

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 благословению Высокопреосвященнейшего Митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия

Истина нашей жизни

Поэтому «новое сознание» и «новый человек» сейчас для нас – это не просто органический человек в земной плоскости, хотя

Немного о нашем поколении
Мы не страдали в застенках за веру. О вере и о Боге мы ничего не знали. Наше детство было относительно спокойным, наша юность была направлена на образование, более того, она пестрила всякой образованностью. Вооружившись учебниками, тетрадями и ручками, мы большую часть жизни учились...

И в то же время именно в школах и институтах происходило нечто страшное! Разрушалось самое ценное, что есть в человеке, самое сокровенное! Потому что по европейской методологии, ведущей начало, может быть от Фомы Аквинского, сказавшего: «вот область мысли, где Бог не нужен», школа говорила нам: смотрите, Бога нет!

...Да, мы учились в то время, когда из всех книг было изъято слово Бог, или, если нельзя избежать, то писалось с маленькой буквы. И мы поверили, что все в белом свете можем понять сами, что «человек – это звучит гордо», а в небе гордо реет буревестник», и больше никого, и мы привыкли так мыслить.

...И что же теперь? Как нам встать на путь нового мышления, «освященного благодатию и верою во Христа»? И опять вопрос: что же нам делать? Мы никак не можем оторваться от той упрощенности рационально-рассудочного мышления, которую навязало нам образование. И эта «бедность» порождает трусливость и легкость согласия на любые компромиссы.

...И Смирение Божие (да простят меня богословы, не знаю, как назвать движение любви Божией к грешному и гордому человеку) открыло нам, гордым и слепым, что Бог есть, и эта чаша знаний входила в сердце, удивляя ум, который все кричал: а где подтверждение этому?



И теперь мы, с навыками мышления, оторванного от «чуда жизни», со строптивостью самомнения и самодостаточности, все еще промахиваемся и не вписываемся в круг Божественной логики.

Хотя выход есть: искать мудрости. И она открывается: и в благоговении перед Богом, создавшим такой прекрасный мир! Она есть и в восхищении красотой Природы и силой жизни животного мира. Она есть и в удивлении человеку как творению Божию.

и этого достичь трудно, а ведомый Духом Божиим, небо и землю соединяющий в единстве. В чем же его новизна?

В том, что он решился преодолевая раздвоенность (грех и правда), жить в простоте и ясности мужества Заповедей Божиих.

В том, что он сквозь мутный поток многовековой мысли человеческой увидел самое яркое событие истории – Пришествие Сына Божия на Землю.

Увидел, принял, возблагодарил и работает,

У нас в Коломне

чтобы остаться в этом Божием Свете. И не только борется за свое спасение, а готов постоять за любую правду.

А Христос сказал, что такие наречены будут сынами Божиими. А наречение имени – это обозначение сущности. Наречемся, значит, в действительности станем соратниками Бога! Тогда и другим сможем помочь.

Из книги игумении Ксении (Зайцевой) «Простые беседы о пути к Богу», М.2009 г.

4 июля – День Игуменства в Свято-Троицком Ново-Голутвином монастыре г.Коломны. Поставление в Игуменнии чтится как посещение и благословение в этот день обители Самой Матерью Божией. От всей души поздравляем игумению Ксению с сестрами с праздником! Благодарим за возможность участия в работе благотворительного Медицинского центра в честь святой блаженной Ксении Петербургской и организацию медицинских научных конференций в монастыре, просветительскую деятельность, издание газеты «Медицинский вестник».

Спаси и сохрани Вас Господь на многая лета! Помощи Божией в Вашем нелегком, но таком необходимом служении людям!

С любовью и благодарностью, Общество православных врачей имени святой блаженной Ксении Петербургской г. Коломны.

Основы правильного лечения

С точки зрения медицины, причина болезни — в нарушении физиологического и психологического статуса человека и их взаимосвязи. И хорошо, когда врач объединяет эти два подхода. Потому что в единстве целого организма, созданного Творцом, нет разделения.

Почему эти взаимосвязи нарушились, почему какие-то органы заболели?

«Медицинский вестник» публикует фрагменты интервью с главным врачом Клиники восточной медицины г.Владивостока, д.м.н., профессором Юрием Васильевичем Пономаревым.

— Необходимо сразу исключить очевидные причины болезни, такие как, например, инфекция, травма, врожденные пороки, т.е. болезни, имеющие под собой видимую физическую причину и природу. Но большинство болезней в нынешнее время возникают вследствие так называемых «необъяснимых причин». Врачи в этом случае могут только предполагать, почему человек заболел. Чаще всего они говорят, что он вел неправильный образ жизни, нарушал правила питания, сна, труда, отдыха и т.д. Если заболел человек пожилой, ему говорят: «Возраст...». Очень редко врачи говорят, что он нарушил Законы Божии.

— А еще чаще, наверное, вообще о причинах не говорится, считается нормальным вдруг взять и заболеть.

— Да. Если бы мы знали, почему наступает болезнь, то могли бы ее предотвратить. Современная медицина развивает, в основном, фармакологическую часть лечения, поскольку фармакология способна грубым физическим методом исключить симптом заболевания и создать видимость излечения. Тем временем болезнь может пройти сама собой, но если этого не происходит, больного переводят в хронические, и он принимает симптоматическое лечение до самой своей смерти. Практически все препараты сейчас имеют паллиативную природу, то есть лишь

Советы православного врача

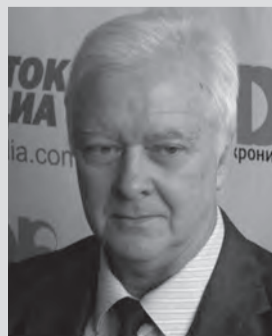
облегчают симптомы болезни и не действуют на саму болезнь.

— Вы говорите, что болезнь попускается Богом, и только Бог знает причину, почему Он это попустил. Но не является секретом, что, допустим, гнев приводит к болезни печени. Вы, наверное, в своей практике прослеживали такие закономерности?

— Гнев, явный или скрытый, — это грех, потому что гнев направлен на кого-то. Человек ненавидит другого, а ненависть к ближнему — это фактически ненависть к Богу. Потому что человек — это образ Божий.

Продолжение на стр. 2

ЧИТАЙТЕ
В НОМЕРЕ



Стр 1-2

ПРОФЕССОР
Ю.В.ПОНОМАРЕВ

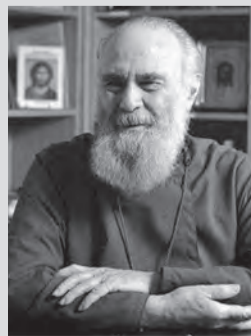
«ОСНОВЫ
ПРАВИЛЬНОГО
ЛЕЧЕНИЯ»



Стр 4

Ж.-А.ПУАНКАРЕ
«ИНТУИЦИЯ
И ЛОГИКА»

МИТРОПОЛИТ
АНТОНИЙ
СУРОЖСКИЙ



Стр 4

«СОКРАТ НА РУСИ»
ГРИГОРИЙ
СКОВОРОДА



Основы правильного лечения



Профессор Ю.В. Пономарёв

Продолжение, начало на стр. 1

Если у человека происходит неконтролируемый гнев — состояние, в котором он может ломать вещи, бить людей, причинять вред окружающим и себе самому, — это состояние, близкое к помешательству. Поэтому если человек его не блокирует, не считает грехом, не пытается победить, не ищет помощи у Бога в молитве, церковной исповеди, то гнев, рано или поздно, захватит человека. Хотя, будет считаться, что это нормальный человек, просто у него такой характер. Нет, это уже не характер. Гнев — это психическое нездоровье. Такое состояние может привести к шизофрении, к шизоидному состоянию. Биохимическое состояние клеток мозга абсолютно такое же.

Заболела печень: в состоянии

гнева происходит резкий выброс желчи, что приводит к длительному спазму желчевыводящей системы, и начинается застой во внутренней части печени, с повреждением ее внутренней структуры, очень чувствительно устроенной. На фоне заболевания печени развивается геморрой с кровотечениями, страдает толстый кишечник, нарушается сон.

...Очень редко врач спрашивает пациента, давно ли он исповедовался, Причащался, ходит ли в храм. Задать такой вопрос для врача даже считается неприличным. Хотя, сто лет назад, до революции, врач, прежде чем начать лечение, всегда об этом спрашивал и направлял больного к священнику. Потому что без этого труда врача чаще всего тщетны.

— **Это одна часть веры — внутренняя, но люди привыкли к чему-то внешнему. Например, они идут к мощам святой Матроны. Понимают, что надо проехаться, пройти ногами, купить цветы — внешне людям более понятно. Как от внешней работы перейти к внутренней?**

— Очень важно научиться молиться. Человек нецерковный сам молиться Богу не умеет, но замечательно, что он обращается к святым за такой молитвой.

Нам даже трудно вообразить, насколько добры эти святые люди, насколько они милостивы к нам. Мы, обращаясь к ним, обращаемся к самому Господу. Это внутреннее чувство — «попросить от души» — генетически свойственно русскому человеку. Поэтому нужно просто прийти и попросить от души.

— **Куда прийти?**

— К мощам святых, к иконам чудотворным, в храм, просто к стенам храма. У меня был такой опыт. Я, еще будучи некрещеным, просил около стен небольшого Иверского храма (были неприятности большие, угрожающие даже жизни). Встал на колени возле храма, перекрестился, попросил Бога о помощи. И эту помощь получил... и крестился.

Был и другой случай. Архимандрит Стефан, настоятель Иерусалимского подворья, повенчал нас с женой и узнал, что редко ходили в храм в то время, всего лишь два-три в год. И сказал, что он, конечно, понимает, что мы заняты, что надо отдохнуть, что у нас тяжелая работа. «Но, знаете, — говорит, — сейчас в каждом районе есть церковь, где проводятся службы. Найдите время, просто подойдите к храму и коснитесь его стены рукой. Будет считаться, что вы побывали в храме.

Это очень важно. Так и делайте, я вас благословляю». И по послушанию я так делал. А потом подумал: «Что же я захожу к храму, а в храм не захожу». В храм зашел — там служба. Думаю: «Что ж, подожду до конца службы». Подождал, потом думаю: «Что я тут просто так стою, давай я тоже молиться буду». Начал Иисусову молитву читать: «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного». Потом думаю: «Я же не понимаю, что здесь поют, что здесь происходит, что вообще за служба, как она называется». Изучил Литургию. Опять думаю: «Люди подходят, что-то принимают, Причащаются... Что ж я тут службу стою, молюсь и не Причащаюсь?!». Узнал, как поститься, как исповедоваться, Причащаться. По благословению, от одного прикосновения к храму...

Ценно желание человека сделать первый шаг. И попросить. Когда он просит, он уже в этот момент смиряется. И когда он просит от души, уже в этот момент в его сердце сам Господь творит молитву, как нужно. По силам, конечно, всё должно происходить. Некоторые больные не в силах стоять на службах. Можно пригласить священника в больницу или на дом к больному человеку, чтобы исповедовать, Причастить, Соборовать. И это реальная помощь в борьбе с недугом.

По материалам сайта Boleem.ru

Фитотерапия



ЛИПА

Липовые деревья считаются мощными природными антисептиками, способными вбирать в себя большую часть пыли, содержащей тяжелые металлы, поэтому их все чаще стали высаживать вдоль улиц наших городов. Прогулки по таким аллеям не только полезны, но и приятны: эфирные масла, содержащиеся в цвететях, разлетаются по воздуху и успокаивают нервную систему человека.

В медицине ценным лекарственным сырьем считаются все части дерева: почки, кора и листья, но больше всего полезных свойств содержится в цветах липы. Каротин и глюкоза, белок и танин, фитонциды и различные микроэлементы — все это содержится в цветах липы

Лечебные свойства цвета липы: тонизирует и успокаивает; снимает воспаление, отек и зуд; считается жаропонижающим и мочегонным средством; улучшает пищеварение; снижает в крови уровень сахара и уменьшает ее вязкость; повышает обмен веществ; лечит воспаления мочеполовой системы.

Рецепты

Чай с липой при простуде и головной боли:

Залейте 15 г цветков липы и залейте стаканом кипятка. После того, как чай настоится минут 20, можете пить его с медом 4 раза в день (при простуде) и полоскать горло.

Компресс с липой для суставов:

Липовые листья залейте кипятком, остудите и прикладывайте к больным суставам, сверху накройте пленкой и укутайте теплым полотенцем. Держать такой компресс надо часа два, он хорошо снимает отеки и боль.

При ожогах:

4 ст.л. липовых цвететей залейте 0,5 л. воды, поставьте на малый огонь и доведите до кипения. Продолжайте варить 10 минут, остывшим отваром смазывайте пораженные участки кожи.

Настойка с липой при цистите

Литром воды залейте 3 ст. ложки цветет липы, доведите до кипения, но не кипятите, настаивайте один час под крышкой и пить в течение дня. Курс лечения — 14 дней, начиная со 2-го дня тоже количество цветет готовить в пол-литре воды.

Качество и полезность липы напрямую зависит от места ее сбора. Поэтому, в наших, экологически неблагоприятных, городах собирать липовый цвет не рекомендуется. Пользуйтесь для приготовления лечебных средств липой, продающейся в аптеке, иначе существует большой риск для организма пропитаться вредными токсинами.

Как и любое лекарственное растение, липа тоже имеет противопоказания к применению. С особой осторожностью пить липовые отвары надо людям, имеющим проблемы с сердцем, сосудами или страдающим любыми нарушениями нервной системы.

Дело в том, что липа относится к тем лекарственным растениям, которые плохо сочетаются с некоторыми лекарствами, используемыми традиционной медициной, поэтому, перед тем, как начать применять народные рецепты, заранее посоветуйтесь с врачом.

Но даже в том случае, когда врач подтвердит, что применение липы вам не противопоказано и аллергическая реакция не грозит, прием липового чая, настоек или отваров должен быть недолговременным, иначе, негативные последствия вам могут быть обеспечены.

Важно запомнить, что все хорошо в меру и, если эту меру соблюдать и пить липовый чай с липовым же медом, то ничего плохого, кроме дополнительного здоровья, вы не приобретёте.

С ветераном труда врачом-травматологом Людмилой Васильевной Зайцевой я знаком давно. Не раз встречался с ней, чтобы расспросить об её отце — известном лётчике-истребителе дважды герое Советского Союза Василии Александровиче Зайцеве. А вот о себе она рассказывала неохотно. Но на сей раз разговорилась. И я узнал об интересной судьбе.

«В 1953 году, по окончании средней школы, я сказала родителям, что решила стать врачом, и хочу поступать в Московский медицинский институт. От таких слов, мама, Евгения Семёновна, расстроилась: «Мало тебе институтов в Коломне? Педагогический, политехнический, техникумы есть, в том числе — медучилище». Отец — Василий Александрович, сказал: «Ты её не переубедишь, в меня пошла: что задумала, добьётся».

В школе я училась хорошо. В Доме пионеров занималась в хоровом и драматическом кружках. Некоторые сверстники говорили: «Повезло тебе, Людмила, у тебя отец — участник Великой Отечественной войны, дважды Герой Советского Союза — он поможет в жизни устроиться». В чём-то помогал, не отрицаю. Но, в основном, сама старалась всё постигать. К сожалению, отец мало пожил — всего 50 лет».

Желание стать врачом помогла дружба со школьной подругой Бэлой Сарафьян. Её отец, Пётр Артемьевич, в годы Великой Отечественной войны, был хирургом-травматологом, в эвакогоспитале. В Коломну приехал с семьёй после победы над врагом. Назначили его директором медучилища и одновременно он работал в городской больнице. «Помню зашла к ним в гости до выпускных школьных экзаменов, — продолжала рассказывать Людмила Васильевна, — Пётр Артемьевич завёл разговор о нашем будущем. Вспомнил годы войны, о том какие

суровые испытания выпали на долю народа. — От нас, врачей, требовалось одно: спасти жизнь раненых бойцов. С ног валились от усталости, но долг врача выполняли. Смотрю на тебя,

Врач Людмила Васильевна Зайцева

Людмила, и думаю: хороший доктор из тебя получится. Ты — волевая и в



Л.В.Зайцева и Саша Патрикеев

то же время, душевная».

Я стала студенткой второго Московского мединститута им. Н. И. Пирогова.

Факультет назывался «Лечебное дело». Для работы выбрала хирургический профиль. По успеваемости «троек» не имела. Получала стипендию. Первые четыре курса по 19 рублей, а на 5-м и 6-м по 22 рубля. Вот когда пригодилась помощь отца.

В 1959 году, по окончании института, предложили работать в Быковском аэропорту Московской области. Об этом сказала родителям. На что отец заявил: «Ты для чего 6 лет училась? Чтобы снимать тошноту и давление у пассажиров? Лечить надо». И мама поддержала его».

В августе того же года Людмила Зайцева с дипломом и направлением для трудоустройства акушером-гинекологом пришла в Коломенский здравотдел. Вакантной должности не нашлось. Вопрос разрешился, когда в кабинет главврача горбольницы вошёл Пётр Артемьевич Сарафьян. «Узнав ситуацию, взял меня

за плечики, — вспоминала Людмила Васильевна. — Был он роста высокого, крупного телосложения, и сказал главврачу: «Будет работать травматологом».

Незадолго до этого, в больнице было открыто травматологическое отделение на 30 коек. Заведующим отделением была Анастасия Ивановна Анучина. Палаты большие, на 10 коек. Располагалось отделение на втором этаже хирургического корпуса. В те годы Пётр Артемьевич работал рентгенологом. Но, кроме этого, бесплатно, как травматолог, наблюдал больных в одной из палат. Я благодарна ему, что определил мой жизненный путь».

«Вмоём почти полувековом стаже работы лечащего врача менялись заведующие отделением. Но особую память оставили хирурги Анастасия Ивановна Анучина, Иван Фёдорович Кузьмичёв, Михаил Петрович Корнев. С ними я набиралась опыта. В сложных операциях ассистировала им».

Людмила Васильевна рассказала, как в 1986 году скорая доставила в реанимацию с переломами, черепно-мозговой травмой 20-летнего Александра Патрикеева — шофёра совхоза «Ленинское». Он пострадал в автомобильной аварии. Не одну операцию перенёс, пока его не перевели в общую палату. «Для меня больные все одинаковы в лечении, но Саша был какой-то особый. Радовалась его выздоровлению. Когда пришёл день расставания, попросил меня сфотографироваться с ним на память».

До сих пор слышу по телефону слова благодарности от Николая Ивановича Баламыкина, жителя деревни Щепотьёво. В 1988 году 24-летний Николай ехал домой на мотоцикле. На дороге угодил в сенокосилку. Результат — ампутация

Коломенские врачи

руки. Первое время о своей жизни и слушать не хотел. Сумела

переубедить. Работал сторожем. Семьянин. Оказывает помощь в ведении хозяйства.

С годами количество коек в травматологии взросло с 30 до 70». Людмила Васильевна задумалась. Я этим воспользовался и напомнил ей: «В 1984 году на лечении в травматологическом отделении находился рабочий тепловозостроительного завода Александр Васильевич Калганов. Вот какой вы ему запомнились. Больные вас побаивались и одновременно любили. Утром, когда входили в палату наступала тишина. Калганов вспоминал, что кого-то вы приструните за леность, что не массируете руку или ногу, другого пожалеете, третьего похвалите. Замечательный врач и человек». Людмила Васильевна улыбнулась: «С опозданием похвалил, но приятно об этом услышать».

Людмила Васильевна Зайцева родилась 2 ноября 1935 года. В 1962 году вышла замуж. Родила двоих детей. Ныне сын Василий Сыноевич — офицер запаса. Дочь, Мария Сыноевна, окончила фармацевтический факультет Рязанского мединститута им. Академика И. П. Павлова Провизор, заведующая одной из аптек г. Коломны.

В. Тимофеев.

От редакции: В этом году коллеги, пациенты, друзья будут отмечать юбилей Людмилы Васильевны Зайцевой. Мы желаем нашему доброму доктору помощи Божией, здоровья на многая лета!

Успокоительные сборы трав

● 15-20 гр цветков аптечной ромашки поместить в эмалированную посуду, закрыть стаканом кипятка, накрыть крышкой, нагревать на водяной бане 30 мин, охладить при комнатной температуре в течение 10 мин, процедить, отжать сырьё, перелить в стеклянную посуду с пробкой. Хранить не более 2-х дней. Принимать по 2-3 столовые ложки 3-4 раза в день.

● 1/2 пачки хвойного концентрата растворить в ванне. Принимать ванну. Температуру и время нахождения в ванне подобрать по самочувствию.

● Валериана лекарственная (корневища с корнями) 20 г, ромашка аптечная (цветки) 30 г, тмин обыкновенный (плоды) 50 г. Принимать по 1/2 стакана настоя 2 раза в день.

● Мята перечная (листья), пустырник пятилопастный (трава) — по 30 г, валериана

лекарственная (корневища с корнями), хмель вьющийся (соплодия) по 20 г. Принимать по 1/2 стакана настоя 3 раза в день.

● Валериана лекарственная (корневища с корнями), мята перечная (листья) — по 30 г, вахта трилистная (листья) 40 г. Принимать по 1/2 стакана.

● Хвощ полевой (трава) — 20 г, горец птичий (трава) — 30 г, боярышник кроваво-красный (цветки) 50 г. Принимать по 1/3-1/4 стакана настоя 3-4 раза в день.

По материалам «Фитотерапия». М.2008 г.

Тиреодит (полное название аутоиммунный тиреодит, АИТ) - воспаление щитовидной железы, в результате которого в организме образуются лимфоциты и антитела, которые начинают разрушать клетки собственной щитовидной железы.

Аутоиммунный тиреодит составляет почти 30% от всего количества заболеваний щитовидной железы. Это заболевание обычно проявляется у людей в возрасте 40–50 лет, хотя в последние годы болезнь все чаще диагностируется у молодых, а иногда – и у детей.

Факторы, вызывающие аутоиммунный тиреодит:

- Вирусные респираторные заболевания;
- Хронические инфекции в верхних дыхательных путях, пазухах носа, на небных миндалинах;
- Многочисленный кариес в ротовой полости, пародонтоз;
- Избыточное поступление в организм соединений фтора, хлора и йода;
- Бесконтрольный прием гормональных средств и йода, в том числе, широко рекламируемых препаратов, содержащих калий йодид;
- Бесконтрольный прием медикаментов, которые в качестве побочных эффектов повреждают ткани организма;
- Избыточное радиационное облучение (в том числе длительное пребывание на солнце в южных широтах);
- Психологические травмы и регулярные стрессовые нагрузки.

Диагностика

Ранними признаками этой болезни счита-

ется появление минимальных дискомфортных ощущений в области щитовидной железы, в горле чувствуется ком при глотании, начинает мешать высокий воротник, шарф. Появляется быстрая утомляемость и тянущие боли в суставах, нарушение настроения.

Диагностика аутоиммунного тиреодита строится в основном на данных УЗИ и на по-

Тиреодит

вышении в крови антител к тиреопероксидазе и тиреоглобулину (АТПО и АТТГ). При этом, гормоны Т3, Т4 и ТТГ могут быть как в норме, так и выходить за пределы средне-статистических значений.

Лечение:

Большинство эндокринологов в настоящее время при аутоиммунном тиреодите выписывает заместительную терапию тироксином. Это синтетический гормон, аналог одного из пяти гормонов собственной щитовидной железы.

Но нередко случаи, когда тиреодитные препараты не только не снимают воспаление, но и провоцируют дальнейший гормональный сбой и прогрессирующее нарушение обмена веществ.

Вместе с тем, положительные результаты даёт фитотерапия. Стойкую ремиссию заболевания можно объяснить противовоспалительной активностью и гормононормализующим действием растений.

Для фитотерапии нет и не может быть готовых рецептов. Часто, при одинаковом диа-

гнозе могут быть разные рекомендации. Для результата нужна помощь профессионала. Обязательно посоветуйтесь со своим лечащим врачом.

Сборы для лечения токсического зоба и аутоиммунного тиреодита с повышенной функцией щитовидной железы

Сбор 1. 1 часть корней солодки, 2 части марены красильной, 3 части плодов боярышника кроваво-красного.

1 столовую ложку смеси заливают 500 мл кипятка, настаивают 3–4 часа, процеживают. Принимают по 1 стакану 1 раз в день (утром) за 30 минут до еды в течение 30 дней.

Сбор 2. 1 часть травы девясила высокого, 3 части травы донника лекарственного, 4 части травы дурнишника колючего, 1 часть цветков липы, 2 части травы мяты перечной, 2 части цветков ромашки аптечной, 3 части травы сушеницы болотной, 4 части плодов шиповника.

3 столовые ложки смеси заливают 500 мл кипятка, нагревают на водяной бане в течение 10 минут, настаивают 4 часа, процеживают. Принимают по 3 столовые ложки 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 21 дня.

Сбор 2. 1 часть травы девясила высокого, 3 части травы донника лекарственного, 1 часть травы мяты перечной, 2 части цветков ромашки аптечной, 6 частей плодов шиповника, 1 часть травы зверобоя продырявленного.

2 столовые ложки смеси заливают 500 мл



Советы Эндокринолога

холодной воды, кипятят на слабом огне в течение 5 минут, настаивают 30 минут, остужают, процеживают. Принимают по 2 столовые ложки 2–3 раза в день за 30 минут до еды в течение 28 дней. После 14-дневного перерыва курс лечения повторяют.

Сборы для лечения заболеваний, связанных с пониженной функцией щитовидной железы и недостатком ее гормонов

Сбор 1. 6 частей травы медуницы лекарственной, 4 части листьев малины лесной, 3 части цветков боярышника колючего, 5 частей бузины черной, 3 части цветков липы сердцевидной.

2 столовые ложки смеси заливают 400 мл холодной воды, кипятят на слабом огне в течение 5 минут, настаивают 20 минут, остужают, процеживают. Принимают по 2–3 столовые ложки 2–3 раза в день за 30 минут до еды в течение 28 дней. После 14-дневного перерыва курс лечения повторяют.

Сбор 2. 2 части цветков боярышника колючего, 3 части цветков липы сердцевидной, 2 части травы мяты лимонной, 1 часть травы полыни горькой.

2 столовые ложки смеси заливают 500 мл холодной воды, кипятят на слабом огне в течение 5–7 минут, настаивают 20 минут, остужают, процеживают. Принимают по 2 столовые ложки 2–3 раза в день за 30–40 минут до еды в течение 21 дня. После 7-дневного перерыва курс лечения повторяют.

По материалам сайта Диагноз.ру

Можно ли применять для лечения продукцию фирмы «Гербалайф»? (А.Е. г. Коломна)

Фирма «Гербалайф Интернэйшнл Инк.» распространяет свою продукцию в 32 странах мира с помощью 30 тысяч дистрибьюторов.

Эта фирма получает колоссальные прибыли, поскольку продажа идет по системе сетевого маркетинга, минуя аптечную сеть и избегая выплаты налогов. У нас в стране «Гербалайф» пользуется спросом, а вот на Западе он вызывает серьезные подозрения. Франция, например, просто запретила у себя деятельность этой фирмы, так как стали широко известны случаи осложнений после приема «Гербалайфа».

У некоторых больных появились кровотечения из носа, головные боли, желудочные расстройства. Они принимали комплекс с большим содержанием витамина В6. Мы также наблюдали аналогичные осложнения у лиц, принимавших «Гербалайф». О неэффективности действия «Гербалайфа» говорит, например, следующее.

Один из научных сотрудников ведущего в стране научно-исследовательского медицинского института принимал «Гербалайф» для снижения веса. Во время приема препарата вес действительно снизился, но после окончания приема вновь вернулся к исходному состоянию. Иногда, по наблюдению некоторых врачей, наоборот, вес после окончания приема «Гербалайфа» увеличивается. Это может свидетельствовать либо о неэффективности препарата, либо о возможности выработки психологической зависимости или смешанной - психологической и лекарственной - зависимости от него.

Возможно, «Гербалайф» является препара-



том, изменяющим обмен веществ таким образом, что требует постоянного его применения. Нам известны и случаи применения «Гербалайфа» людьми с инсулинозависимой формой сахарного диабета, приводившие на некоторое время к улучшению состояния и снижению дозы инсулина. Однако в последующем у них учащались и протекали более тяжело гипергликемические коматозные состояния. У одного из них кома закончилась смертью.

«Гербалайф» и правильное питание

Немало предостерегающего я мог бы сказать также о продуктах компании «Эмрион» или о «Кембриджском питании». Кстати, в самом Кембридже понятия не имеют о «Кембриджском питании», являющемся практически искусственной пищей; там предпочитают натуральные, экологически чистые продукты. Но как рассказать обо всех видах, если только американская компания «Эмрион» выпускает около 350 наименований?.. С горечью можно констатировать, что: в России происходит навязанный нам процесс подмены натурального питания на полусинтетическую и искусственную пищу!

Не могли бы вы дать несколько практических советов, как и чем питаться в это неблагоприятное для нас время?

Старайтесь употреблять в пищу натуральные продукты. Как бы ни были красиво упакованы и разрекламированы импортные рафинированные масла и прочее, следует избегать их приобретения. Покупайте, пока еще есть в продаже, нерафинированные подсолнечное масло, нерафинированный сахар (вообще сахар лучше заменить медом), муку грубого помола, овсянку «Геркулес» (не «Экстра»), черный хлеб.

Если по каким-либо причинам не удается

избежать употребления рафинированных продуктов, нужно включать в ежедневный рацион хотя бы одно из блюд, богатых пищевыми волокнами, минеральными солями, витаминами, конечно, естественного происхождения: салаты, свеклу, капусту, петрушку, яблоки, морковь и другие овощи и фрукты, хлеб с отрубями, мармелад и другие. Все они не только содержат ценные природные компоненты, но

и способствуют сорбированию и выведению из организма различных токсических веществ, «вредных» микроорганизмов, избыточного количества холестерина.

Они также прекрасно очищают кишечник от конечных продуктов обмена веществ, способствуют росту резидентных, обязательных для нашего организма бактерий желудочно-кишечного тракта. При этом витамины, микроэлементы, минеральные соли отлично всасываются именно из цельных продуктов, а не каких-то экстрагированных, выделенных из них компонентов. Это обусловлено физиологическими процессами, запрограммированными Господом Богом. Тогда и не нужно прибегать к дополнительным мерам, дорогостоящим добавкам, многочисленным их вариантам, полусинтетической и синтетической пище, чтобы насытить организм, как-то изменить его функционирование, «докормить», вывести шлаки и нанести ему вред, что может вывиться не сразу, а через несколько лет.

В ряде регионов России нарушена экология, и продукты, приобретаемые в магазинах и на рынках, могут быть загрязнены солями тяжелых металлов, пестицидами, гербицидами, антибиотиками, нитратами, радионуклеидами

чают анемии различных видов.

PLT означает тромбоциты — клетки, отвечающие за свертываемость крови. Норма — 150 — 400х10⁹/л. Если их мало, то будет иметь место повышенная кровоточивость, постоянное образование синяков. Повышенный их уровень может привести к риску появления тромбов — сгустков крови.

Аббревиатура **WBC** обозначают лейкоциты, то есть белые тельца крови, защитники организма. Их норма — от 4,5 до 9х10⁹/л. Увеличение лейкоцитов — это признак воспаления в организме, их снижение признак плохой сопротивляемости человека инфекциям.

Лимфоциты обозначаются **LYM**. Их процентное соотношение 25-35 от общего количества лейкоцитов. Если отмечается

превышение, то можно предположить вирусные и хронические бактериальные инфекции.

Содержание нейтрофилов, эозинофилов, базофилов. Эти клетки также называют обобщенным понятием — гранулоциты. Для того чтобы определить характер изменений, обычно изучается соотношение каждого вида в процентах. Норма моноцитов 2-6%, эозинофилов 0,5-5%, базофилов 0-1%. Количество эозинофилов повышается при аллергиях и

Отвечаем на вопросы читателей

(особенно много их может быть в кочерыжке, твердых частях капусты, кожуре яблок). Не стоит отчаиваться! Я могу подсказать одно очень простое, но чрезвычайно эффективное средство для снижения опасности их воздействия на организм. Уже одно промывание продуктов в воде, замачивание их и кулинарная обработка позволяют сделать их менее опасными. Овощи, растения для салатов нужно замочить на 10-15 минут в холодной воде, затем отварить в свежей. В результате этого на 60-80%

снижается содержание в них нитратов. При квашении, мариновании овощей количество нитратов падает за счет перехода их в рассол. Если есть подозрения, что овощи, фрукты, мясо привезены из области, подвергшейся ионизирующему облучению, то также нужно принять меры. Для этого следует снять кожуру с овощей на 3-5 мм, с капусты — не менее трех листьев. Чтобы приготовить мясо, его нужно вымочить в течение двух часов в соленой воде. Очень мало накапливают радиоактивных веществ картофель, огурцы, помидоры, редис, капуста. Ими можно смело питаться, так же как и яйцами, поскольку скорлупа — надежная защита от радиации. Полезны продукты естественного происхождения, в частности, морские, такие как кальмары и морская капуста, которые способны выводить радионуклеиды из организма.

Питайтесь естественной пищей, данной нам Богом, благодарите за нее Господа, ходите в храм, берегите и умножайте Православие — веру наших предков.

Из интервью с игуменом Анатолием (Берестовым), профессором, доктором медицинских наук. По материалам Православного медицинского портала.

паразитических заболеваниях (глисты), нейтрофилов — разного рода воспаления, базофилов — хроническом миелоплейкозе, хроническом язвенном колите, некоторых кожных поражениях.

Моноциты (**MON**) — это незрелые клетки. Только в тканях они становятся макрофагами, то есть клетками, поглощающими возбудителей болезни, погибших клеток и чужеродных частиц. В процентах норма MON составляет от 2 до 6. Повышение моноцитов указывает на инфекционный процесс, то есть на проникновение микроорганизмов в организм человека, а понижение — на снижение иммунитета.

СОЭ — это показатель скорости оседания эритроцитов, который является неспецифическим индикатором состояния организма. Его норма для женщин 2-15 мм/ч, для мужчин — 1-10 мм/ч. Повышение показателя выше этих значений — признак воспаления. Также СОЭ может повышаться при различных опухолях. Низкие же его показатели встречаются крайне редко, говорят об эритроцитозе (много красных кровяных телец). При этом заболевании кровь становится вязкой и густой и вязкой от большого количества эритроцитов, что создает опасность образования тромбов, закупорок сосудов и может привести к инфаркту и инсульту.

Следует помнить, что наш организм — это сложная система. И только в содружестве с опытным врачом можно наладить все ее функции.

По материалам сайта Азбука здоровья

Расшифруем общий анализ крови

По результатам общего анализа крови можно предположить заболевания крови, а также воспалительные процессы, которые протекают в организме.

В результатах указаны буквы — **RBC**. Это эритроциты, то есть красные тельца крови. Эритроциты выполняют много функций, самыми важными из которых является доставка кислорода до каждого органа и во все ткани, а также выведение углекислого газа из организма. Нормальное значение эритроцитов для женщин составляет 3,7-4,7х10¹²/л, для мужчин — 4,0-5,5х10¹²/л. Повышенное их число указывает на сердечно-сосудистые болезни, например порок сердца, или острые отравления организма. Меньшее их количество говорит об анемии. И тогда врачи сразу же обращают внимание на другой показатель.

Это гемоглобин — **HGB** — сложный белок. Норма для женщин 120-140 г/л, для мужчин — 130-160 г/л.

Гематокрит обозначается **HCT** — это отношение объема клеток крови (эритроцитов) к плазме крови. Снижение гематокрита наблюдается при кровопотере, массивных травмах, голодании, разжижении крови из-за внутривенного введения больших объемов жидкости, при беременности. Повышенный гематокрит отмечается при обезвоживании — избыточной потери жидкости или недостаточном поступлении в организм, при ожо-

говой болезни, перитоните, патологии почек. Норма для женщин 0,36-0,46 л/л, для мужчин — 0,41-0,53 л/л, для новорожденных 0,54-0,68 л/л.

RDW — это ширина распределения эритроцитов. Показатель определяет, как эритроциты отличаются между собой по размерам. В норме — это от 11,5 до 14,5%. Если кровь состоит как из крупных, так и из мелких эритроцитов, значит, ширина их распределения будет выше. Это состояние указывает на дефицит железа, да и на другие виды анемий.

MCV, то есть средний объем эритроцита, различает разные виды анемий для того, чтобы выбрать правильный способ лечения. **MCV** — это достаточно точный параметр, но, если эритроцитов в крови много, да еще и с измененной формой, то достоверность его падает. Нормальный **MCV** — 80 — 100 фемтолитров (единица измерения). Показатель **MCV** определяет вид анемии (микроцитарная, макроцитарная, нормоцитарная).

Среднее содержание гемоглобина в эритроците или **MCH** (норма 27 — 35 пикограмма) показывает, какое абсолютное число гемоглобина содержится в 1 эритроците. Он реально определяет дефицит или же не усвоение железа в организме. По этому показателю анемия характеризуется как гипохромная, нормохромная и гиперхромная. Важно то, что **MCH** обязательно нужно соотносить с **MCHC** и **MCV**. На основании комплексного рассмотрения разли-

Интуиция и логика

«Нельзя доказать, что нужно подчиняться Богу, хотя бы нас убедили в том, что Он всемогущ и что Он может нас раздавить; хотя бы нас убедили в том, что Он благ и что мы обязаны быть Ему признательными. ... Но, если мы любим этого Бога, то все доказательств будут излишни, и покорность Ему покажется нам вполне естественной. Поэтому-то религия и имеет власть, тогда как метафизические учения ее не имеют» Анри Пуанкаре

Жюль Анри Пуанкаре (29 апреля 1854–17 июля 1912 гг.) – известнейший французский математик, физик, философ и астроном. С 1906 года глава Парижской академии наук, член Французской академии и еще более 30 академий мира.

Интуиция и логика в математике

Интересная вещь! Если мы перечитаем сочинения древних, у нас явится склонность причислить всех их к интуитивистам.

Мы надеемся уже не прибегать в наших рассуждениях к интуиции; философы скажут нам, что это иллюзия. Чистая логика всегда приводила бы нас только к тавтологии; она не могла бы создать ничего нового; сама по себе она не может дать начало никакой науке. Эти философы правы в одном смысле: для того, чтобы создать геометрию или какую бы то ни было науку, нужно нечто другое, чем чистая логика. Для обозначения этого другого у нас нет иного слова, кроме слова «интуиция». Но сколько различных идей скрывается под одним и тем же словом?

Интуиция не основывается неизбежно на свидетельстве чувств; чувства скоро оказались бы бессильными; мы не можем, например, представить себе тысячеугольника и однако же интуитивно рассуждаем о многоугольниках вообще, а они включают в себя как частный случай и тысячеугольник.

Наука доказывать не есть еще вся наука и интуиция должна сохранить свою роль как дополнение – я сказал бы, как противовес или как противоядие логики.



Ж.А. Пуанкаре

Я уже имел случай указать то место, какое должна иметь интуиция в преподавании математических наук. Без нее молодые умы не могли бы проникнуться пониманием математики; они не научились бы любить ее и увидели бы в ней лишь пустое словоупотребление; без нее особенно они никогда не сделались бы способными применять ее. Но если она полезна для студента, то она еще более полезна для творческого ума ученого.

Мы ищем реальность, но что такое реальность?

Физиологи учат нас, что организмы образуются из клеточек; химики прибавляют, что сами клеточки образуются из атомов. Значит ли это, что эти атомы или клеточки составляют реальность или, по крайней мере, единственную реальность? Тот типичный способ, по которому упорядочиваются эти клеточки и который порождает единство индивидуума, не есть ли также реальность, гораздо более интересная, чем реальность отдельных элементов, и стал ли бы думать какой-нибудь натуралист, что он достаточно знает слона, если бы он всегда изучал это животное только под микроскопом?

Чистый анализ предоставляет в наше распоряжение много приемов, гарантируя нам их непогрешимость; он открывает нам тысячу различных путей, которым мы смело можем верить; мы уверены, что не встретим там препятствий;

В поисках смысла

но какой из всех этих путей скорее всего приведет нас к цели? Кто скажет нам, какой следует выбрать? Нам нужна способность, которая позволяла бы видеть цель издали, а эта способность есть интуиция.

Если вы присутствуете при шахматной партии, чтобы понять ее, вам недостаточно будет знать правила ходов фигур. Это только позволило бы вам знать, что каждый ход сделан по правилам игры, а это преимущество, конечно, не имело бы большой цены. Однако в таком положении был бы читатель математической книги, если бы он был только логиком. Совсем другое дело – понимать партию; это значит знать, почему игрок выдвигает одну фигуру раньше другой, которую он мог бы подвинуть, не нарушая правил игры. Это значит подметить скрытую мысль, которая делает из этого ряда последовательных ходов нечто вроде организованного целого. Тем более эта способность необходима для самого игрока, т. е. для изобретателя.

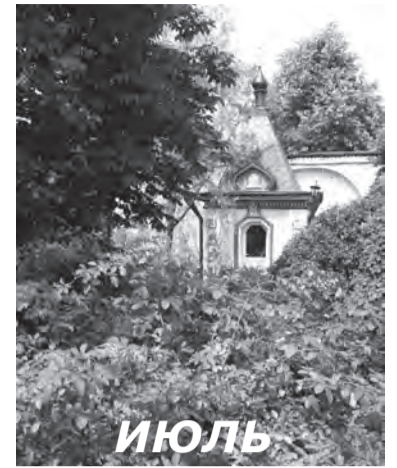
Этот вид целого необходим для изобретателя; он одинаково необходим и для того, кто хочет действительно понять изобретателя?

Таким образом, логика и интуиция играют каждая свою необходимую роль. Обе они неизбежны. Логика, которая одна может дать достоверность, есть орудие доказательства; интуиция есть орудие изобретательства.

Чтобы иметь возможность изобретения, аналитики должны, без помощи чувств и воображения, иметь непосредственное ощущение того, что создает единство умозаключения, что, так сказать, создает его душу и внутреннюю жизнь.

Большинство из нас, если бы захотели смотреть вдаль с помощью одной чистой интуиции, тотчас почувствовали бы головокружение. Наша слабость нуждается в более прочной поддержке, и, несмотря на исключения, тем не менее верно то, что чувственная интуиция есть самое обыкновенное орудие изобретения в математике.

Пуанкаре А. Из труда «О науке»



ИЮЛЬ

6 июля – Владимирской иконы Матери Божией.

7 июля – Рождество Иоанна Предтечи.

8 июля – Благоверных князей Петра и Февронии Муромских.

9 июля – Тихвинской иконы Божией Матери.

10 июля – Преподобного Амвросия Оптинского.

12 июля – Первоверховных апостолов Петра и Павла.

13 июля – Собор 12 апостолов.

17 июля – Преподобного Андрея Рублева.

18 июля – Преподобного Сергия Радонежского; Преподобномученицы великой княгини Елисаветы и инокини Варвары.

21 июля – Казанской иконы Божией Матери.

24 июля – Равноапостольной княгини Ольги.

28 июля – Равноапостольного князя Владимира.

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 –

Цикл передач

«Религиозная энциклопедия».

10:00, 15:00, 22:00 –

Жития святых.

21:00 – Россия сквозь века

А.И.Немировский.

«Слоны Ганнибала».

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 11а.

Тел.: +7(903) 001-56-65;

+7(903) 001-48-65

Эл. почта:

pilgrim@novogolutvin.ru

Принять самого себя

Приступая к исследованию самих себя, многие склоняются к следующему рассуждению: все, что во мне привлекательно, что мне во мне нравится, и есть мое «я». Все же, что во мне кажется мне уродливым, отталкивающим, что создает напряжение с окружающими, я воспринимаю как пятна, как нечто привнесенное или наложенное на меня извне. Например, люди часто говорят: «Я ведь от всего сердца стремлюсь к иному, но жизненные обстоятельства сделали меня таким». Нет, жизненные обстоятельства только раскрывали, что вы таковы.

В переписке Макария, одного из оптинских старцев, есть два или три письма к петербургскому купцу, который пишет: «От меня ушла прислуга и мне предлагают взамен

деревенскую девушку. Что вы мне посоветуете, брать мне ее или не брать?» Старец отвечает: «Конечно, брать». Через некоторое время купец снова пишет: «Батюшка, позвольте мне ее прогнать...; с тех пор, как она здесь, я все время прихожу в ярость и потерял всякое самообладание». И старец отвечает: «И не вздумай гнать, это ангела небесного послал тебе Бог, чтобы ты видел, сколько в тебе злобы, которую прежняя прислужница никогда не могла поднять на поверхность».

И вот мне кажется, что если мы вглядимся в себя со всей серьезностью, то уже не сможем сказать: все, что добродетельно, прекрасно, гармонично, – это я; все остальное – это пятна случайности, не имеющие со мной ничего общего, они

просто прилипли к моей коже... В действительности же они не к коже прилипли, а коренятся в самой глубине нашего существа. Только это нам не нравится, и мы обвиняем кого только можем или обстоятельства нашей жизни.

И вот порой, если мне говорят:



Митрополит Антоний

«Я виноват, но что вы хотите? У меня теща, у меня зять, у меня то, у меня се, у меня ревматизм и артрит, мы пережили русскую революцию и т. д.», – не раз случалось, что когда человек, закончив свой рассказ, ждал уже разрешительной молитвы, я ему говорил: «Сожалею, но исповедь – это средство примирения с Богом, а примирение – дело обоюдное. И так, прежде чем я дам вам разрешение во имя Бога, можете ли вы сказать, что прощаете Ему весь вред, все зло, которое Он вам причинил, все обстоятельства, в которых Он принудил вас не быть святым или святой?». Мы должны принимать самих себя целиком, как мы есть.

Митрополит Антоний Сурожский

Митрополит Антоний Сурожский

«Сократ на Руси»



На склоне лет, достигнув возраста в 72 года, Григорий Саввич Сковорода гостил у одного из своих учеников. Как-то под вечер он взял заступ и начал рыть узкую яму. «Чем это ты занят, друг мой?» – спросил его хозяин. «Пора, друг, кончить странствие!» – ответил гость.

– «И прошу тебя, пусть здесь будет моя последняя могила, и на ней напишете, что мир ловил меня, но не поймал.» На следующий день его нашли в комнате умершим. Руки его были сложены на груди крестом, голова покоилась на свитках собственных его сочинений. Они были изданы через сто лет.

Григорий Саввич Сковорода (1722-1794) примечателен, как первый философ на Руси в точном смысле слова. В оригинальной и самостоятельной системе Сковороды надо видеть первые всходы того, что развивалось в русской религиозной душе, когда умственная энергия направлялась на вопросы философии.

Он писал про самопознание, что оно есть начало мудрости:

«Не измерив себя прежде всего, какую пользу извлечешь из знания меры в прочих существах?»

«Кто может узнать план в земных и небесных... материалах, если прежде не смог усмотреть в плоти своей?».

«Всех наук семена сокрыты внутри человека, тут их тайный источник»

«Тело мое, знаю я, на вечном плане основано, ты видишь в себе одно земное тело, но не видишь тела духовного».

«Когда хорошо себя узнаешь, одним взором узнаешь и Христа».

Проблема человека, его сущности и судьбы, смысла его жизни стояла в самом фокусе его раз-

Крупницы мудрости

мышлений. Централно и существенно в человеке, по мысли Григория Сковороды, его сердце:

«Всяк есть то, каково сердце в нем, всему в человеке глава есть сердце – оно и есть истинный человек»

«Что есть сердце, если не душа? Что есть душа, если не бездонная мысль бездна? Что есть мысль, если не корень, семя и зерно вся нашей плоти-крови, и прочей наружности?»

«Мысль есть тайна пружина всей нашей телесной машины».

Жизнь Григория Сковороды чрезвычайно своеобразна, – его зовут иногда русским Сократом, желая этим подчеркнуть его сходство с греческим мудрецом. Впрочем, он и сам писал, что «замыслил умом и пожелал волею быть Сократом на Руси».

По материалам статьи прот. В. В. Зеньковского «Философия Г.С. Сковороды»

МЕДИЦИНСКИЙ ВЕСТНИК

Учредители: Свято-Троицкий Ново-Голутвин женский монастырь
Медицинский центр св. блж. Ксении Петербургской.
Православное общество врачей г. Коломны,
Телефон 614-27-44.

Ред. коллегия: Вавилова М.Н., Варфоломеева Л.Г. Мерлина Е.А.

Газета выходит 1 раз в месяц с 1 января 2003 г. Объем 1 печатный лист.

Тираж 999. Заказ 1017.

Отпечатано в ГУП МО «Коломенская типография», ул. III Интернационала, д. 2а.

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

Газета издается на пожертвования прихожан Свято-Троицкого Ново-Голутвина монастыря.

www.novogolutvin.ru