требует усилий, организованности, системности. Здоровье – это не только про физическое состояние, но и психологическое, эмоциональное благополучие. Хотелось бы, чтобы жизнь людей была более разносторонней, не состояла только из работы. Когда нагрузки очень большие и мало возможности переключиться, получить положительные эмоции, отвлекаться, то рано или поздно человек попадает в воронку истощения – ресурсы не восстанавливаются, нагрузка растет, и получается замкнутый круг, который на определенном этапе может запустить болезнь. В первую очередь это те, к которым есть наследственная предрасположенность, ведь где тонко, там и рвется.

По материалу газеты
«Аргументы и Факты –
Тюмень», 2020 г.



«Антивирус» для сердца: КАК ВОССТАНОВИТЬ ЗДОРОВЬЕ ПОСЛЕ КОРОНАВИРУСА

С последствиями коронавируса сегодня сталкиваются почти все переболевшие. Опыт их лечения выявил негативное воздействие вируса не только на дыхательную систему: COVID-инфекция не проходит без осложнений для сердца и сосудов. Как и после любой вирусной болезни, нужно помочь организму восстановиться и окрепнуть. Правильнее и безопаснее делать это под присмотром докторов. Наши специалисты работают с пациентами, уже страдающими сердечными заболеваниями, и помогают тем, кто впервые столкнулся с постковидным синдромом.

Симптомы, требующие восстановительного лечения:

- бессонница или избыточная сонливость;
- постоянная слабость, усталость;
- ухудшение памяти, когнитивные нарушения (трудно сосредоточиться);
- астенический синдром (привычная физическая нагрузка становится невыносимой);
- нарушения артериального давления;
- перебои в работе сердечного ритма;
- одышка;
- нарушения дыхательной функции;
- ухудшение работы ЖКТ;
- депрессия.

Если вы наблюдаете у себя похожие симптомы, если вы переболели коронавирусом, если до болезни у вас были сердечно-сосудистые заболевания, обязательно обследуйте сердце!

– Никто не знает отдаленных последствий перенесенной COVID-инфекции, – поясняет заведующая консультативным отделением, кардиолог высшей категории, к.м.н. Елена Павловна Гуляева. – Поэтому наблюдение и восстановление обязательно для всех переболевших. Важно обратиться к кардиологу, который скажет, какое лечение и в каком объе-

ме необходимо конкретно вам. Наша программа сделана с акцентом на сердечно-сосудистую систему – основу качественной долгой жизни.

– Мы изучили опыт и рекомендации, которыми на сегодня обладает медицинская практика по восстановлению здоровья пациентов после коронавируса, – отмечает заведующий отделением

восстановительного лечения, врач-кардиолог Тимофей Сергеевич Семенихин. – Кардиолог или терапевт оценит состояние пациента и совместно с коллегами соберет программу. В нее могут войти исследования (УЗИ, анализы, ЭКГ, суточный мониторинг), консультации узких специалистов (психотерапевта, невролога, сексолога), физиолечение, групповые психотерапевтические занятия, физкультура, капельницы. Невозможно использовать один комплекс для всех переболевших пациентов. Наша программа меняется с учетом особенностей организма человека, его хронических заболеваний, возраста.

Какую программу выбрать?

***Лечение в стационаре** подойдет пациентам, у которых до болезни была серьезная кардиологическая патология. В палате под круглосуточным наблюдением одномоментно можно пройти не только диагностику, но и лечение сердечно-сосудистой патологии и последствий коронавируса.



***Амбулаторное лечение** – вариант для тех, кто переболел и уже активно вернулся к работе. Не отрываясь от повседневных дел, с учетом всех пожеланий пациента мы составим программу так, чтобы в день можно было два-три часа получать комплексную терапию, помогать организму быстрее восстанавливаться.

Восстановительное лечение – это только комплексный подход, настаивают эксперты. Не существует одного самого лучшего метода, который обязательно поможет или будет приоритетнее. Особенность программы Тюменского кардиоцентра – это с учетом колоссального опыта в кардиологической области опираться на утвержденные программы восстановительного лечения и предоставлять персональную помощь.

**Узнайте подробнее по телефону
+7 (3452) 68-14-14**



К Новому году нужно готовить не только подарки, но и желудок! Как сохранить здоровье среди изобилия еды и напитков, рассказывает наш эксперт. Гастроэнтеролог, к.м.н., доцент, действительный член Российской гастроэнтерологической ассоциации и Научного общества гастроэнтерологов России

Мария Ляпина дает 4 простых совета:

1. Большие перерывы и обильная еда вызывают дискомфорт и проблемы в желудочно-кишечном тракте. Если вы съедаете больше, чем обычно за один раз, может появиться изжога, замедлиться работа всей пищеварительной системы. Отсюда боли в животе, вздутие и нарушения стула. Поэтому (даже в праздничный день) должны быть завтрак, обед и ужин. Разделите приемы пищи по времени и уменьшите порции.

2. Используйте альтернативные и простые рецепты с продуктами, которые наименее вредны. Например, для заправки салатов лучше использовать нежирную сметану, греческий йогурт. Вместо жарки запекайте или тушите. Рыбу и мясо сочетайте с овощами. Большое количество сладкого и мучного может вызвать брожение и повышенное газообразование в кишечнике, то есть плохое самочувствие на следующий день неминуемо.

3. Простая чистая вода помогает почкам выводить токсины, но при этом сохранять питательные вещества и микроэлементы. Сейчас уже все знают, что сладкие газированные напитки и соки очень калорийны и содержат много сахара, они увеличивают нагрузку на наш организм и поджелудочную железу и незаметно способствуют набору лишнего веса.

4. За несколько дней до праздника подумайте обо всех продуктах и напитках, которые могут быть на праздничном столе, и решите, стоит ли употреблять те из них, которые могут повлечь неприятные последствия для самочувствия. Если вам противопоказаны какие-то блюда, не провоцируйте себя, не покупайте и не готовьте их.



Доктор напоминает!

Обострение заболеваний желудочно-кишечного тракта вызовут:

- жирные, жареные или копченые блюда,
- маринованные, слишком соленые или острые продукты,
- острые приправы и соусы,
- крепкие алкогольные и газированные напитки, шоколад, крепкий кофе.

Запишитесь на консультацию, чтобы получить персональные рекомендации: +7 (3452) 68-14-14

Каждый год служба сервиса Тюменского кардиоцентра собирает отзывы и благодарности пациентов, которые оценивают работу всего учреждения, своих докторов, медперсонала, поваров и других членов нашей команды. В этом номере – самые душевные слова за уходящий год. Большое спасибо за ваши мнения и пожелания!

Спасибо за благодарности
нашим
кардиологам!
Отзыв о работе
Бахматовой Ю.А.



Понравилось: Высокий профессионализм, внимательность, приятное общение, прекрасный результат. Все прекрасно организовано, обследования назначены были оптимально необходимые. Всё четко, быстро, без очередей, чувствуется высокий уровень во всем. Если понадобится ещё обращение к кардиологу, то пойду только к Юлии Александровне, больше бы таких докторов.

Татьяна Федина

Всю команду ТЮМЕНСКОГО КАРДИОЦЕНТРА мы с мужем поздравляем СО ВСЕМИРНЫМ ДНЕМ КАРДИОЛОГА! Пусть ваши сердца бьются, во имя наших сердец, огромное спасибо вам за качество жизни и за спасение многих и многих людей!

Наталья Зотина

Всем коллективу Кардиоцентра в это трудное время желаю бодрости духа, успехов, крепкого здоровья. Поверьте все что Вы делаете Ваши пациенты никогда не забудут и всегда будут благодарны Вам. Спасибо всем.

Класс! 3



Хотелось бы сказать большое спасибо Кардиоцентру и особенно доктору Костоусовой Алине Игоревне, за полное обследование моего мужа. Он долго сопротивлялся, но согласился и не пожалел. 😊 Всё проверили и только потом назначили нужное лечение. Персонал больницы очень внимательный и отзывчивый, где-то даже пошутить могут, несмотря на нынешнюю сложную ситуацию, когда все уже в напряжении. Также хочу сказать большое спасибо доктору Полковниковой Татьяне Геннадьевне и всему медперсоналу отделения неотложной помощи, лет 5 назад они спасли моего папу. Я всем безумно благодарна. Спасибо большое. 🌹

Клиника порадовала отношением персонала уже на входе. Про врачей молчу. О том, что здесь работают профессионалы, я слышал давно, но теперь лично убедился! Отдельное спасибо, что в такие непростые времена не отгородились от людей, а продолжаете работать и помогать!



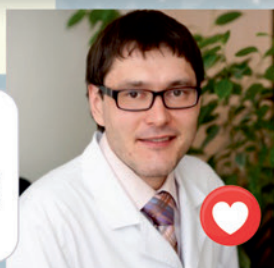
Ощутили все последствия коронавируса: когнитивные нарушения, проблемы со стороны бронхо-легочной системы... Я здесь уже оперировалась раньше по поводу аритмии. Моим доктором была кардиолог, главный врач центра Юлия Викторовна Ташкеева. Мы поддерживали связь, и когда я почувствовала ухудшение ритма сердца, обратилась к ней. Оказалось, в вашем центре действует программа восстановительного лечения. Мы с мужем были рады попасть сюда и снова к Ю.В. Ташкеевой. Она очень хороший доктор и человек, обязательная, доброжелательная, спокойная. С ней можно обсудить все проблемы. Доверяем ей, уважаем и очень симпатизируем. Муж у нее впервые и тоже положительно отзывался!

★★★★★

Сергей Саранбаев
10 декабря 2020

Впервые „побывал, в кардиоцентре“ как житель Тюмени был слышан о профессионалах работающих там, но на своей „шкуре, (сердце) почувствовал это впервые. Персонал просто на высоте начиная от развозивших питание сотрудников до медсестер и докторов. Уж с какими нелепыми просьбами к ним не обращаются пациенты, они всегда выслушают может быть пошутят))) или примут к сведению и успокоят. В общем все хорошо. Был на 4 этаже.

Здравствуйте! Хочу сказать врачам, медицинским сестрам и прочему персоналу Центра ОГРОМНОЕ СПАСИБО! Спасибо за Ваши золотые руки, чуткие сердца. Спасибо Вам за мою маму! Здоровья Вам всем, счастья!



#ОТЗЫВЫПАЦИЕНТОВ,ТКНЦ

Комментарий: Лучшие врачи УЗИ по сердцу не встречала. Внимательно смотрит, подробно поясняет, отвечает на вопросы, прямолесен и добр. Компетентность сразу видна, доверие моментальное. Раз к нему приходишь, к другим ходить не станешь. Большое спасибо за доброе, чуткое отношение. До операции были у многих на УЗИ сердца, его описание было гораздо ближе к реальности. Сам метод обследования имеет погрешности, но то, что можно понять по УЗИ с возможной точностью, то он обязательно увидит и поймет. Рекомендую. Доверять можно и нужно!



Татьяна Еманова

Врачи нашего кардиоцентра - самые лучшие!!! Доброго Здоровья Вам и Вашим семьям!!!!
2 дек в 17:10 Ответить

3



Тамара Елькина-Колчанова

Кардиоцентр просто суперrrrrrr!!! И врачи у нас в России самые классные!!!!



Татьяна Кузьм Горбцовца

Добрый день! Я с большой благодарностью вспоминаю своего лечащего врача Наталью Юрьевну Хорькову и врача, который мне делал операции РЧА Григория Владимировича Колунина. Прошло почти 3 года, как я живу без страшных приступов аритмии. В кардиоцентре я была трижды, и до сих пор общаюсь с пациентами, которым в одно время со мной делали РЧА, и все чувствуют себя хорошо. О пребывании в кардиоцентре остались самые хорошие впечатления. Огромное спасибо докторам, особенно Наталье Юрьевне, это прекрасный врач и человек! Всем здоровья и благополучия!

Класс! 2



Понравилось

Врач Кривоносов Дмитрий Владиславович очень понравился! Прежде чем до него дойти, я обошла много врачей. Никто из врачей УЗИ не давал настолько четкую и ясную картину заболевания. Мне ставили диагнозы, начиная от аритмии и до порока сердца, но врач Кривоносов Д. В. развеял все страхи и сомнения. Отношение к пациенту очень хорошее, ответит на все вопросы и даст всю информацию, которую не давал мне один врач-кардиолог.

Комментарий

Спасибо ему за тщательное обследование, обязательно приведу на УЗИ и отца, так как Кривоносов Д. В. делает УЗИ и сосудов шеи.



Галина Ковалёва (Штыкова)

Ну как не отозваться и не выразить признательность дорогим для меня докторам. Операцию мне тоже делал Денис Владимирович Белоногов, которому я бесконечно благодарна. И уже шесть с половиной лет не дает сойти с дистанции Инна Анатольевна Жевагина. Я очень люблю вас, мои дорогие врачи и несказанно благодарна вам, что дали возможность пожить и порадоваться правнукам. Старшей скоро семь. И ее рождение, и моя вновь обретенная жизнь совпадают по времени. И это благодаря вам, мои родные и любимые люди. Будьте же здоровы и счастливы!

Класс! 2



Татьяна К.

★★★★★ 16 июня 2020

Тюменскому кардиологическому центру можно совершенно спокойно доверять самое дорогое своё сердце. Вот уже несколько лет я наблюдаюсь и принимаю лечение в отделении ХЛСНПС и ЭКС. Огромное человеческое спасибо заведующему отделением Харачу В.С., лечащему доктору Колычевой О.В. и всему медицинскому персоналу отделения за высокий профессионализм, отзывчивость, доброжелательность. Моё сердце, которому вы, уважаемые работники кардиоцентра, помогаете, оно наполнено любовью к вам. Я желаю Тюменскому кардиологическому центру дальнейшего процветания, финансового благополучия, благодарных пациентов.