

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

Издается по благословию Высокопреосвященнейшего Митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия

Дорога к храму

И Московский государственный медицинский университет имени И. М. Сеченова – один из ведущих в России. Интервью с хирургом-онкологом высшей категории, профессором кафедры факультетской хирургии доктором медицинских наук Татьяной Витальевной Хоробрых опубликовано несколько дней назад на сайте Православие.ру и надеемся будет интересно нашим читателям.

В рабочем кабинете Т. В. Хоробрых не только рентгеновские снимки, дипломы, монографии, но и иконы, на столе профессора – Евангелие и Псалтырь.

– Татьяна Витальевна, у Вас в кабинете много вещей, по которым очевидно, что Вы религиозный человек. Не так часто можно встретить верующего врача вашего уровня.

– Это неправда. Много верующих. И большинство пациентов старшего поколения все-таки были крещены. Просто они невоцерковленные люди. Этим людям обычно достаточно совета, многие с удовольствием идут в больничный храм перед операцией, иногда впервые в жизни.

– Воцерковляться начинают, когда горе какое-то обрушивается?

– Да, получается, что нужно, чтобы горе какое-то пришло, тогда человек, не взирая на общественное мнение, идет в Церковь.

– Мне рассказывали, что вы пациентов иногда мажете церковным маслом. Вы как-то объясняете неверующим людям смысл этого?

– И не иногда, а каждое утро всех оперированных и всех перед операцией помазываю освященным маслом. Все всё понимают.

– Всех? И даже мусульман и иудеев?

– Всех! Больные просят обязательно помазать.

– А как настроить пациента, который испытывает страх перед операцией? Ведь это большой стресс для некоторых.

– Для всех! Не может человек не бояться! Это нормально. А как настроить? Надо молиться.

– Но не все, вероятно, могут молиться?

– Все могут. Хорошо получается.

Человеку нужно взять благословение на операцию, Причаститься, Собороваться. Мы часто батюшку сюда зовем. На моей памяти трех больных крестили перед операцией буквально, уже на каталке. Народ, когда оказывается на грани жизни и смерти, к Богу поворачивается. И очень многим людям в этот момент многое открывается.

Потом кто-то забывает, но многие в храм идут. Главный храм нашего Клинического городка – церковь Архистратига Михаила, – это место намоленное.

– Татьяна Витальевна, все люди разные. Как они реагируют на диагноз, тем более такой, как рак?

– Есть классические стадии. Сначала полное отрицание болезни – особенно к этому склонны молодые социально адаптированные люди. Потом ужас. Человек, с одной стороны, начинает моментально готовиться к смерти, пытается судорожно устроить свои дела. А с другой – хватается за любую соломинку, которая, как ему кажется, поможет выкарабкаться. Причем иногда он думает, что за деньги ему помогут получить максимально эффективную помощь в одну минуту.

– А врач обязан сообщить больному, что у него рак?



– Прежде психику больного щадили. Никто и никогда больному про рак в лоб не говорил. Врачи прекрасно понимали, что человек, узнав, может и в окно выйти. Сейчас мы должны действовать по западной схеме и сообщать больному, что с ним, – к этому нас обязывает законодательство. Но всё равно мы стараемся от больного диагноз по возможности скрыть, в основном сообщаем родственникам. Когда говоришь человеку, что у него рак, получается, что ты перекадываешь груз ответственности за него, больного, которого ты берешься оперировать перед Богом, на него самого.

– Люди, узнав про рак, вспоминают о Боге?

– Вспоминают, что когда-то были крещены.

– Но, если, несмотря на лечение, человек всё равно умирает?

– Главное, мы поможем больному, облегчим его боль, он будет жить достойно... Мы все когда-нибудь умрем... А душа ведь бессмертна.

– Некоторые врачи советуют подопечным полюбить свою болезнь, подружиться с ней. Как же правильно относиться к болезни?

– Не знаю, какой смысл любить ее. Это что-то нехорошее. Да, святые отцы говорили, что болезнь нужно принимать как посланное от Бога испытание.

Преподобный Паисий Святогорец воспринимал ее как благодать. Но, с другой стороны, Господь ведь исцелял. Он не оставлял человека. Мы поставлены лечить людей, и поставлены от Господа – Врача.

Другое дело, что болезнь всегда заставляет человека вспомнить, что он крещен. Мы и молитвы раздаем, книги. Принесешь кипу книжек и брошюр – за месяц они потихоньку расходятся. Люди открывают для себя то, что в другой си-

Православие и медицина

туации бы никогда не открыли.

Любить болезнь? Мы жизнь любим. Только жизнь должна быть нормальной с христианской точки зрения, она должна быть полноценной. А болезнь со смирением, конечно, надо принимать.

– Скоро начнется Рождественский пост, потому хотелось бы спросить вас как профессионала: какие ошибки нельзя допускать в рационе поста?

– Человек жив не только пищей физической. Пища духовная гораздо важнее. Есть Причастие, есть молитва. И мы знаем, какие чудеса возможны. Святые действительно на одних сухарях жили. Но это святые! А мы? У нас одна гордыня. Как мы подходим к посту? «Я мясо не ем, я животного белка не ем, хоть застрелите меня. Но при этом я буду постные пряники есть мешками и картошку», так что будет во мне 120 кг жира! Это разве прибавит здоровья? Ведь сразу появятся диабет, гипертония, будут тяжелые дистрофические изменения тазобедренных и коленных суставов. Обычное дело при избыточном весе. Многие формально пост соблюдают, ублажают свой организм сладостями, канонически не оговоренными.

Если кому-то нужны какие-то послабления, то воцерковленный человек все проблемы спокойно решает у духовника.

– Для многих фастфуд – чуть ли не единственная пища...

– Это ужасно. И это уже привычка. Фастфуд – это путь ко всем ракам пищеварительной системы. Это дорога к ожирению, прямая дорога. Хуже ничего быть не может.

Но ведь сейчас выяснилось, что и ряженка у нас на пальмовом масле, и другие молочные продукты – на пальмовом масле, которое было придумано для технических целей, а не для того, чтобы эти канцерогены люди ели. Государственный контроль за продуктами питания утрачен!

– Известно, что печень имеет одно уникальное свойство – восстанавливаться. Многие употребляют алкоголь, будучи уверенными, что печень всё стерпит. Когда печень перестает терпеть?

– Она на самом деле очень быстро перестает терпеть, просто она не жалуется до последнего.

А алкоголь – это кумулятивный нейротропный яд. И он потихонечку накапливается, накапливается. А потом развивается цирроз и гибель больного...

– Сердобольные родители, бабушки любят закармливать своих детей и внуков. Расхожая фраза: «Пока всё не съешь, из-за стола не выйдешь». Выходит, что малыши уже с детства приучаются переедать?

– Приучаются. Люди не могут уже сдерживать себя в еде. Соблазнов много. Когда бежит народ и на ходу жуёт, такого быть не должно. Пища – это дар Божий, и ее нужно принимать соответствующим образом, а не на ходу и в спешке. А как воцерковленному человеку есть без благодарения Богу?

– Что бы вы могли посоветовать нашим читателям относительно здорового питания? Сегодня об этом много говорят, но, может быть, какой-то секрет есть у вас?

– Святые отцы учат, что если ты встал из-за стола и тебе хочется молиться, то ты нормально поел.

С профессором Татьяной Витальевной Хоробрых беседовал Н. Филатов, по материалам Православие.ру

21 октября 2015 год

ЧИТАЙТЕ
В НОМЕРЕ



Стр 1-2

ПРОФЕССОР
Т. В. ХОРОБРЫХ
«ДОРОГА К ХРАМУ»



Стр 2

ПОЗДРАВЛЯЕМ
С ЮБИЛЕЕМ
ЗАСЛУЖЕННОГО
ВРАЧА
Е. Д. ЛИХАЧЕВУ
«БЫТЬ НУЖНОЙ
ЛЮДЯМ»



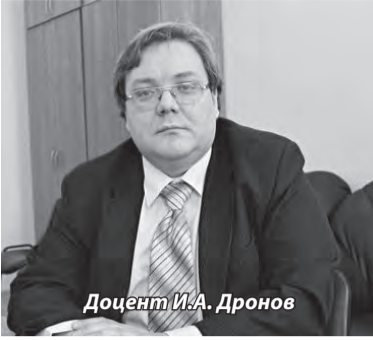
Стр 3-4

ПСИХОЛОГ
М. И. ХАСЬМИНСКИЙ
«ТРЕНИНГ ГОРДОСТИ»

СТАРЕЦ
ПАИСИЙ
СВЯТОГОРЕЦ



Антибиотики: современное состояние вопроса



Доцент И.А. Дронов

На очередной конференции Общества Православных врачей с докладом «Антибактериальная терапия: современное состояние вопроса» выступил доцент кафедры детских болезней 1 Московского медицинского университета им. И. М. Мечникова кнн И. А. Дронов.

Иван Анатольевич рассказал об истории открытия антибиотиков.

В 1928 году британский микробиолог Александр Флеминг обнаружил, что колонии бактерий вокруг плесневых грибов стали прозрачными из-за разрушения клеток. Флемингу удалось выделить активное вещество, разрушающее бактерии – пенициллин.

Применение антибиотиков резко сократило число гнойных осложнений при различных инфекциях и спасло жизнь многих людей. И до сих пор антимикробные препараты это наиболее часто и широко применяемые лекарственные средства. Но со временем было обнаружено, что антимикробные препараты – единственный класс лекарственных средств, активность

которых при частом применении уменьшается.

О проблеме устойчивости к антибиотикам говорилось в докладе ВОЗ от 30.04.2014 года. Доклад содержит самую полную на сегодняшний день картину устойчивости к антибиотикам с учетом данных, полученных из 114 стран: «наш мир вступает в эпоху, когда антибиотики теряют эффективность, и обычные инфекции и небольшие травмы, которые можно было излечивать в течение многих десятилетий, сейчас могут снова убивать. Эта серьезная опасность уже не представляет собой лишь прогноз на будущее, поскольку она уже проявляется прямо сейчас в каждом регионе мира и может отрицательно сказаться на каждом, независимо от возраста».

Резистентность (устойчивость) к антибиотикам формируется во многом в результате бесконтрольного применения антимикробных препаратов. Кроме того, резистентность значительно увеличивается из-за широкого применения антимикробных препаратов в промышленности, сельском хозяйстве и ветеринарии.

В проблеме изучения причин резистентности было сделано открытие. 90% бактерий обладают способностью формировать биопленки. Биопленка – это тончайшая слизистая оболочка, окружающая колонию бактериальных клеток. Находясь в составе биопленки, бактерии защищены от воздействия

многих антибиотиков и иммунных факторов. Каким образом?

Бактерии способны продуцировать вещества, которые разрушают антибиотик. Они способны изменять строение своей клеточной стенки и становится непроницаемыми для них и активно выводить попавший в клетку антибиотик. Они изменяют структуру белка, к которой должен прикрепиться антибиотик. Все эти факторы приводят к резкому сокращению проникновения антибиотика через биопленку бактерий и формированию хронических инфекций.

Для изменения картины необходимо назначать антибиотики по строгим показаниям. В первую очередь – это инфекционные заболевания с высокой лихорадкой (температура выше 38 градусов).

В остальных случаях заболевания являются вирусной этиологией и рациональная терапия ОРВИ предупредит развитие бактериальных осложнений.

Примером необоснованного применения антибиотиков может быть назначение их при тонзиллофарингите вирусной этиологии. Это необоснованно и опасно: в данном случае, антибиотики не предупреждают развитие осложнений, могут привести к развитию нежелательных лекарственных реакций, способствуют росту устойчивости бактерий к антибактериальной терапии.

Однако, проведенные международные исследования показы-

вают, что антибиотики назначают более 70% пациентам с болью в горле.

В детской Коломенской поликлинике по данным экспресс-диагностики было установлено, что только в 20% случаев причиной воспаления горла является стрептококк, и только в этих случаях показано назначение антибиотиков. На практике антибиотики назначаются в 80–90% пациентов с тонзиллофарингитом. Пока метод экспресс диагностики не внедрен в общую врачебную практику, для клинической диагностики стрептококкового тонзиллофарингита рекомендуется использовать балльную шкалу Мак Айзека.

Критерий	
Температура выше 38 град	+1
Отсутствие кашля	+1
Увеличение и отечность лимфоузлов	+1
Отечность миндалин и наличие в них экссудата	+1
Возраст от 3 до 14 лет	+1

При оценке в 1 балл вероятность стрептококкового тонзиллофарингита составляет 5–10%, 2 балла - 11–17%, 3 балла - 28–35%, 4 балла и более – 50%

Свое выступление И. А. Дронов закончил словами член-корр. АМН СССР, основателя учения о сепсисе, В. Г. Бочоришвили: «Если антибиотик не показан, то он противопоказан».

Коломенского врача-уролога Елену Дмитриевну Лихачёву знают многие. Находясь на лечении в урологическом отделении горбольницы, я слышал о ней отзывы как о специалисте высокой квалификации. И теперь состоялось наше знакомство.

Елена Дмитриевна родилась в деревне Высоково под Сергиевым Посадом. Отец, Дмитрий Андреевич, работал электриком.

Мама, Варвара Васильевна была учителем начальных классов. Мама сама мечтала стать медиком, в 4 классе в сочинении написала: «Хочу стать доктором медицинских наук», но не судьба. Своей профессией учителя она гордилась, приговаривая: «не пришлось лечить, стала учить».

Детские годы пришлось на военное лихолетье. «Запомнились радостные события, когда в январе 1942 года погнали фашистов от Москвы, а первого сентября я пошла в школу», – вспоминает Елена Дмитриевна. В 1947 году семья переехала в Коломну. В 1953 году, окончив школу, с аттестатом и добрым напутствием мамы поехала в столицу сдавать документы для поступления во II Московский медицинский институт имени Н.И. Пирогова, несмотря на большой конкурс, поступила и в 1959 году окончила, с дипломом с отличием. Направили в Сибирь, в Кемерово. В областном отделе здравоохранения молодому врачу предложили место заведующей хирургическим отделением в больнице большого транспортно-узла Мандыбаш.

В посёлке, с 15-тысячным населением, кроме гражданских лиц, лечила и осуждённых. С благодарностью вспоминала тогда преподавателей института, которые всему научили. Хирургическое отделение было на 30 коек. Каких только больных не оперировала. С тяжёлыми травмами, грыжей, аппендицитом,

прободной язвой желудка. Из Кемерово приехали проверяющие, ознакомились с работой хирургического отделения, удивились, что к молодой заведующей не нашлось замечаний.

Там, в Сибири вышла замуж. Во время свадебного торжества вызвали в больницу. Срочно требовалась операция. Прооперировала и на свою свадьбу успела.

Быть нужной людям...



Заслуженный врач Е.Д. Лихачёва

В 1962 году Елена Дмитриевна возвратилась в Коломну. Главный врач ЦРБ Павел Михайлович Гришин, приняв на работу, сразу направил на учёбу в МОНКИ на 4-х месячные курсы по урологии. «В этом же году, – продолжает вспоминать Елена Дмитриевна, – прекрасная хирург Анна Андреевна Головина, участница Великой Отечественной войны, основала урологическое отделение на 30 коек. В беседе со мной сказала: «Лена, хоть ты молодая, но у тебя большой опыт работы хирурга, и я рекомендую тебя на должность заведующей урологическим отделением». Было нелегко: утром обход больных, потом операция, приём в поликлинике. Врачи знают, что это такое». Один из пациентов, Игорь Иванович Конов (бывший начальник бюро станков программного управления Коломенского тепловозостроительного завода) с благодарностью говорит: «У Елены Дмитриевны золотые руки. При сложной операции на

почке, сохранила её, вернула мне здоровье. О таких говорят: «Врач от Бога»».

В то время на приёме с Еленой Дмитриевной работала медсестра Анна Григорьевна Печникова. Она вспоминает: «Тогда было сложнее, чем сейчас. Не было УЗИ, пациенты приходили после операции на прием: врач их осматривал, медсестра делала перевязки, промывала трубки. Сейчас всё это делают в стационаре. Елена Дмитриевна обладала большим трудолюбием, очень скромная, никогда не повышала голоса».

Елена Дмитриевна о себе говорит мало, больше о коллегах: «В жизни мне везло на хороших людей. Рядом со мной, у операционного стола стояли такие замечательные доктора как Александр Алексеевич Веселкин, Алексей Яковлевич Шапкин, Василий Владимирович Пуздрач. Позже пришли Олег Игоревич Зур, Татьяна Алексеевна Матях. Они всегда боролись за жизнь больных, поднимали авторитет урологического отделения. Пришедшим на смену нынешним врачам, желаю успеха в работе».

В 2005 году, в год 70-летия



Врачи Т.А. Матях и Е.Д. Лихачёва

Елены Дмитриевны, коллектив Коломенской ЦРБ торжественно проводил её на заслуженный отдых, но ненадолго. Главный врач Медсанчасти тепловозостроительного завода Олег Петрович Фонин предложил работу уролога, и еще

Коломенские врачи

10 лет трудилась в поликлинике медсанчасти. Елена Дмитриевна воспитала двух сыновей-близнецов. Оба окончили Коломенское артиллерийское училище, теперь уже офицеры в отставке. Теперь она окружена любовью внуков.

Елена Дмитриевна заслуженный медицинский работник Московской области, почётный доктор России. И еще коллеги знают, что она пишет замечательные стихи.

«...И только то, что в жизни сделал, Какой ты след оставил свой, Зачтется всем на свете том и этом. И сохранится в памяти людской. ...Хочу еще людям нужной быть, Добро для них творить. Да много чего хочу, Просто я жизнь люблю!»

И в канун своего Юбилея, Елена Дмитриевна провела бессонную ночь у постели больного.

– Елена Дмитриевна, сейчас много говорят о синдроме хронической усталости, неотъемлемом от профессии врача.

– Я с этим не согласна.

– Но Вы более полувека работали врачом...

– И не устала. Надо просто хорошо относиться к людям, не жалеть себя.

В. Тимофеев

Дорогая Елена Дмитриевна, примите наши поздравления с Юбилеем! От имени коллег и пациентов благодарим Вас за многолетний труд, за помощь всем, кто к Вам обращается, за доброе сердце, терпение, мудрость, за любовь к своей профессии. Многая Вам лета, здоровья и во всем помощи Божией!

Врачи Православного медицинского центра им. святой блаженной Ксении Петербургской и Общества православных врачей г. Коломны.

Фитотерапия



ГВОЗДИКА

Родина гвоздичного дерева (Сигиум ароматный) – Индонезия. Это дерево относится к семейству миртовых и имеет пирамидальную форму с пышной кроной. В высоту достигает до 20-ти метров. Дерево вечнозеленое, живет до 90–100 лет. Цветки собираются в полузонтик и образуют метельчатые соцветия на концах ветвей. Бутоны имеют такую же вытянутую форму. Именно их и собирают для получения пряности.

Лечебные свойства гвоздичных бутонов были известны еще до нашей эры. Местное население использовало эти плоды от зубной боли. В Китае существовал этикет – необходимо обязательно пожевать гвоздику, прежде чем идти к императору на прием. В средневековой Европе, во время эпидемии чумы, гвоздику в виде амулета носили на шее, ее жевали, когда посещали больных чумой.

Состав и лечебные свойства

В гвоздике содержится вещество эвгенол – сильнейший антисептик. Также, гвоздика широко применяется, как средство, возбуждающее аппетит, стимулирующее работу пищеварения. В наше время гвоздику используют для лечения метеоризма, бронхита, тошноты, простуды, артрита, ревматизма, поноса, умственной усталости. Зубная боль, кишечная боль, кишечные паразиты, легочные заболевания с успехом лечатся семенами гвоздичного дерева.

Применение в народной медицине

При кишечных, желудочных болях, рвоте или тошноте: 1 ч. л. меда смешать с 1–2 каплями гвоздичного масла и съесть.

При невралгических болях, ревматизме, умственной усталости: Принимать теплые ванны с 4–5 каплями гвоздичного масла.

При гипертонии:

40 бутонов гвоздичного дерева залить 4 стаканами кипятка. Поставить на огонь и кипятить, пока не останется 0,5 л жидкости. Полученный отвар перелить в банку и пить по 1 ст. л. 3 раза в день. Утром принимать натощак, в течение дня – перед едой. Курс лечения – 3–4 месяца, но давление нормализуется очень стойко.

При бронхите

В 0,5 литра кипятка капнуть 5–7 капель гвоздичного масла и делать ингаляции паром.

При зубной боли

На ватный тампон капнуть 2–3 капли гвоздичного масла и приложить к больному зубу.

При артрических болях

В массажное масло добавить несколько капель гвоздичного масла и разминать больные суставы.

Для устранения плохого запаха изо рта: пожевать 2 сухих бутона гвоздичного дерева. Или приготовить настой – 8–10 штук гвоздик заварить в 200 граммах воды, настоять и полоскать этим отваром рот 3–4 раза за день. Хорошо снимает воспаление десен.

Обязательно соблюдать предписанные нормы. При передозировке возможны расстройства психики и нервной системы, а также, интоксикация организма.

Из книги «Домашняя фитотерапия»

«Муж занимается на курсах «Академии персонального лидерства» в Москве, заплатил 80 000 рублей. Он уверяет, что мне тоже надо прийти на занятия его группы. Муж говорит, что благотворительно Академия помогает больным детям, а своими детьми перестал заниматься, у нас долги, а он ушел с работы, взял кредит на полмиллиона рублей, полностью посвятил себя деятельности в этой организации. Почему так происходит?» – обратилась к нам читательница из Воскресенска.

Психологи лаконично объясняют, что «прогноз в случае попадания в эти тренинги неблагоприятный: два занятия и в человека вбивают, что он не такой как все, раздувают гордыню, он – лидер, стирают из памяти его настоящую жизнь».

Академия персонального лидерства в своей программе применяет методы компании Лайфспринг (Lifespring – источник жизни). Компания, основана в 1974 году Джоном Хенли. После серии судебных тяжб в 1980-х, в которых истцы требовали установить ответственность Lifespring за психические расстройства истцов и самоубийства, компания возмещала ущерб в ходе урегулирования. Эти запрещенные психологические методики за последнее десятилетие активно перенесены в разные города нашей страны. Сам тренинг состоит из трёх этапов «Основной курс» (он же «Базовая программа»), «Продвинутый курс» (он же «Трансформационная программа»), и «Лидерская программа». Стоимость каждого последующего этапа увеличивается в несколько раз. Как распознать секту, и обезопасить себя и своих близких?

Если курсы на которые вас приглашают, имеют нижеописанные признаки, знайте, что за ними скрывается секта, из которой не дадут уйти.

1. Любого рода упоминания: а) Менегетти и онтопсихологии; б) Хаббарда и саентологии; в) лайфспринга; г) Хеллингера и расстановок по его методу.

2. Трехуровневая структура программы: базовый курс, продвинутый, лидерская программа.
3. Использование принципов сетевого маркетинга для привлечения новых «клиентов», например, «хочешь прийти на лидерскую программу (ЛП) – докажи, что ты лидер, приведи

на базовый уровень 3 человек».

4. Чрезмерно активные уговоры ваших знакомых, прошедших подобную программу: «тебе это нужно», «это прорыв», «ты должен быть

Осторожно: секта!



лидером», в сочетании с отказом рассказать о подробностях тренинговой программы и ссылкой на конфиденциальность. Вовлечение более опытных участников программ в работу с менее опытными в терминологии сектантов это явление именуется «капитализация» и постепенная замена обычной жизни и социальной активности человека активностью в «тренинговой компании» (волонтерить, капитализировать, работать в тренинговой компании).

5. Активная реклама социальной помощи. Зачастую, секты помогая детям, участвуя в лечении наркотических зависимостей, формируют имидж не ориентированной на деньги компании. Каким же образом достигается эффект зависимости? Расписание занятий с 10 до 23 (на самом деле до 01–02 часов ночи) создаёт утомление, результатом которого являются неадекватная оценка воздействия, отключение защитных механизмов психики, притупление сознания. Полноценный приём пищи за этот период происходит всего один раз, и то не всегда. В основном в качестве пищи используются сладости. Занятия происходят в закрытых от солнечного света помещениях, похожий приём используется в казино, для того чтобы человек потерял чувство времени. При этом во время упражнений идёт воздействия на все известные каналы восприятия, как то слух, зрение, тактильные ощущения. Упражнения идут в особой последовательности и построены таким образом, чтобы человек испытывал сильные эмоциональные переживания.

Правила «не разговаривать с соседями». Задать вопросы, разговаривать только с разрешения тренера. Сидеть в «открытой позе», если склонить голову на грудь или скрестить руки, немедленно накажут, тренер кричит, ругает. Постоянно предлагается решить новое задание (поделиться самыми сильными неприятностями в своей жизни, поступками, написать некролог на свою смерть, совершить обряд собственных похорон, переодеться в одежду противоположного пола, достоверно сыграть роль БОМЖа, девушки по вызову в реальной обстановке и т.д.). Не садиться рядом с людьми, которых знали до начала курса». Ограничение права покинуть занятия, например: «если вы бросите занятия – еще один участник будет исключен из тренинговой группы» и запрет выходить, даже в туалет, до окончания занятия. Использование специфической, вводящей в транс, музыки во время занятий и в перерывах». Это способы снижения критичности мышления и подавления воли.

Организации, использующие данную методику под различными названиями, декларируют цели тренинга, как «повышение качества жизни, новый взгляд на жизнь, воспитание лидерских качеств и умения добиваться поставленных целей, а также отказ от своего негативного прошлого».

На деле же, реальной целью воздействия является методичное и последовательное стирание индивидуальности человека путем обязательного участия в аффективно крайне заряженном, потенцируемом и драматически нагнетаемом массовом психозе. Закономерным итогом этого участия является активно внушаемое извне эйфоричное ощущение «ново-рожденности» и в инфантильно-солнечном «общем будущем» участников как группы. Тренеру нужно показать участникам все их «несовершенство» и заставить думать, что только путём прохождения тренинга они смогут что-либо изменить в своей жизни к лучшему. При этом лучше всего, если удастся довести человека до слёз. Когда это

Актуальная тема

произошло и человек заплакал, тут же по команде тренера группа начинает активно оказывать поддержку, таким образом, формируя зависимость от поддержки именно этой группой. То же происходит и во время поездки группы в лес, на природу, где создаются экстремальные походные условия. Результаты исследований институтов Беркли, Стэнфорд и UCSF показали, что в аффективно заряженной «общей массе» происходит «коллективное снижение интеллекта. Развиваются стрессовые расстройства. Есть случаи самоубийства. (20-летняя супермодель Руслана Коршунова, выбросилась из окна, её подруга модель Анастасия Дроздова, покончила с собой через год после Русланы).

Академия персонального лидерства, построенная на методах психического воздействия не только активно формирует свою армию «адептов» и «изымает деньги» из карманов самих участников и карманов их близких, как, впрочем, это делают и все другие культы. Вследствие сильных и контрастных эмоциональных переживаний, прохождении тренинга превращается в «эмоциональный наркотик» вызывающий зависимость. Происходит раскочка эмоционального маятника, вследствие чего, эйфория тренинга может смениться тяжелой депрессией. На протяжении тренинга лейтмотивом идёт мысль, что человек сам творит свою судьбу, а на деле тренер и его помощники контролируют каждый шаг участников как непосредственно, так и при помощи манипуляций группой. Если человек хочет уйти, тут же подключается воздействие группой. Реабилитация после тренингов «Лайфспринг» происходит от месяца до года. Иногда она невозможна без вмешательства психотерапевта. В конечном счёте всё зависит от индивидуальной психологической устойчивости человека и помощи близких.

По публикациям Центр религиозоведческих исследований во имя священномученика Иринея Лионского и открытым Интернет – ресурсам



Психолог М. И. Хасьяминский

Механизм воздействия тренингов и последствия их влияния на человека объясняет психолог Православного кризисного центра М. И. Хасьяминский.

– Михаил Игоревич, предположим, человек решил пойти на курсы, которые обещают, что после их окончания он изменит свою судьбу, обретет уверенность в себе или начнет притягивать деньги как магнит. Чего ему ожидать? Как строится такое обучение?

– Тренинги, обещающие решить

Тренинг гордости

подобные сверхзадачи, выстроены на том, чтобы человек добился некоторых целей без особой работы над собой. К примеру, если вы не уверены в себе, значит, видите свои недостатки, которые мешают общению. Из этого состояния есть два выхода. Первый – недостатки исправить, на что ориентируется внутренняя работа, но это сложный путь. Гораздо проще недостатки посчитать за достоинства и закрыть на них глаза. Внушить себе, что это никакой не недостаток. Это и делается на тренингах личностного роста. Далее идет внушение, что вы очень способны, что у вас огромное количество возможностей, вы можете управлять событиями своей жизни, каждый человек – «частица Бога» или даже равный ему. Так происходит накачивание человека малореальными представлениями о себе. В итоге он попадает в рабство своего придуманного образа. Сам же влюбляется в этот образ. Через искаженные чувства находит подтверждение, что он прекрасен и могущественен, начинает презентовать, а иногда и на-

вязывать это представленные другим. И чего нового – все эти иллюзии строятся на гордости. Стоит заметить, что ни в одной из традиционных религиозных конфессий гордость, самоуверенность и уподобление себя Богу не считается достоинством. Денница пал именно потому, что переоценил себя. Адаму и Еве накануне грехопадения было обещано: «будете как боги».

Какое-то время после тренинга человек может пребывать в состоянии близком к эйфории. Раньше многое не получалось, а тут он почувствовал, что нет ничего недосягаемого, что он, оказывается, гораздо лучше и успешнее чем мог подумать. Это можно уподобить приему допинга в спорте. После мобилизации и расширения внутренних ресурсов неизбежно наступает кризис, опустошение.

Ведь рано или поздно человек все равно сталкивается с проблемой, которую не может решить, что наносит сокрушительный удар по надутому на курсах самолюбию. Наступает разочарование. И он, на-

конец, понимает, что получил всего лишь иллюзию собственного могущества. На самом деле изменился в лучшую сторону не он сам, а только его собственное представление о себе. Оказывается, что в реальности твоя личность и красивый образ не совпадают. Душа, как была в зачаточном состоянии, отнюдь не красивом, так и осталась. И вот это и есть ты. Осознание правды переживается очень тяжело. Человек понимает, что на курсах им тонко манипулировали, что он платил небольшие деньги, чтобы тратить на свой вымышленный образ свои же ресурсы. Печальная картина.

– Убеждение, что успех – это вечная молодость, комфорт, красивая жизнь формирует спрос на подобное обучение?

– Человеку подсовывается суррогатное видение успеха, которое он заглядывает, как наживку. А дальше его можно тянуть в любую сторону выстраивая ему лжереальность в соответствии с его мечтами.

В христианстве успех – искоренение грехов, борьба со страстями. Хочешь управлять событиями? Для начала избавься от страстей, которые тобой управляют, посмотри на

себя реально, попробуй побороться с грехами. В гордости, правда, осуществить эту цель невозможно. Гордый не видит своих недостатков: все несправедливо к нему относятся, все против него, кто-то другой ответствен за его пороки. Это и есть симптомы искажения. А если человек мыслит искаженно, то ему предлагают то, что будет соответствовать его искаженным представлениям.

– Как человеку с таким опытом «личностного роста» вернуться к реальности?

– Убедить его, что он во власти обмана практически невозможно. Человек заплатил деньги и будет до последнего отстаивать, что он не просяк, которому устроили аттракцион иллюзий. Тем, кто осознал, что тот набор установок, который они усвоили, не работает в реальности, а является результатом внушения, признают, что их представление о себе и жизни были ложными, надо сделать усилие над собой и начать меняться по-настоящему. Только в этом случае возможно возвращение к реальности.

Сайт «Русская православная психология» (<http://dusha-orthodox.ru/>)

Если хочется сладостей...

«Не могу преодолеть тягу к сладкому. Располнела, стало повышаться давление. Посоветуйте, что мне делать?» Н. П., г. Коломна.

Прежде всего, необходимо обратить внимание на состояние здоровья. Тяга к сладкому может быть последствием сотрясения мозга, остеохондроза и даже гипотонии. Во всех трех случаях суть одна и та же – мозгу не хватает глюкозы вследствие нарушения кровоснабжения. Возникает головная боль, проходящая, если съесть, например, конфету. Следующая причина тяги к сладкому – гормональные нарушения. При нарушении работы поджелудочной или щитовидной железы может появиться сильный голод, который многие утоляют шоколадками, пирожными.

Существует и психологическая зависимость от сладкого. Как с ней бороться?

Во-первых, нужно знать, что именно избыток углеводов в организме человека превращается в жир. Причем 90% жировой ткани формируется из неизрасходованных на энергетические нужды углеводов. Во-вторых, неограниченное употребление продуктов с высоким содержанием сахара негативно сказывается на состоянии иммунитета, кишечной микрофлоре. Сладкая среда способствует росту патогенных микроорганизмов, дрожжеподобных грибов.

Также из-за обилия сладкого страдает кожа.

В-третьих, важно помнить о качестве современных кондитерских изделий. Подавляющее большинство из них насыщено опасными транс-жирами (пальмовое масло, растительный жир, кондитерский жир, маргарин и т.д.). Установлено влияние транс-жиров на развитие опухолевых процессов в организме.

Способы избавления от зависимости.

1. Заменяйте шоколад, торты и пирожные на менее вредные и даже полезные сладости: хлеб с вареньем или медом, творог со сладкими фруктами и т.п.
2. Разрезайте конфеты, пряники и даже печенье на маленькие кусочки. Затем, как и в борьбе с любой другой зависимостью, постепенно снижайте количество сладкого.

4. Важный психологический прием в борьбе с тягой к сладкому – отвлечься и повысить уровень эндорфина способом, не вызывающим зависимость. Радость будет максимально полной, когда мы займем себя именно полезным делом. 6. Важное правило – высыпаться. Недосып приводит к постоянной усталости, что некоторые люди ошибочно принимают за чувство голода. Достаточное количество полноценного сна уменьшает стресс в организме, и его не приходится «заедать».

По материалам сайта «Ваше здоровье»

Ринит

Ответы на вопросы

Насморк (ринит) возникает за счёт воспаления слизистой оболочки носа. Обычно ринит является одним из первых симптомов простудных заболеваний: ОРВИ, грипп.

Лечение

При начинающемся насморке полезно промывать носовые ходы и прополаскивать горло отваром травы зверобоя. Приготовление: 1 столовую ложку травы залить стаканом кипятка, кипятить 2–3 минуты, затем охладить и сразу промывать носоглотку. Повторять лечение 4 раза в день.

При насморке можно смазывать 2–3 раза в день полость носа соком свежего листа коланхоэ.

Ингаляции: мелко нарезать 2-луковицы, залить их кипятком и потом дышать этим паром, накрывшись с головой полотенцем.

Быстро справиться с начинающейся простудой, сопровождающейся насморком, поможет потогонный сбор: по 1 столовой ложке травы душицы и липового цвета и 2 столовых ложки листьев мать-и-мачехи на 0,5 литра кипятка. Заваривать как чай. Пить

перед сном в горячем виде.

Аналогичным действием обладает и следующий потогонный сбор:

Три столовых ложки липового цвета заливают двумя стаканами кипятка, томят 15 минут на медленном огне, настаивают 20 минут, затем процеживают, добавляют столовую ложку мёда, сок одного лимона, пьют горячим перед сном.

Можно прогреть область гайморовых пазух сваренными вкрутую яйцами. Их прикладывают неочищенными по обе стороны носа, выдержав до полного остывания.

(Прогревания проводятся при синуситах с осторожностью после консультации с врачом).

Для ног делают на ночь горячую ванну с содой, горчицей, солью (3 л воды, 2 столовых ложки соли, 2 столовых ложки горчицы и 2 столовых ложки соды). После ванны рекомендуется надеть шерстяные носки.

Из книги терапевта Е. А. Тарасова «Самопомощь от А до Я».

«Я готов умереть за свои слова, потому что говорю истину»

Сократ жил в V веке до Рождества Христова. Это эпоха, когда были очень популярны софисты, и понять Сократа без софистов невозможно – это единая система.

Кто такие софисты? Это люди, которые готовы были учить чему угодно, главное – чтобы за это хорошо платили. Для оправдания этой своей деятельности они придумали учение об относительности истины.

Знаменитая фраза софистов звучит так: «Человек есть мера всех вещей». Другими словами, кому как что кажется, так оно и есть! Нет объективной, не зависящей от человека истины, а есть истина субъективная, относительная, зависящая от времени, от пространства, от личности, от состояния здоровья и так далее. Получается, что если мне выгодно украсть и меня при этом не посадят в тюрьму, то я буду воровать. Вам не нравится воровать – не воруйте. А мне нравится воровать – вот и всё. Нет объективных нравственных установок.

Это была одна из причин, внешняя причина, сподвигшая Сократа к деятельности. Но была и другая, внутренняя – стремление самого Сократа к этой истине. И убежденность, что истина есть, она объективна, она вечна и поэтому – находится не в нашем материальном мире. Фактически Сократ открывает существование Бога.

А Сократ говорит: нет, есть одна, объективная истина. Если она объективна, если она неизменна, вечна, то она не относится к миру материальному. И если истина одна – значит, это и есть Бог. Бог один.

Собственно, за это Сократа и судили афиняне, которые увидели в его учении опасность для своего



города, поклоняющегося богине Афине и другим богам.

Обвинение, по которому Сократа судили и казнили, звучало очень просто: он проповедует новых богов. Фактически Сократ проповедовал одного Бога, но для афинян это значило – проповедовать каких-то новых богов. Что считалось государственным преступлением в Древней Греции.

Если бы люди знали, что зло, а что благо, они бы делали только благо. Эта сократовская мысль многих смущала: ну как же так! Сколько есть умных, но злых людей, которые делают зло сознательно, разрабатывают яды, совершают преступления!.. Сократ отвечал: нет, они умные, но не мудрые: они знают частичку истины, а всю целиком – не знают.

Как же появилась эта знаменитая формула: я знаю, что ничего не знаю?

Я, говорит, себя никогда не считал самым умным. Я стал ходить к разным людям, которых считал умнее себя. Мне кажется, я не умный, но бог не может ошибаться. Я пошел к государственным мужам – ведь они управляют страной, а они оказались такими напыщенными, гордыми своей властью, что с ними было невозможно беседовать. Они ничего не понимают! И даже не понимают, что ничего не понимают.

Тогда я пошел к ремесленникам – это люди, которые умеют делать конкретные вещи, в отличие от меня. Они, конечно, блестящие мастера, но вдруг возмнили о себе, что, разбираясь в своем плотницком, кожевенном или другом мастерстве, разбираются во всем! То есть они тоже ничего не знают.

И тогда я понял, что все люди только лишь думают, что знают что-то. Они даже не знают, что они ничего не знают. А я знаю, что ничего не знаю. И на это маленькое знание я и умнее всех остальных людей.

А знает всё только Бог, только Бог может быть мудрецом. Человек может быть только философом, то есть любителем мудрости, который знает, что до Бога ему как до бесконечности. Поэтому он должен знать, что он ничего не знает.

Мы все любим учить. И улавливая эту важную психологическую черту человека, Сократ прибегает к такому методу: задает вопросы, прикидываясь, что он ничего не знает. «Объясни мне, друг, что такое красота...» «А что такое мужество?...» «А что такое справедливость?»

И любой человек тут же готов учить этого мужика, который, наверное, ничего не понимает! Сократ его благодарит: «Какой ты умный! Какой ты храбрый воин! Какой ты софист! Объясни мне вот это, объясни мне то». И через полчаса, через час человек понимает, что на самом деле Сократ-то его учит, а не наоборот.

Идет беседа: «Расскажи-ка мне, друг, что такое мужество. Вот ты – видный полководец, ты участвовал во многих битвах...» И напыщенный полководец говорит: «Ну, что такое мужество... Мужество – это стоять в строю, отражая все нападки неприятеля, не делая ни шагу назад». Сократ отвечает, подыгрывая ему: «Ты замечательный полководец, мужественный воин. А я слышал, есть такие воины, скифы...» Тот отвечает:

В поисках смысла

«Да, воевал с ними, мужественные воины». – «Как же мужественные, когда они пускаются в притворное бегство, чтобы войско рассеять, а потом по одиночке перебить неприятеля?» – «Да... Мужество – это, наверное, умение победить врага, прибегая к разным средствам». – «Это великолепно! Видно, что вы полководец, да... У меня друг недавно болел. Тяжелая болезнь была, а он стона не издал...» – «Да, Сократ, мужественный у тебя друг». – «Как же мужественный, он же ни с кем не воевал?»

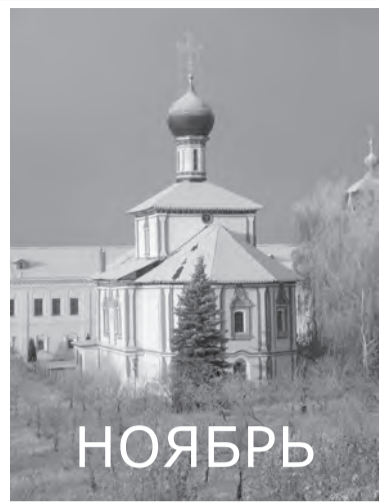
Вот такими вопросами он направляет собеседника к пониманию того, что слово «мужество» – или в других диалогах слово «красота», слово «истина», слово «знание», слово «справедливость» – на самом деле требуют серьезнейшего осмысления. То есть определения.

Сократ, узнав о том, что его сегодня казнят, чрезвычайно радуется. Ученики не понимают этого, а он говорит: «Как не радоваться? Понимаете, как философ я фактически всегда в своей жизни стремился к смерти. Ведь истина вечна, и когда я стремлюсь к ее познанию, я фактически стараюсь освободиться от своего тела, которое мне эту истину мешает познать. Оно привязано к временному, к изменчивому, поэтому я стремлюсь избавиться от тела...»

Блаженный Августин отмечает, что после казни Сократа афиняне как бы проснулись.

Сократ дал толчок изучению нравственности, ведь если есть нравственные законы и они объективны – значит, их надо исследовать.

Из статьи В. П. Лега, заведующего кафедрой философии Богословского факультета ПСТГУ



НОВАЯ

4 ноября - Празднование Казанской иконы Божией Матери.

5 ноября - Апостола Иакова, брата Господня.

6 ноября - Иконы Божией Матери «Всех скорбящих Радость».

7 ноября - Праведной Тавифы.

Димитриевская родительская суббота. Поминание усопших.

8 ноября - Великомученика Димитрия Солунского.

21 ноября - Собор Архистратига Михаила и прочих Небесных Сил Бесплотных.

22 ноября - Иконы Божией Матери «Скорослушница».

26 ноября - День памяти святителя Иоанна Златоуста.

27 ноября - Апостола Филиппа.

Заговенья на Рождественский пост.

28 ноября - Мучеников и исповедников Гурия, Самона и Авива.

Начало Рождественского поста.

29 ноября - Апостола и евангелиста Матфея.

Радио «БЛАГО»
102,3FM

www.radioblago.ru/efir/

00:00 - 05:50 – Псалтирь. Деяния Апостолов. Евангелие.

06:00 – Утренние молитвы.

07:20, 12:00, 19:00 – Свободный университет. Святитель Василий Кинешемский «Толкование на Евангелие от Марка».

10:00, 15:00, 22:00 – Жития святых.

21:00 – Россия сквозь века «Византизм и славянство».

22:30 – Вечерние молитвы.

Паломнический центр

«Монастыри

Коломенского Кремля»

по благословию митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия,

проводит экскурсии для паломнических групп

ОБЗОРНЫЕ ЭКСКУРСИИ:

- История монастырей

- Святыни монастырей

ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ ЭКСКУРСИЯ

«Церковное искусство»

МУЗЕЙНЫЕ ЭКСКУРСИИ:

- Музей Органической Культуры (народные промыслы: глиняная игрушка)

- Музей керамики в выставочном зале Свято-Троицкого-Ново-Голутвина монастыря

- Музей новомучеников в выставочном зале Успенского Брусенского монастыря

ЭКСКУРСИИ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ:

- младших классов

- старших классов

Православное паломничество

Адрес: 140400 МО, г. Коломна, Кремль, ул. Лазарева, дом 11 а.

Тел.: +7(903) 001-56-65;

+7(903) 001-48-65

Эл. почта:

pilgrim@novogolutvin.ru

Осуждение – величайшая несправедливость

Крупицы мудрости



– Старец, я с лёгкостью сужу и осуждаю.

– Твоя способность суждения – это дар, данный тебе Богом, но пользуете им тангалашка, который заставляет тебя осуждать и грешить. Поэтому, пока твоя способность суждения не очистится и не освятится, пока не придёт Божественное просвещение, не доверяй собственному мнению. Если у человека не очистилась способность суждения, а он суётся в чужие дела и судит других, то постоянно впадает в осуждение.

– А как может освятиться способность суждения?

– Нужно её очистить. У тебя может быть благое произволение и желание, но ты уверена, что всегда судишь правильно. Однако твой суд человеческий, мирской. Только Бог судит праведно, потому что только Он знает сердца людей. Мы, не ведая праведного суда Божия, судим «по наружности», внешне, и потому осуждаем и несправедливо обвиняем других. Наш человеческий суд – это величайшая несправедливость.

Помнишь, что сказал Христос: «Не судите на лица, но праведный суд судите» (Ин. 7,24).

Нужна большая осторожность, мы никогда не можем знать истинного положения вещей.

Мы должны быть очень осторожны с осуждением! Какую несправедливость мы причиняем ближнему, когда его осуждаем! Хотя в действительности мы причиняем несправедливость себе, а не другим, потому что Бог от нас отвергается. Ничто так не ненавистно Богу, как осуждение, потому что Бог праведен, а осуждение исполнено несправедливости.

Осуждение и злословие – самые страшные грехи, они сильнее, чем любой другой грех, удаляют Благодать Божию. «Как вода угасает огонь, – говорит святой Иоанн Лествичник, – так осуждение угасает благодать Божию».

Тот, кто осуждает других, впадает в те же грехи.

– Если кто-то осуждает за что-нибудь другого, но не осознаёт своего падения и не кается, то обычно сам впадает в тот же грех. Так происходит, чтобы человек осознал своё падение. Бог по Своей любви попускает скопировать состояние того, кого он осудил. Если, например, скажешь про кого-нибудь, что он корыстолюбив, и не поймёшь того, что ты осудила, то Бог отнимет Свою благодать и попустит, чтобы и ты впала в корыстолюбие – и ты начнёшь копить. Пока ты не осознаешь своего падения и не попросишь у Бога прощения, будут действовать духовные законы.

О сквернословии

– Геронда, в армии некоторым благоговеющим юношам трудно

с теми, кто ругается. Что им делать?

– Необходимо рассуждение и терпение. Бог поможет. Один радист, с которым мы вместе служили, бывший врач, был невер, богохульник. Каждый день он приходил в Отдел Управления промывать мне мозги. Рассказывал мне теорию Дарвина и тому подобную дрянь – все насквозь пропитанное богохульством. Но после одного случая он кое-что понял. Мы были вместе с ним на задании. Один большой мул был у нас нагружен рацией и носилками. На одном очень скользком спуске я держался за хвост мула, а врач тянул его за уздечку. И вот в какое-то мгновение носилки задевают мула по ушам, и он – раз! – сильно бьёт меня задними копытами, и я лечу. Вскоре я пришел в себя и осознал, что иду! Помнил я только то, что успел крикнуть: «Владычице моя!» И больше ничего. Следы от подков были на мне, вот здесь – вся грудь была черная, так сильно мул меня ударил. Врач, когда увидел, что я иду, вытарачил глаза. Продолжаем путь. Чуть подальше врач подвернул ногу о камень, упал и не мог подняться. Тогда начал он кричать: «Владычице моя, Христос мой!» Он боялся, чтобы его не схватили враги: «Сейчас меня все оставят, всё, конец, и что же со мной будет, и кто же мне поможет!» – «Не волнуйся, – говорю, – я с тобой останусь. Если меня схватят, то и тебя схватят». Потом задумался бедолага: «Его мул лягнул, и ничего не случилось, а я чуть споткнулся и уже иди не могу!» Скоро он поднялся, но хромал, и я помогал ему идти. Остальные ушли вперед. Он получил урок и после этого вразумился. Раньше каждый день бого-

хульствовал, а в минуту опасности стал кричать: «Владычице моя, Владычице моя!» Сразу о Владычице вспомнил. А вот другой мотоциклистом был в армии, два раза ногу ломал и продолжал богохульствовать.

– Вы ему ничего не говорили, Геронда?

– Что ему было говорить? Я и не говорил ничего, а он, не переставая, хулил Христа и Божию Матерь – нарочно, чтобы сделать мне больно. Я потом это понял и только молился. И вот ведь – если раньше и он, и другие сквернословили ни с того ни с сего, то потом, когда у них что-то не получалось и они хотели выругаться, кусали себе языки! Если человек бесстыдный сквернословит, богохульствует, то лучше сделать вид, что ты чем-то занят и не слышишь его, а самому молиться. Потому что, если он поймет, что ты за ним следишь, он может сквернословить не переставая. И ты, таким образом, станешь причиной его одержимости нечистым духом. Однако, если сквернословит не бесстыдник, а человек, у которого есть совесть, и сквернословит он от дурной привычки, то ты можешь ему что-то сказать. Но если у него есть не только совесть, но хватает и эгоизма, то будь осторожен. Не говори с ним строго, но сколько можешь смиренно и с болью. Святой Исаак что говорит: «Обличи силою твоих добродетелей любопряхшихся с тобою... и загради их уста кротостью и миром своих уст. Необузданных обличи своим добродетельным поведением, а чувственно бесстыдных сдержанностью своих очей».

Преподобный Паисий Святогорец «Страсти и добродетели» (т. V)

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. 11 а.

Тел.: [496] 14-27-44. Факс: [496] 12-07-07. эл. почта: med-novogolutvin@ya.ru www.novogolutvin.ru

МЕДИЦИНСКИЙ ВЕСТНИК

Учредители: Православное общество врачей г. Коломны, Медицинский центр св. блж. Ксении Петербургской. Телефон экстренной помощи 614-27-44. Гл. редактор А.Г. Кулыба. Ред. коллегия Бондарева И., Варфоломеева Л.Г., Мерлина Е.А. Газета выходит 1 раз в месяц с 1 января 2003 г. Объем 1 печатный лист. Тираж 999. Заказ 1601.