Здоровье физическое не может быть без духовного здоровья. Все мы созданы по образу Божьему, так будем же стремиться прежде всего к правде. истине и доброте. Наша задача вселить в Вас надежду на помощь Божию и на помощь добрых православных врачей.

МЕДИЦИНСКИЙ ВЕСТНИК

№ 6 (42) ИЮНЬ 2006

Издается по благословению Высокопреосвященнейшего Митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ

– стр. 2

«Врач Николай Константинович МИТРОПОЛЬСКИЙ»

Беседы для родителей
Начало статьи о грудном вскармливании кандитата медицинских наук Натальи Машуковой для нашей газеты.

– стр. 4

Святой Агапит Печерский
врач безмездный, покровитель врачей, на иконах изображается на фоне сада лекарственных растений.

СИЛА ПРОЩЕНИЯ
Размышления писателя Виктора Николаева, автора книги «Живый в помощи» (см. «Медицинский вестник № 11 2005 г.).

Небесные покровители

Святитель Лука

45 лет со дня земной кончины хирурга и епископа Луки (Войно-Ясенецкого) – 11 июня 1961 года

…С марта 1940 года, епископ Лука (Войно-Ясенецкий), профессор-хирург с мировым именем, находясь в ссылке, жил и работал в районной больнице в райцентре Большая Мурта в ста десяти километрах от Красноярска, что называется, за белье и питание. Он много оперировал и продолжал работу над знаменитыми «Очерками гнойной хирургии». Церковь в Большой Мурте взорвали еще в тридцать шестом году, и Владыка ходил молиться в рощу, расположенную на окраине поселка.

Когда началась Великая Отечественная война, он написал Председателю Президиума Верховного Совета М.И. Калинину: «Я, епископ Лука, профессор Войно-Ясенецкий, отбываю ссылку в поселке Большая Мурта Красноярского края. Являясь специалистом по гнойной хирургии, могу оказать помощь воинам в условиях фронта или тыла, там, где будет мне доверено. Прошу ссылку мою прервать и направить в госпиталь. По окончании войны готов вернуться в ссылку».

В это время в Красноярске организовывался госпиталь. С фронта уже шли эшелоны с ранеными. В октябре сорок первого епископ Лука назначен консультантом всех госпиталей Красноярского края и главным хирургом эвакогоспиталя. Он выполнял самые тяжелые операции после ранений, осложненных обширными нагноениями, когда уже никто не мог помочь раненым, и результаты превосходили все ожидания.

Срок ссылки закончился в середине 1942 года. Епископ Лука был возведен в сан архиепископа и назначен на Красноярскую кафедру. Но, как и раньше, продолжал хирургическую работу, возвращая в строй защитников Отечества.

В конце 1943 года опубликовано второе издание «Очерков гнойной хирургии», переработанное и значительно дополненное, а в 1944 году вышла книга «Поздние резекции инфицированных огнестрельных ранений суставов». За эти два труда ему, ссыльному профессору и архиепископу, была присуждена Сталинская премия.

По книгам врачи могли теперь изучать хирургию, чтобы спасать раненых так, как это мог делать только он, по его молитвам. Святитель Лука и теперь помогает всем нам.

65 лет прошло с начала Великой Отечественной войны, проверившей каждого на искренность любви к своему Отечеству, явившей знамение помощи Божией нашему народу.

(Из жития святителя Луки)

Поздравляем врачей, медицинских сестер, всех медицинских работников с профессиональным праздником! Желаем радости в труде!

Праздник в Непецино

В каждой юбилейной дате заключена история, успехи и неудачи, радости и горести, победы и поражения. Юбилей – это часть прожитой жизни, юбилей – это точка отсчета для следующего творческого этапа. Поздравляем коллектив Непецинской участковой больницы, сорокалетний юбилей которой мы отмечаем 7 июня!

Как у каждого человека, так и у Непецинской больницы есть своя биография. А делали эту биографию замечательные люди. Амбулаторную медицинскую помощь в селе Непецино начали оказывать с 1921 года. Людская память донесла до нас имя первого фельдшера – его звали Михаил Герасимович. Трудными были годы для непецинской медицины – с 1924 по 1965 годы амбулатория ютилась в нежилых помещениях, которые мало того, что были ветхими, так за них еще брали деньги. До начала Великой Отечественной войны прием вели фельдшера Смазнов Ф.Т., Забалуева Е.И. и Гапиенко Е. И. После войны в амбулаторию пришли врачи. Вот их имена: Бойко М.Г., Рубанович Т.П., Хмельницкая В.И., Озерецковский В.И. и Ткачева Г.Д.

Галина Дмитриевна Ткачева добилась согласия и помощи от руководителей местных хозяйств в строительстве отдельного здания больницы с поликлиникой и стационаром. Главным врачом открывшейся больницы назначили Кудряшова Валериана Федоровича (в настоящее время он работает врачом-травматологом в поликлинике № 1 города Коломны).

На первом этаже разместилась поликлиника на 150 посещений в день, на втором – стационар на 50 терапевтических коек. В поликлинике закипела работа – открыты педиатрический и терапевтический, гинекологический и стоматологический кабинеты, клиническая лаборатория, физиотерапевтический кабинет, появился рентгеновский аппарат… Спустя некоторое время, в стационаре развернуто 10 хирургических коек (для лечения больных с сосудистыми заболеваниями конечностей), где трудился врач-хирург Иванашко М.М. Много лет заведует стационаром красивая, умная и талантливая Лидия Алексеевна Кудрявцева.

За 40 лет, прошедших со дня открытия больницы, главными врачами больницы работали Кудряшов В.Ф., Гладышева В.И., Кудрявцев А.П., Курганов А.Н., Ежов А.А.

Каждый из них внес большой вклад в развитие оказания медицинской помощи на селе. Алексей Алексеевич Ежов занимал хлопотную должность главного врача 15 лет (с 1986 по 2001 год). Много сил и здоровья потратил главный врач, но сколько хороших дел он осуществил – это и реконструкция главного здания, и строительство нового корпуса, где разместились пищеблок и зубопротезная мастерская, и внедрение новых методов и методик лечения… Да разве можно перечислить все, что было сделано за долгие годы. А главное - сложился дружный творческий коллектив.

Эстафетную палочку в 2001 году Алексей Алексеевич передал достойному преемнику – врачу-педиатру высшей категории Ольге Николаевне Медведевой. Она сохранила добрые традиции и с энтузиазмом взялась за новые дела и решение насущных проблем. В 2004 году Ольга Николаевна награждена медалью «За заслуги перед Московской областью». С каждым днем растет мастерство врачей, медицинских сестер, отличается особой заботой к больным младший медицинский персонал, с полной отдачей трудятся все сотрудники больницы. И на этой фотографии коллектива мы видим добрые, приветливые лица, лица людей, которые относятся с любовью и уважением друг к другу и ко всем, кто обращается за помощью.

Поздравляем медицинских работников Непецинской больницы с юбилеем и желаем помощи Божией во всех начинаниях!

По архивным данным материал подготовила врач Коломенской ЦРБ Л.П. Сивова

История Коломенской медицины

Врач Митропольский

Читаешь старые газеты, берешь в руки пожелтевшие листы личных дел и понимаешь, как по-разному можно прожить отведенные Богом годы, как можно в одну короткую человеческую жизнь уложить столько событий и дел, что хватит на пять или десять жизней. Такое чувство я испытала при подборке материала о докторе Митропольском – Заслуженном враче РСФСР, известном хирурге, более 40 лет жизни отдавшем коломенской медицине.

Родился Николай Константинович в 1890 году. Он участвовал в четырех войнах: будучи студентом-медиком Московского университета, был призван в отряд Красного Креста на австрийский фронт (1914-1917 г.г.). Мы нашли в личном архиве доктора Митропольского приказ по армии: «29 декабря 1915 года во время сильного артобстрела перевязочной и всего расположения отряда самоотверженно, с явной опасностью для жизни, Митропольский подбирал раненых и внес спокойствие в команду, чем содействовал благополучной эвакуации находящихся на перевязочном пункте раненых». Студент-медик был награжден тогда георгиевской медалью 3 степени!

Во время гражданской войны служил старшим врачом Титовско-Донского революционного полка на Царицынском направлении, во время войны с финнами был хирургом дивизионного госпиталя на самом тяжелом участке – на Карельском перешейке. Во время Великой Отечественной войны с первого до последнего дня – Николай Константинович – ведущий хирург эвакогоспиталя. Он организовывал и лично проводил межгоспитальные врачебные и сестринские конференции, где разбирались сложные операции, медики делились опытом и решали, как лучше и быстрее вернуть в строй раненых и больных бойцов.

Николай Константинович всей своей жизнью заслужил право быть первым во многом:

• в 1940 году первым из коломенских врачей награжден орденами Ленина и Красной Звезды,

• в 1943 году ему первому среди врачей из Коломны присвоено звание «Заслуженный врач РСФСР»,

• первым в Коломне начал проводить хирургическое лечение туберкулезным больным. Своим опытом он поделился в статье «Хирургическое лечение больных туберкулезом» в российском журнале «Проблемы туберкулеза», рекомендованные им методики применяют до сих пор в ведущих клиниках Москвы,

• первым в Коломне начал лечить больных с ожогами,

• в 1947 году первым в Московской области организовал научно-практическое общество врачей, а через год – такое же общество средних медицинских работников и шестнадцать лет был его бессменным председателем.

• был первым хирургом-преподавателем в Коломенском медицинском училище и еще вел занятия со студентами в хирургическом кружке – первом в области. Учил молодые кадры в течение 37 лет.

Он говорил: «От молодых я черпаю заряд бодрости и оптимизма, а с ними хочу щедро делиться всем, что знаю и умею в своей жизни». А поделиться ему было чем. После империалистической войны 1914-1917 годов Николай Константинович в течение 15 лет работал в участковой больнице в далеком мордовском селе Наровчате. Уже в те далекие годы он твердо усвоил необходимость и явную пользу от распространения среди населения санитарных и медицинских знаний. Молодой врач и лечит, и одновременно проводит беседы, выпускает санитарные листовки и раздает их грамотным селянам.

Вот что вспоминает сам доктор Митропольский о тех годах: «За семь лет работы в Наровчате все время состоял председателем койками Красного Креста. В то время приобрести медицинскую литературу не представлялось возможным. На свои деньги я выписывал популярные медицинские брошюры и санитарные плакаты из Москвы и Ленинграда. От руки выпускал стенные газеты, организовывал медицинские библиотеки и санитарные уголки. Большой заслугой считаю открытие консультации для женщин. Труды мои не пропали даром».

О том, что труды доктора не пропали даром, говорит следующий факт: в апреле 1929 года на Всероссийском конкурсе на лучший врачебный участок, возглавляемая Николаем Константиновичем Наровчатская больница была удостоена второй премии из пяти по России…

Вот выписка из пожелтевшего протокола заседания жюри того конкурса: «…признать, что бесспорные достижения в работе участка явились результатом не только энергичной деятельности врача Н.К. Митропольского и тесного содружества медицинского и обслуживающего персонала, но и результатом активности самого населения, втянутого в дело здравоохранения врачом Н.К. Митропольским».

Коломенский период жизни начался у врача-общественника в 1933 году и длился сорок лет. Невозможно перечислить все, что он сделал для нашего здравоохранения. И снова нахожу неизвестный факт из его деятельности – он составил четыре брошюры, которые переиздавались четыре (!) раза и были отмечены в Министерстве здравоохранения РСФСР, особой популярностью пользовалось издание «Что надо знать об опухолях». После опубликования брошюр Николая Константиновича пригласили в редколлегию московского журнала «Медицинская сестра», где он работал на общественных началах с 1954 по 1970 год. И еще все эти годы неутомимый врач возглавлял медицинскую секцию коломенской городской организации общества «Знание».

В 1975 году Коломенская ЦРБ торжественно отметила 85-летие Заслуженного врача РСФСР Митропольского Н.К. Будучи на пенсии, несколько лет он приходил в больничный городок, как в родной дом, – ведь здесь прошла жизнь этого замечательного врача и человека.

Статья подготовлена по материалам Музея коломенской медицины врачом Коломенской ЦРБ Лидией Петровной Сивовой.

Фитотерапия

Богородская трава

Богородская трава, тимьян ползучий, чабрец, чабер, щебрец, чабор, чепчик –все это народные названия растения Thymus serpyllum. Траву срезают во второй половине июня (при выдергивании чабрец возобновляется очень медленно).

Чабрец содержит эфирное масло, в состав которого входят фенолы, тимол, терпены, благодаря которым растение обладает выраженным бактерицидным действием, особенно в отношении патогенных грибков.

Препараты чабреца применяют в качестве отхаркивающего, успокаивающего, антисептического, ветрогонного, противосудорожного и болеутоляющего средства. Они хорошее успокаивающее средство при сухом и спастическом кашле.

Экстракт травы входит в состав сиропа «Пертусин». Назначают его при бронхитах, бронхиальной астме, коклюше взрослым по столовой ложке три раза в день, детям от половины чайной до десертной ложки в зависимости от возраста.

Богородская трава славится как кровоочистительное средство. Настои применяют как потогонное, глистогонное, при болезненных месячных и расстройствах менструального цикла, как спазмолитик при болях в кишечнике, газах, поносе, запорах, как желчегонное, ветрогонное. Применяют при бессоннице, головной боли.

Полезен для пищеварения, при отсутствии аппетита, при язве12-перстной кишки, т.к. успокаивает слизистую желудочно-кишечного тракта. Повышает иммунитет.

Приготовление настоя травы: 2 столовых ложки травы залить стаканом кипятка в плотно закрытой посуде, настоять 30 минут, процедить. Принимать по столовой ложке или глотками в течение дня (суточная доза). Нужно помнить, что чабрец в терапевтических дозах противопоказан при беременности, т.к. стимулирует сокращение матки.

Наружно для полосканий (настоять100 грамм травы на литр кипятка 30 минут) при воспалении слизистых оболочек рта (стоматитах), зева, гортани, воспалении десен, зубной боли, ангинах, промывают глаза при воспалении век и делают примочки.

В настое и отваре моют голову для укрепления волос, при перхоти и головных болях.

100 граммов травы заварить на 2 литра кипятка, настаивать 30 минут, процедить, прибавить к воде для ванны при ревматических болях, радикулитах, невритах, золотухе, экземах, ушибах.

Порошком из сухой травы присыпают раны и гнойники.

Настойку травы на водке (1:10) втирают при радикулитах, параличах, ревматизме, различных поражениях суставов.

Тимьянное масло разбавляют с водой (иначе вызывает раздражение при попадании на слизистые) и смазывают места укусов насекомых инфицированные раны (10 капель масла на 20 мл воды).

Траву добавляют в качестве приправ к первым и вторым блюдам, используют при солении огурцов и мариновании яблок.

Впитать с молоком матери…

(Взгляд православного врача на проблему грудного вскармливания)

«Милая мать, ты можешь приобщить твоего ребенка к своей душе, и как ты несказанно счастлива и какая тебе честь, что мы можешь кормить его сама! Никогда в жизни ты не подойдешь к нему так близко телом и душой. Неужели ты в состоянии отказать ему в этом? Неужели тебе приятнее поручить аптекарю или какому-нибудь химику добыть пищу твоему ребенку вместо того, чтобы открыть ему лучшее, что ты вообще можешь ему дать, - источник жизни у твоего сердца?»

Ермакова Е.Ю., Обухова А.Ю, «Грудное вскармливание»

«Впиталось с молоком матери» - так говорят в народе, имея в виду лучшие душевные качества человека, которые проявляются с самого раннего возраста на протяжении всей жизни. Глубина народной мудрости, заключенной в этих словах, находит свое подтверждение в современных исследованиях врачей и психологов. Доказано, что дети, находившиеся долгое время на грудном вскармливании, вырастая, становятся более доброжелательными и контактными людьми, не бросают своих родителей в старости.

Старец Паисий Святогорец так пишет об этом: «Питаясь от груди, младенцы впитывают в себя не только молоко: они впитывают любовь, нежность, утешение, безопасность и таким образом становятся людьми с сильным характером»

Кого сегодня принято считать «грудными» детьми? Забывая об истинном значении слов, «грудничками» сегодня называют всех малышей до года. На самом деле, даже до 3-х месяцев настоящих «сосунков» или «грудныше́й» (синонимы «грудного ребенка» по В.И. Далю) всего не более 30-48%. Остальные малыши России заслужили, причем, далеко не по своей воле, обидное определение «искусственники». А задумывались ли Вы еще над смыслом одного слова – «пустышка»? И вновь мнение Паисия Святогорца: «Мамы не кормят детей грудью, и поэтому дети вырастают без утешения. Кто им даст нежность и любовь? Банка с молоком коровы? Малыши сосут соску, надетую на «ледяную», стеклянную бутылку, их сердце тоже оледеневает. Если дети сами не получат нежности, то у них не хватит ее, чтобы передать ее свои детям. Так одно влечет за собой другое».

И если раньше счастливое «грудное» детство длилось до 3-4 лет, и девочки - будущие матери проходили «школу» видя, как их мамы, тетки, старшие сестры выращивают малышей, то сейчас кормление грудью после года стало казуистикой.

Как случилось так, что словосочетание «грудное вскармливание», означавшее естественный, обязательный и необходимый этап жизни и роста маленького человека, стало ассоциироваться со словом «проблема»? Куда делась сформированная столетиями культура материнства? Отчасти это объяснимо отсутствием полноценных семей, в которых одновременно живут и взаимообогащают друг друга, питают любовью и заботой несколько поколений; семей, где женщина с радостью рожает детей на протяжении всего детородного возраста (не напрасно же он так называется!).

Но, есть и другие причины, на которые ссылаются женщины, предпочитающие искусственное вскармливание. Эти причины очень часто не являются оправданными и представляют собой сложившиеся, стойкие мифы. Наиболее распространенные из них следующие:

1. Большинство современных женщин не способны к лактации.

2. Современные детские смеси полностью заменяют материнское молоко, а по ряду показателей лучше.

3. Грудное вскармливание ведет к полноте и портит фигуру женщины, негативно влияет на здоровье матери в целом.

Попытаемся разрушить эти мифы.

Продолжение в следующем номере.

Кандидат медицинских наук Наталия Машукова

Беседы для родителей

Важный витамин «Д»

«Что делать, чтобы у ребенка не развился рахит?» Л. Горбунов, г. Коломна.

Рахит – заболевание, возникающее от недостатка витамина «Д». Часть витамина поступает в организм с пищей, часть - вырабатывается кожей, под действием ультрафиолетовых лучей.

Витамин Д влияет на развитие костной ткани, работу центральной нервной системы, других органов. Его недостаток вызывает сложные изменения:

1. Стойкие костные деформации скелета. 2. Позднее прорезывание молочных зубов. 3. Сколиоз. 4. Плоскостопие. 5. Кариес молочных, затем постоянных зубов. 6. Малокровие.

Симптомы рахита в первые три месяца жизни ребенка редко проявляются, обычно они ярко выражены во втором полугодии жизни. И очень редко встречаются у детей старшего возраста.

В перовой стадии дефицита витамина «Д» у ребенка снижается аппетит, отмечается потливость. Ребенок перевозбужден, сильно потеет, плохо спит, на затылке происходит облысение, мышечный тонус снижается. Нарушается всасывание кальция в кишечнике и фиксация его в костях, они легко деформируются. По этим признакам легко определить появление рахита – это могут заметить не только врачи, но и родители малыша.

Если в первой стадии рахит не лечить, начинается вторая стадия. В этой стадии уже происходит деформация черепа – затылок уплощен, появляются лобные бугры. Меняется форма груди ребенка – она либо выпуклая, либо вогнута. Искривляются кости ног – у мальчиков чаще бывает О-образное искривление, у девочек Х-образное. На ребрах появляются костные наросты, которые в медицине еще называют «рахитические четки», «нити жемчуга». Кроме костных изменений происходит нарушение работы сердца и легких, запоры, ребенок начинает отставать в развитии.

Последствия рахита остаются на всю жизнь. В основном это костные изменения – деформированный череп, искривление ног, узкий таз. Дети ослаблены, часто болеют.

Лечение рахита.

Врач назначает витамин «Д». Лечебная доза на курс — от 600 000 до 1 000 000 МЕ. Препарат дозируется в зависимости от количества единиц, содержащихся в одной капле спиртового или масляного раствора витамина Д2. Обычно в день назначают 400 МЕ витамина Д2. Важно соблюдать правильную дозировку, поскольку избыток этого витамина принесет еще более печальные последствия, образуются камни в почках. Врач назначает лечебную гимнастику, массаж и закаливание.

Профилактика рахита.

Основная профилактика – это достаточное поступление в организм витамина Д с продуктами – грудным молоком, молочными продуктами, желтком куриного яйца. Также назначается витамина «Д2». Профилактическая курсовая доза витамина Д2 составляет 200000 – 400000 МЕ. Профилактический курс повторяется через пол года. В организме ребенка (в печени) создается запас витамина «Д», и по мере необходимости организм использует его и поддерживает нормальный баланс витамина «Д». Летом профилактику рахита с помощью витамина «Д» лучше не проводить, поскольку под действием солнечных лучей в коже ребенка вырабатывается этот витамин.

Кроме приема витамина необходимо наладить правильное питание ребенка:

1. кормление грудным молоком, докармливание только в виде адаптированных смесей, вводить в рацион питания желток, сливочное масло, печень, мясо.

2. детям с рахитическими проявлениями в качестве первого прикорма рекомендуется овощное пюре (с 3,5 – 4 мес.).

Особый недостаток в витамине «Д» ребенок испытывает в холодное время года, когда солнечных лучей недостаточно. И именно поэтому профилактику рахита чаще начинают осенью, зимой или весной.

Каким детям в первую очередь проводить профилактику витамина «Д»?

- Большой риск заболеть рахитом у детей недоношенных, у детей, родившихся в холодное время года.
- Детей со смуглой кожей.
- Детей при (А)II группе крови.

Отвечаем на вопросы читателей

Нужно ли чистить уши?

ВАСИЛЬЕВА Е.В.,
врач - отоларинголог

Было время, когда жители Древней Руси раннего средневековья вычищали серу из ушей специальными ложечками – «копоушами». Мужчины носили их на поясе, а женщины привязывали к сумке для рукоделия, вплетали их

в косы, носили в виде оберегов на шее (так, как сейчас против сглаза некоторые используют булавки). Таким образом, копоушки сочетали в себе три начала - утилитарное, декоративное и магическое.

Человека, который чрезмерно увлекался чисткой своих ушей, позабыв про все остальные дела, называли копушей. В дальнейшем так стали в насмешку обзывать всех, кто уделяет непомерно много внимания второстепенным, мелочным занятиям в ущерб главному.

У каждого из нас есть расческа, зубная щетка, многие пользуются зубочистками, а вот о «копоушах» вы не прочтете ни в одном гигиеническом руководстве. Как же обстоят дела сегодня? Нужно ли чистить уши?

Современная гигиена и оториноларингология отвечает на этот вопрос отрицательно. Вполне достаточно промывать преддверия слуховых проходов, избегая при этом попадания концентрированных моющих средств в ухо.

Однако и сейчас встречаются любители почистить уши не только ватными палочками и самыми неподходящими для этой цели предметами – спичками, зубочистками.

Это приводит к травме кожи слуховых проходов, попаданию туда инфекции и возникновению воспаления. Да и само по себе постоянное **механическое раздражение ведет к усилению функции серных желез и повышенной выработке серы, которая может скапливаться, образуя серную пробку.**

Серу вырабатывают серные железы, расположенные в наружной части слухового прохода, и вместе с растущими здесь волосами они служат защитой от инородных частиц. К тому же, секрет серных желез обладает и сильным антибактериальным действием.

Кроме уникальных желез, наружный слуховой проход обладает необычным кожным покровом, который миграционно растёт от центра барабанной перепонки кнаружи и во время своего роста выносит застывшие микроскопические кусочки серы с попавшими в нее пылинками за пределы слухового прохода.

Во время эксперимента, чернильное пятнышко, нанесённое на середину барабанной перепонки, через 3-4 месяца уже находилось на коже у входа в слуховой проход. Мы неосознанно помогаем этому процессу, когда едим: во время жевательных движений стенки наружного слухового прохода колеблются, удаляя высохшие выделения из уха.

Существуют люди склонные к образованию серных пробок. Причиной может быть перенесённое в детстве воспаление среднего уха (перфорация барабанной перепонки нарушила тонкий механизм роста и самоочищения кожи), особенность секрета серных желез, строения кожи наружного слухового прохода. Таким людям периодически требуется промывание наружных слуховых проходов, как самый атравматичный и безопасный способ очистки ушей.

Если укусила мошка

Наступило лето. И появилась надоедливая и небезвредная мошкара.

Мы обратились к врачу-дерматологу Коломенского кожно-венерологического диспансера Тамаре Александровне СТОЙЛОВОЙ с просьбой рассказать об этой проблеме и дать практические советы по профилактике укусов и их лечению.

Семейство «мошка» многочисленное и распространено повсеместно. Формы развития насекомых (яйца и личинки) происходят в воде, из этого можно сделать вывод, что в жарком и сухом климате их нет. А вот водоемы (крупные реки и мелкие речушки, а также горные и лесные, озера, пруды) – главный хранитель для насекомых.

В Коломенском районе большое количество водоемов, поэтому условия для развития мошкары имеются: это стоячая вода, проточная, теплая или холодная.

Зимой яйцекладка осуществляется на субстрат (за исключением яиц комаров). С наступлением весны появляются личинки, которые прикрепляются к корягам, камышу, кустам, траве и т.д. В нашем регионе водоемы достаточно заросшие, поэтому личинкам есть за что зацепиться. Оговорюсь: мошка никогда не будет жить в мутной воде.

Одни и те же виды мошек могут нападать как на людей, так и на животных, а есть виды, питающиеся только растениями. Проведенные на Оке исследования показали, что в Коломенском районе мошка является кровососом, а выше и ниже по Оке та же мошка не нападает ни на человека, ни на животных. Отмечено, что, чем неблагоприятнее окружающая среда, тем агрессивнее кровососы, особенно, если лето засушливое, а водоемы загрязнены химикатами.

Мошка любит поселяться в садах и на огородах, при этом укусы отмечаются на нижних конечностях. В слюне мошки содержится гемолитический яд, вызывающий сильные аллергические реакции. Кроме того, мошка является переносчиком стрептококковой и стафилококковой инфекции (возникает кожное воспаление различной тяжести), гепатита А, сибирской язвы.

В моей практике каждое лето отмечается большое количество пациентов с жалобами на реакцию после укуса насекомыми. При этом чаще всего я вижу следующие симптомы: покраснение кожи, болезненность, повышение температуры тела до 38-40 градусов.

Хочу дать советы: при незначительном покраснении кожи и нормальной температуре можно наложить на место укуса примочку с раствором риванола, а затем смазать гормональной мазью (флуцинар, гиоксизон, синофлан и др.). При резком покраснении и отеке, при повышении температуры не заниматься самолечением, а срочно обратиться к врачу».

От редакции.

Вот еще несколько советов при укусе насекомых. В домашней аптечке хорошо иметь крем Боро-плюс, мазь Ледум (из багульника), которые наносятся на места укусов. Хорошим эффектом обладает Жидкость Бурова, свинцовая примочка.

Есть народные способы: репчатый лук, кашицу из листьев петрушки, укропа, сырого картофеля или подорожника прикладывают к месту укусов пчел, комаров, мошки. На 10-15 минут прикладывают кашицу чеснока.

Все это уменьшает отек, боль и зуд. Соком лимона натирают кожу, чтобы защититься от комаров и мошки, и избежать появления пятен и волдырей после их укусов.

Настойкой календулы смазывают места укусов насекомых 10-15 раз, по мере высыхания.

Можно принять противоаллергические (антигистаминные препараты): супрастин, диазолин и т.п. Все эти способы уменьшают отек, боль и зуд при укусах насекомых.

«УСЛАДИ, ГОСПОДИ, ПИЩУ ПОСТНУЮ»

Чтобы пища приносила пользу человеку, по обычаю православных христиан нужно прочесть молитвы перед принятием и после принятия пищи. Их не трудно запомнить. Перед едой обычно читают «Отче наш» – молитву, которую знает большинство из нас.

Молитва перед вкушением пищи

Отче наш, Иже еси на небесех! Да святится имя Твое, да приидет Царствие Твое, да будет воля Твоя, яко на небеси и на земли. Хлеб наш насущный даждь нам днесь; и остави нам долги наша, якоже и мы оставляем должником нашим; и не введи нас во искушение, но избави нас от лукаваго.

или: ***«Очи всех на Тя, Господи, уповают, и Ты даеши им пищу во благовремении, отверзаеши Ты щедрую руку Твою и исполняеши всякое животно благоволения».***

Молитва на благословение пищи и пития мирянам

Господи, Иисусе Христе, Боже наш, благослови нам пищу и питие молитвами Пречистыя Твоея Матере и всех святых Твоих, яко благословен во веки веков. Аминь.

(И перекрестить пищу и питие)

Молитва после вкушения пищи

Благодарим Тя, Христе Боже наш, яко насытил еси нас земных Твоих благ; не лиши нас и Небеснаго Твоего Царствия, но яко посреде учеников Твоих пришел еси, Спасе, мир даяй им, прииди к нам и спаси нас.

Помогите похудеть!

● Есть ли у Вас лишний вес? ● Вы часто находитесь в состоянии раздражения? ● Бывает ли у Вас горечь во рту? ● Бывает ли у Вас отрыжка на пустой желудок? ● Вас беспокоит вздутие живота (метеоризм)? ● Бывают ли у Вас запоры или поносы? ● Вас периодически беспокоит тошнота? ● Вам не нравится состояние Вашей кожи, волос и ногтей? ● Возникают ли у Вас, без особой причины, высыпания на коже (дерматит, крапивница, прыщи)? ● Отмечаете ли Вы сонливость и вялость днем? ● Вас беспокоит бессонница?

Если хотя бы на один из этих вопросов Вы ответили положительно, Вам необходимо задуматься о состоянии Вашего пищеварения и о правильном питании.

С 19 июня начинается Петров пост. Он продлится до 12 июля. Пост не строгий, разрешается рыба, кроме среды и пятницы. Это время дано нам для особого внимания к своей душе. А пища должна укреплять тело, по словам святителя Василия Великого, «подкреплять тело, а не разрушать его».

– «Я здоровый человек, но у меня 10 килограммов лишнего веса. Расскажите о том, какие диеты эффективны для похудения». Алла Федоровна Попова, г. Коломна.

Похудеть может каждый здоровый человек, причем, на желаемое им количество килограммов. Однако похудение может быть как комфортным, так и насильственным. Комфортное похудение приводит к успешному снижению веса и стабильному удержанию достигнутого результата. А вот похудение насильственное дает лишь временный эффект, так как постоянная борьба с самим собой за объемы тела заставляет нас «садиться» на жесткие диеты. В результате истязания себя бесконечно долгими новомодными диетами наступает срыв, вес стремительно растет, вводя человека в состояние депрессии, отчаяния, неуверенности в свои собственные силы. Комфортное похудение основано на свойстве нашего организма расходовать жир естественным путем.

Для этого нужно изменение основных привычек: переедания и малоподвижности.

Главная наша задача: путем небольших изменений в питании, двигательной активности перейти к новому образу жизни, приятному и приемлемому, что будет сопровождаться не накоплением жировой массы, а ее снижением и дальнейшим поддержанием на нормальном уровне.

Регуляция аппетита – это сложный многокомпонентный механизм. Его важнейшие звенья расположены в гипоталамусе – структуре в нижних отделах головного мозга. Там находятся пищевые центры: центр голода и центр насыщения, где образуются эндорфины.

Повышенный аппетит может быть обусловлен запоздалыми и ослабленными реакциями центра насыщения в результате психологических перегрузок.

ЭНДОРФИНЫ - это вещества, сходные по действию с опиоидными наркотиками. Действуя на соответствующие рецепторы центров голода и насыщения, они способствуют насыщению или обострению чувства голода в организме. Переедая, мы становимся зависимыми от пищевых продуктов точно так же, как страдающие алкогольной зависимостью - от приема алкоголя, наркоманы – от наркотических веществ.

Люди, склонные к избыточному весу, едят чаще других, стараются перекусить между завтраком, обедом и ужином, предпочитают в рационе жирную и сладкую пищу. Обычно они едят быстро, откусывая большие куски, то есть, поглощая большое количество пищи в короткий промежуток времени. Основными правилами желающего похудеть, должны быть:

1. Внимание к режиму приема пищи.

Не ужинать после 18 часов, если хочется пить, то можно принимать нежирный кефир, сок, воду, немного свежих фруктов или овощей. Со временем эта потребность пройдет: лишний вес часто становится следствием психологических проблем. Мы «заедаем» наши проблемы, тем самым, нарушая регуляцию аппетита.

· Не есть «по привычке», когда нет чувства голода, не перекусывать между приемами пищи;

· Тщательно пережевывать пищу. В рацион питания ввести больше зелени, овощей, фруктов, которые по объему будут заполнять желудок, давая чувство насыщения, но не добавят калорий;

· Уменьшить употребление хлебобулочных изделий, сладостей, жареного (мы незаметно принимаем много жиров, которые используются при жарке). Для полноценного переваривания не запивать пищу, а пить чай и другие жидкости за 15 минут до еды или через 2 часа после еды.

2. Повышенная двигательная активность.

Если возможно, больше ходите, занимайтесь спортивными упражнениями. Это способствует расходу энергии жиров, выработке в организме эндорфина, который позволяет чувствовать себя комфортно, снизить потребность в пище.

Не нужно начинать борьбу с лишним весом разгрузочной диетой. Разумнее разобраться с жизненной и физической активностью, чем и как вы питаетесь, а также с вашим психологическим равновесием.

Желаем успеха!

Смехотерапия

Врачи шутят

Симптомы

Врач - пациенту:

- А скажите, вы разговариваете во сне?

- Скорее наоборот - я разговариваю, когда другие спят.

- Это как?

- Я ведь лектор!

Диалог

Врач пациенту:

- Так-с, голубчик... И что же с вами?

Пациент, воздевая руки к небу:

- И он учился шесть лет, чтобы я сам ему говорил свой диагноз!

Строгий врач

Врач - пациенту, глядя в историю болезни:

- Э-э, батенька, с сегодняшнего дня бросайте курить - положение серьезное!

- Доктор, но я не курю! Не люблю.

- Да? Тогда ни капли спиртного!

- Но, доктор, я не пью! Не люблю!

- Да??... Но что-нибудь вы любите!!??

- Картошку...

- Так вот! С сегодняшнего дня я вам решительно запрещаю… есть картошку!!!

Рецепт долголетия

- Как прожить до 100 лет?

- Очень просто: выпивайте каждое утро по чашке горячего чая в течение 62400 недель

Поздравляем с Великим праздником Святой Троицы!

С престольным праздником поздравляем Настоятельницу матушку игуменью Ксению с сестрами Свято-Троицкого Ново-Голутвина монастыря, настоятелей храмов в честь Святой Троицы г. Коломны о. Владимира Пахачева и о. Вадима Маркина, клириков, прихожан, читателей газеты, всех православных христиан!

Православное медицинское общество в честь святой блаженной Ксении Петербургской г. Коломны.

МОЛИТВА КО ПРЕСВЯТОЙ ТРОИЦЕ

От сна восстав, благодарю Тя, Святая Троице, яко многия ради Твоея благости и долготерпения не прогневался еси на мя, лениваго и грешнаго, ниже погубил мя еси со беззаконьми моими; но человеколюбствовал еси обычно и в нечаянии лежащаго воздвигл мя еси, во еже утреневати и славословити державу Твою. И ныне просвети мои очи мысленныя, отверзи моя уста поучатися словесем Твоим, и разумети заповеди Твоя, и творити волю Твою, и пети Тя во исповедании сердечнем, и воспевати всесвятое имя Твое, Отца и Сына и Святаго Духа, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

На иконах преподобного Агапита обычно изображают на фоне сада лекарственных растений. Святой – покровитель врачей, помощник в лечении различных болезней. 14 июня – день памяти покровителя медиков выдающегося врача Киевской Руси преподобного Агапита Печерского, мощи которого более девяти столетий покоятся в Ближних пещерах Киево - Печерской Лавры.

Небесные покровители

Святой Агапит

Врач («лечец») безмездный, родом из Киева, постриженик и ученик преподобного Антония Печерского, жил в Киево-Печерском монастыре в XI веке. Если кто из монастырской братии заболевал, преподобный Агапит приходил к нему и самоотверженно ухаживал за больным, служил ему: поднимал, укладывал, выносил на своих руках, и непрестанно молил Бога об исцелении недужного, кормил вареной травой, которую готовил сам, и больной выздоравливал по молитве преподобного.

К монастырскому врачу, обладавшему даром исцеления, обращались за помощью и многие миряне. Лечил он даром, не брал никакой мзды – «безмездно». В то время жил в Киеве врач, происхождением и верою армянин, настолько искусный в своем деле, что раньше не было равного ему. Достаточно было ему взглянуть на больного, как он тотчас узнавал и объявлял день и час его кончины, и всегда безошибочно; такого больного он уже ни за что не хотел лечить.

Один из больных такого рода, первый боярин у великого князя Всеволода, которого армянин поверг в отчаяние, предсказав смерть чрез восемь дней, был принесен в Печерский монастырь. Но блаженный Агапит, сотворив молитву о нем, дал ему в пищу трав и больной выздоровел.

И прошла о блаженном Агапите слава по всей земле русской. Разжигаемый завистью врач хотел отравить Агапита, но Господь сохранил преподобного, и яд не подействовал.

Святой Агапит исцелил Черниговского князя Владимира Мономаха, будущего великого князя Киевского, прислав ему снадобье из трав - вареное былие. Благодарный князь сам пришел в монастырь и хотел видеть своего целителя, но смиренный подвижник скрылся и не принял даров.

После многих богоугодных трудов и подвигов, впал в болезнь и сам безмездный врач, блаженный старец Агапит. Узнав об этом, врач-армянин пришел посетить его и начал спорить с ним о врачебном искусстве, спрашивая, каким средством лечится недуг Агапита.

Блаженный Агапит отвечал:

-Тем, каким подает здравие Сам Господь, врач души и тела.

Армянин счёл его совершенно не знающим врачевания и сказал сопровождавшим его:

-Он ничего не знает в нашем искусстве.

Потом, взял его за руку и сказал:

-Говорю истину: на третий день он умрёт.

Блаженный Агапит ответил:

- Так вот способ твоего врачевания: больше говорить о смерти, чем о помощи! Если ты искусен, дай мне жизнь; если не можешь этого, зачем унижаешь меня и осуждаешь на смерть в третий день? Меня же известил Господь, что через три месяца отойду я к Нему.

Снова сказал ему армянин:

-Вот ты уже весь изменился; такие никогда не выживают дольше трех дней.

При этом он дал обет стать православным монахом, если его предсказание не исполнится.

Святой Агапит умер через 3 месяца, а армянин пришел к игумену Печерского монастыря, покаялся и принял монашеский постриг. “Верно, что Агапит— угодник Божий,— сказал он.— Я хорошо знал, что нельзя ему было при болезни его пережить трех дней, а Господь дал ему три месяца”. Так преподобный излечил душевный недуг этого врача, и направил на путь спасения.

Из духовного фонда

Преподобный Силуан Афонский

Окончание, начало в № 3, 5 2006 г.

О борьбе с помыслами

За долгие годы тяжелой борьбы, Блаженный Старец приобрел силу стоять умом в Боге, отвергая приходящие помыслы. «Ум с умом борется…наш ум – с умом врага… Враг пал гордостью и воображением, туда же он и нас влечет….В этой брани нужно большое мужество…Господь оставляет Своего раба побороться, а Сам смотрит на него, как смотрел на преподобного Антония, когда тот боролся с бесами».

Святые научились брани с врагом, они знали, что враги действуют обманом через помыслы, и потому всю жизнь не принимали помыслов; помысл сначала приходит по виду неплохой, но потом он оторвет ум от молитвы и дальше начнет запутывать, поэтому необходимо всякие помыслы отвергать, хотя бы и хорошие по виду, но иметь ум чистым в Боге…А если все же придет помысл, то не надо смущаться, но крепко уповать на Бога и пребывать в молитве… Не должно смущаться, потому что враг радуется нашему смущению… Молитесь, и помысл отойдет…Это путь святых.

Гордость не знает конца своим притязаниям. Вот образная притча о гордости.

Один охотник любил ходить в лес и в поле за добычею. Однажды долго восходил он на высокую гору, выслеживая зверя, и, утомившись, сел на большом камне отдохнуть. Увидав стаю птиц, перелетавших с одной высоты на другую, он стал думать: «Почему Бог не дал крыльев человеку, чтобы мог он летать?» В это время тем местом проходил смиренный отшельник и, узнав мысли охотника, сказал ему:

«Вот ты помышляешь, что Бог не дал тебе крыльев; но если тебе дать крылья, то ты все равно не будешь доволен и скажешь: «Крылья мои слабы, и я не могу с ними долететь до неба, чтобы увидеть, что есть там»; и если тебе будут даны такие сильные крылья, чтобы ты мог подняться до неба, то и тогда ты будешь недоволен и скажешь: «Я не разумею, что здесь происходит». И если тебе будет дан разум, то опять ты не будешь доволен и скажешь: «Почему я не ангел?» И если тебя сделают ангелом, то ты снова будешь недоволен и скажешь: «Почему я не херувим?» И если ты станешь херувимом, то ты скажешь: «Почему Бог не дал мне управлять небом?» И если дано тебе будет управлять небом, то и тогда ты не удовлетворишься и, как некто другой, дерзко взыщешь большего. Поэтому всегда смиряй себя и будь доволен тем, что тебе дарует ся, и тогда будешь жить с Богом». Охотник увидел, что отшельник сказал истину, и возблагодарил Бога, что послал ему монаха, который вразумил его и открыл ему путь смирения».

Старец настойчиво подчеркивал, что путь Святых состоит в том, чтобы, смиряя себя, очистить ум свой от всякого воображения. Святые говорили: « Я буду мучиться во аде». И это несмотря на то, что творили чудеса. Они опытом познали, что если душа осудит себя во ад, но будет вместе надеяться на милосердие Божие, то сила Божия приходит в душу, и дух Святой ясно свидетельствует спасение. Чрез самоосуждение душа смиряется, и уже нет в ней никаких помыслов, но чистым умом предстоит она Богу.

Вот мудрость духовная.

Землю железом сверлит человек, чтобы из недр ее добыть нефть, и достигает поставленной цели. Небо рассудком сверлит человек, чтобы похитить огонь божества, но отвергается Богом за гордость.

Божественные созерцания даются человеку не тогда, когда он их, и именно их, ищет, а тогда, когда душа сойдет во ад покаяния и действительно ощутит себя хуже всей твари.

«Старец Силуан»

Живый в помощи

СИЛА ПРОЩЕНИЯ

Для чего посылается чудо?

Тысяча девятьсот девяносто девятый год. В Чечню приехал священник. Сейчас происходят очень благодатные изменения, потому что батюшки зачастили на войну. Это просто Божий промысел. Это очень сильно сказывается на благополучном исходе боевых операций.

В одном десантном полку священник крестил ребят-десантников. Очередь подходит одному офицеру из штаба, и он говорит: «Я по-своему понимаю веру. У меня свой Бог, я креститься не буду».

И здесь восемнадцатилетние ребятишки – а вы знаете, на войне взрослеют мгновенно, там день идет за три, год идет за век, – и вот эти ребятишки подошли к этому офицеру и спокойно сказали: «Товарищ командир, если вы креститься не будете, мы с вами в бой не пойдем». Офицер покрестился со словами: «Ну если вы так хотите…» В ближайшем же бою пуля попадает ему в голову, делает два прохода, падает в рот, и он ее выплевывает. Сегодня этот офицер носит эту пулю вместе с крестом на груди, не снимая. И служит в одном из храмов на севере Москвы. Таких чудес очень много. Надо просто уметь их видеть и понимать, для чего Господь посылает это чудо.

Виктор Николаев, ветеран Афганской войны, член Союза писателей России, лауреат литературных премий «Честь имею», «Прохоровское поле», Большой литературной премии России 2002 г., автор книги «Живый в помощи»» об Афганской войне и повести «Из рода в род», о судьбах людей попавших в заключение.

Сила прощения

Однажды в Афганистане мы оказались в засаде. У нас в группе было двенадцать человек. Из двенадцати двое были убиты и почти все ранены. Мы оказались в непроходимом ущелье. «Духи» шли с нами след в след. Было понятно, что уйти не удастся. Решение одно: принять последний бой. Это нормальная ситуация войны. Поделили патроны. Определили, кто кого добивает, на тот случай, если вдруг не будет сил в последний миг, чтобы не попасть в плен. Пересчитали боезапасы. Воткнули перед собой штык-ножи и стали ждать.

Прошло пять минут – «духов» нет. Десять минут – «духов» нет. Пятнадцать – нет. И вдруг мы, не осознавая до конца смысла произошедшего, грязные, все в крови, уткнувшись лицом в песок и камни, стали шепотом друг у друга просить прощения. «Леха, ты помнишь, я тебя тогда обидел, ты прости меня…» – «Сашка, ты помнишь, я у тебя тогда что-то взял и не отдал. Нам жить осталось секунды, ты прости мне этот грех…»

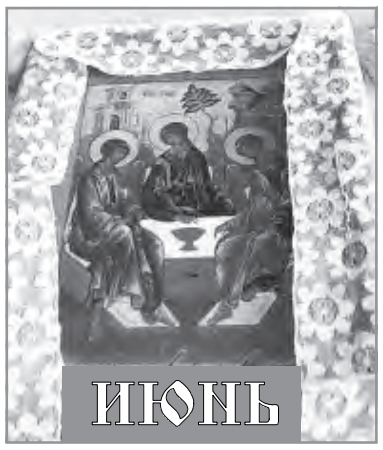
И пока мы так примитивно каялись друг другу в своих грехах, произошло, видимо, то, для чего нам было это ниспослано. «Духи» прошли мимо, почти наступив на нас – они нас не заметили.

Я вам хочу сказать, что такова сила покаяния, такова сила прощения заблудшего дитя у отца и матери, что враг пройдет мимо этой семьи. Пройдет мимо этой семьи любая неудача и невзгоды, все минует, если ты скажешь «прости». На это надо тоже набраться сил. Это тоже мужественный поступок.

Продолжение в следующем номере

Журнал «Град духовный», Санкт-Петербург.

Записала Нонна Корженкова



1 июня- Вознесение Господа нашего Иисуса Христа. Св.блгв. кн. Димитрия Донского.

3 июня – Владимирской иконы Божией Матери. Равноапостольных Константина и Елены.

Равноапостольные Константин и Елена прославились прекращением гонений на христиан и обретением Животворящего Креста Господня. В 323г. св. Константин Великий издал «Указ о веротерпимости», а в 326 г. его мать, св. Елена обрела Крест Христов и был учрежден праздник Воздвижения. Она приказала восстановить все места, связанные с земной жизнью Господа и Его Пречистой Матери и заложила храм Гроба Господня.

7 июня – Третье обретение главы Предтечи и Крестителя Господня Иоанна. (850г.) В видении патриарху явился святитель Иоанн Златоуст, умерший в ссылке, в г. Команы и указал место, где находится глава Иоанна. Из Команы святая глава была торжественно доставлена в Константинополь. Часть ее позже была отправлена в Грецию, и хранится теперь на Афоне.

9 июня – Великий двунадесятый праздник Вознесения Господня. Совершается на 40 день после праздника Святой Пасхи – Воскресения Господня. В этот день Господь, дав обещание ученикам о ниспослании Святого Духа, взошёл с учениками на Елеонскую гору и, благословив их, вознесся на небо.

10 июня – Троицкая родительская суббота. 15-летие интронизации Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Алексея II.

11 июня – Великий двунадесятый праздник – День Святой Троицы.

Память Святителя Луки (Войно-Ясенецкого).

12 июня – День Святого Духа .

19 июня – *Начало Петрова поста.* Петров пост начинается через неделю после Троицы. Оканчивается 12 июля, в праздник святых Первоверховных апостолов Петра и Павла, поэтому называется еще и Апостольским.

22 июня – Всех святых в земле Российской просиявших.

26 июня – Всех Святых.

ПРОГРАММА ПРАВОСЛАВНЫХ ПЕРЕДАЧ радиостанции “БЛАГО” 102,3 FM передачи можно слушать в интернете WWW.radioblago.ru

00:00-Псалтирь
03:20-Евангелие
06:00-Утренние молитвы
06:28-Литургия
07:20 и 19:00-передача”Свободный Университет”
(курс лекций
читает профессор МДА А.И.Осипов)
14:30-передача “Портрет мастера”
10:00 и 15:00 и 22:00-передача “Граждане неба”
14:00 и 21:00 “Россия сквозь века”
(курс лекций
по истории Вселенской Церкви
читает В.М.Еремина)
16:30-Литературные чтения
18:00-Вечернее Богослужение-Всенощная
20:30-передача для детей “Сказка за сказкой”
22:30-Вечерние молитвы
В субботу и воскресение в 08:00 и 20:00 передача “Архиепископ Аверкий. Толкование на Евангелие”.
Читает Станислав Федосов.

В остальное время радиостанция транслирует лучшие произведения русской и мировой классики.

Медицинский ВЕСТНИК

Учредители: Православное общество врачей г. Коломны, Медицинский центр св. блж. Ксении Петербургской.
Телефон экстренной помощи 14-27-44.
Гл. редактор А.Г. Кульша.
Ред. коллегия: Сивова Л.П., Коробов В.М., Вавилова М.Н., Варфоломеева Л.Г.
Газета выходит 1 раз в месяц. Объем 1 печатный лист.
Тираж 999. Заказ 2037.

Отпечатано в ГУП “Коломенская типография”, ул. III Интренационала, д. 2а. Газета издается на пожертвования прихожан Свято-Троицкого Ново-Голутвина монастыря.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Присылайте в редакцию свои вопросы и на медицинские темы, и на темы юридические, связанные с медициной. Ждем от вас статьи, стихи, интересные случаи из жизни, из практики, воспоминания о врачах, стоявших у истоков развития коломенской медицины.

Наш адрес: 140400, г. Коломна, ул. Лазарева, д. 11а.
Тел.: (261) 4-27-44. Факс: (261) 2-07-07. эл. почта: Medical_center@novogolutvin.ru
www.novogolutvin.ru