



Первая Клиническая

*Ваше здоровье
на первом месте!*

Корпоративная газета Городской клинической больницы №1

№ 1 январь-февраль 2016 года | г. Новокузнецк

*Поздравляем
с праздником!*



Уважаемые коллеги!

Уже не первый год мы объединяем два замечательных праздника – 23 февраля и 8 Марта. И это глубоко символично. Потому что мужчины, независимо от звания, профессии, характера и возраста всегда готовы встать на защиту Отечества, своей семьи, родительского дома и в любую минуту подставить своё плечо прекрасной половине человечества.

23 февраля – не просто дата в календаре, этот день наполнен глубоким смыслом, овеян доблестью и славой побед Российской армии.

Военная служба всегда была и будет для каждого мужчины школой мужества и самоотверженности. Такие ценности, как честь и достоинство, отвага и смелость остаются и сегодня священными понятиями.

Уважаемые мужчины, желаю вам в любых ситуациях сохранять стойкость и терпение и оставаться надёжными защитниками, за спиной которых спокойно вашим родным и близким.

Милые женщины! Поздравляю вас с прекрасным праздником – 8 Марта! Пусть в этот день повседневные заботы уступят место весеннему настроению, комплиентам, цветам и улыбкам, теплым словам и поздравлениям! Это праздник любви и доброты. Ведь именно доброта и ласка, забота и щедрость души – те сокровища, которыми вы щедро наделены. Вы храните семейный очаг, дарите тепло своим семьям, передаете детям вечные духовные ценности.

Отдельные слова восхищения и благодарности в этот праздник – женщинам–матерям, которые самоотверженно растят своих детей и помогают идти по жизни. В материнской любви, всепрощении, терпении и понимании заключена великая сила. И во всём, чего мы добиваемся на своём пути, их заслуга.

Вы – самые лучшие матери, замечательные жёны, заботливые бабушки, любящие дочери, а самое главное – очень нежные и обаятельные женщины.

Вы вдохновляете мужчин на ратные и трудовые подвиги, укрепляете веру в собственные силы, вносите мир и гармонию в окружающий мир! Мудрость и надежда, любовь и красота – всё самое главное и лучшее в жизни мы называем именами женского рода.

Спасибо вам, дорогие коллеги, за умение радоваться жизни, за вашу улыбку, делающую каждый день добрее и прекраснее.

Искренне желаю вам счастья, здоровья, успехов и солнечного настроения. Оставайтесь всегда такими же умными, чуткими, обаятельными и привлекательными. Пусть ваши глаза всегда светятся от счастья, ведь именно это делает женщину по-настоящему прекрасной!!!

**С уважением и наилучшими пожеланиями,
Главный врач Василий Мальчиков.**

ЖЕЛАНИЕ ПОМОГАТЬ ЛЮДЯМ С ГОДАМИ ЛИШЬ РАСТЁТ



Не секрет, что труд врачей – это бесконечный гуманизм и самопожертвование ради людей. По первому зову они должны прийти на помощь людям днем и ночью. Сколько переживаний за пациентов, операций и бессонных ночей бывает в их жизни, что и не счесть. Если говорить о гинекологической службе Первой горбольницы, то большинство врачей здесь – это представительницы прекрасного пола, которые через несколько дней будут получать поздравления с 8 Марта.

статочности при беременности. Это хорошая методика, мы её применяем очень давно, неоднократно делились опытом с коллегами на городских и областных конференциях, эффективность сохранения беременности при этом составляет 80%. С 2016-го года данное направление входит в разряд ВМП. По югу Кузбасса мы единственные, кто делает подобные операции. Получили хороший эффект, женщины донашивают беременность, рожают детей, это радостно и приятно.

- Что хотелось бы внедрить, оснастить?

- Наша клиника недостаточно оснащена так, как хотелось бы, но мы в надежде, что это будет.

В канун праздника мы встретились с заместителем главного врача по акушерству и гинекологии ГКБ № 1 Любовь Алексеевной Маркиной.

- Любовь Алексеевна, какие тенденции развития характерны в последнее время для гинекологической службы в целом?

- Женское здоровье очень хрупкое и сохранить его прекрасной половине человечества помогают врачи-гинекологи. Сегодня мы делаем ту же работу, что и выполняли раньше. Только сейчас эти возможности предоставляются по-другому: более качественно, технически более тонко. Если много лет назад большая часть операций в клинике выполнялась открытым доступом, женщины находились в стационаре до 14 дней, это был отрыв от семьи, то сейчас в приоритете эндоскопические операции. В нашей клинике выполняется до 90% подобных операций и это хорошо всем: и врачам, и пациенткам, и работодателю. Эндоскопические вмешательства позволяют женщине быстрее адаптироваться, вернуться в социум.

Экстренная гинекологическая служба работает в полную силу, высокий процент оперативной активности. Соотношение плановых (30%) и экстренных операций (70%) по-прежнему остаётся на том же уровне. Успешно выполняем органосохраняющие операции при внематочной беременности. Отработаны технологии, благодаря которым сохраняются все органы, которые участвуют в репродуктивном здоровье женщины.

Мы всё делаем через здоровье во благо. Специально для женщин в течение нескольких лет в клинике работал психолог, который работал с пациентками до и после операции.

- Знаю, что большое внимание уделяется использованию высоких технологий в гинекологии.

- Для нашей службы это большой пласт работы. Мы не первый день выполняем операции при несостоятельности мышц тазового дна. Сначала эти операции проводились за счёт собственных тканей женщины, затем применялись металлы с памятью, сейчас на смену им пришли сетчатые импланты. С ними работаем третий год, в 2014 году сделали 40 операций, в 2015 году установили 80 имплантов. Широкое распространение получили у нас операции акушерского профиля при истмико-цервикальной недо-

врачами ультразвуковой диагностики. Многие операции выполняем под контролем УЗИ, в этой области у нас уже много лет трудится специалист экспертного класса. Учитывая некоторые организационные моменты и высокую потребность в исследованиях, врачи гинекологической клиники сейчас



обучаются на врачей ультразвуковой диагностики.

Физиотерапевтическое отделение – они большие молодцы. Чего только стоит общение с пациентом с нашим специалистом по лечебной гимнастике! У врачей и медицинских сестёр в силу большой загруженности не всегда на это есть время.

- Чего не может позволить себе врач на рабочем месте?

- Не опускаться до бестактности и грубости. Помните, что мы – врачи, и имеем общение с больными людьми, которым нужна помощь, сострадание и участие. Пациентки должны уходить от нас здоровыми. На рабочем месте – все свои негативные эмоции в сторону. Найти нужную тропинку к каждой больной не так уж сложно. Врач отчасти ещё и психолог, так как женщины стали более требовательными к медицин-

скому персоналу. Я очень признательна коллегам за их понимание и терпение в своей нелёгкой, но интересной работе. Тот, кто остался в профессии и тот, кто недавно пришёл туда, достоин уважения.

- Любовь Алексеевна, в преддверии весеннего женского праздника, чтобы вы пожелали своим пациенткам, коллегам?

- Здоровье – самое большое счастье. Когда оно есть, его не замечаешь, когда оно потеряно, жалеешь, чего бы только ни отдал, чтобы его вернуть. «Берегите себя смолоду!» – прописная истина, но мы так мало об этом задумываемся. Будьте целомудренными и ответственными за своё здоровье! Милые женщины, от всей души

желаю вам семейного благополучия, простого человеческого счастья, внимания родных и близких! Женщина всегда должна быть обаятельной, привлекательной, полной сил и жизненной энергии – и мы всегда будем такими!

- Счастливая женщина, на ваш взгляд, какая она?

- Каждая женщина, наверное, счастлива по-своему. Но в целом, счастье для женщины определяется здоровьем, любовью близких людей. Для каждой из нас важно радоваться жизни и найти ту вторую половинку, которой будешь дарить своё тепло и заботу. Обязательно нужно иметь мечту, силы и желание её реализовать. И, конечно, родить здоровых, обязательно желанных деток – двоих, троих, пятерых. Поэтому счастливая женщина – это та, которая познала счастье материнства.



Тромб под контролем или когда причиной инсульта бывает сердце

Совсем недавно на базе кардиологического диспансера поликлиники № 1 открылся кабинет контроля международного нормализованного отношения для населения г. Новокузнецка. Такие специализированные антикоагулянтные кабинеты для пациентов, имеющих высокий риск инфарктов и инсультов из-за склонности к образованию тромбов в кровеносных сосудах, появились в восьми больницах Кузбасса. Их задача – предупреждение состояний, угрожающих жизни таких больных.

Прежде всего, речь идет о людях, которым установлены протезы клапанов сердца, а также о тех, кто страдает от некоторых видов сердечных аритмий. Чтобы уменьшить свертываемость крови, они должны постоянно принимать лекарства-антикоагулянты. Золотым стандартом такой терапии считается препарат варфарин.

Все пациенты с высоким риском возникновения тромбозов и тромбоэмболий могут в кабинете у специалиста измерить МНО экспресс-методом и получить консультацию по коррекции дозы препарата. С начала февраля порядка 30 человек прошли подобное исследование.

Сначала пациенту подбирают индивидуальную дозу препарата, а потом обязательно контролируют его эффективность: свертываемость крови должна быть в определенном коридоре, чтобы избежать и тромбов, и кровотечений.

«Чтобы избежать такого развития событий, абсолютно всем пациентам пожизненно назначают варфарин. Этот препарат способствует более медленному свертыванию крови. Он предотвращает нежелательное образование тромбов, которые могут провоцировать инсульты, сердечные приступы или тромбы в сосудах легких или ног, — поясняет заведующая кардиологическим диспансером



поликлиники № 1 Елена Онищенко. — К особенностям приема варфарина относится то, что пациентам не только необходимо своевременно принимать таблетки, но и соблюдать несколько важных условий правильного приема препарата для эффективности проводимой терапии. Для каждого человека подбор дозы варфарина должен осуществляться индивидуально.

Подбор дозы варфарина в среднем занимает от 3 до 5 дней, в особых случаях до нескольких месяцев. В этот период понадобится частое определение МНО, до 2–3 раз в неделю. В зависимости от полученного результата теста возможна коррекция дозы препарата до достижения целевых цифр МНО. В последующем контроль уровня МНО необходимо осуществлять не менее одного раза в месяц.

Сегодня в Кемеровской области проживают около 18 тысяч пациентов с показаниями для назначения варфарина. Чтобы

взять их под особый контроль, и было решено открыть на территориях антикоагулянтные кабинеты.

Антикоагулянтный кабинет оснащен специальным оборудованием для оценки свертываемости крови – аппаратом «Коагучек». Аппарат похож на портативный глюкометр для диабетиков. Уже через минуту прибор выдаёт результат, ориентируясь на который можно скорректировать дозу препарата. Процедура примерно такая же, как и при контроле больных сахарным диабетом. Капля крови из пальца помещается на тест-полоску, и результат виден на экране анализатора. Кроме того, с помощью автоматизированной системы централизованного контроля МНО будут передаваться данные тестирования в координационный кабинет антикоагулянтного центра Кемеровского кардиологического диспансера. Такой подход позволит улучшить качество и прогноз жизни пациентов.



Акция

Дружно снижаем вес

Они решили худеть у всех на глазах. У них – разный возраст, социальный статус, характер и образ жизни. Но этих людей объединяет общая цель: они хотят осуществить свою заветную мечту, которая сейчас недостижима из-за лишнего веса, – выйти замуж, родить ребенка, прыгнуть с парашютом, блеснуть на подиуме...

Участники телевизионного проекта «Жги-Шоу» из восьми городов Кузбасса в течение полугода пытаются сбросить ненавистные лишние килограммы под присмотром фитнес-тренеров и диетолога. Девять человек – новокузнецкие, они без стеснения рассказывают о своих проблемах и комплексах, они готовы бороться и доказывать, что трёхзначное число на весах может стать двухзначным.

Сегодня эта акция по снижению веса, инициированная губернатором, приобрела особую популярность. Роль медиков Городской клинической больницы № 1 во всём этом – организовать обследование участников команды из Новокузнецка, прошедших кастинг в городе Кемерово.

Конкурсная комиссия, в составе которой был профессиональный диетолог, отобрала только девять человек, семь из которых обследуются в нашей больнице.

Одно из условий акции – суммарный вес команды должен быть одна тонна.

Общий вес участников «Жги-Шоу» составил 8 774 кг. Самый «большой» город – Белово (1007 кг), самый «маленький»

в весовой категории оказался Новокузнецк (931 кг).

Средний возраст участников – от 30 до 40 лет, но есть и те, которым чуть больше двадцати.

Сейчас команда находится в надёжных руках врачей ГКБ № 1 и специалистов Центра здоровья. Проведение биоимпедансметрии, ЭКГ, флюорография, УЗИ органов, общий анализ крови, биохимия на гормоны щитовидной железы, консультации специалистов – всё расписано по дням, плотный график, ведь к 1 марта – к старту основного этапа акции – нужно подготовиться по полной программе. Затем один раз в неделю желающие похудеть будут посещать Центр здоровья, чтобы зафиксировать свой вес. Кстати, здесь же по желанию они смогут посетить школу рационального питания.

Главное, поставлена задача: до конца августа скинуть максимальное количество килограммов. Итоги акции будут подведены как в личном (отберут трех человек), так и в командном (отберут максимально похудевшие лучшие команды городов об-



ласти) зачётах. За эти полгода команды будут не только тренироваться на базе спортивных учреждений под наблюдением специалистов, но и состязаться с командами других городов. Главный приз – уголь.

По словам специалистов, участники проекта не будут употреблять чудо-таблетки, обещающие похудеть за неделю. Принципы похудения простые: изменение питания и движение. Сколько калорий они потребляют каждый день и едят ли сладкое на ночь, расскажут об этом диетологу. Они сами будут приучать себя к здоровому образу жизни.

Истории участников кастинга разнообразны. Нам удалось пообщаться с одним из них. Знакомьтесь, Руслан Гумбатов, студент, 23 года, его вес – 112 кг.

«Так получилось, что первым отправил заявку, через месяц оказался на кастинге, — вспоминает Руслан. — Очень хорошей настрой, позитивный. С пяти лет страдаю лишним весом. Конечно, пробовал самостоятельно худеть, сбрасывал вес до 85 кг, но вскоре опять набирал. Думаю, что мы дружно будем худеть, ведь главное не победа, а борьба с собой и сила воли – сможем, не сможем».

Кадры

В нашем полку прибыло



Семья Шафиковых

Одни идут в институт из-за престижности профессии, другие – по призванию. Медицина на самом деле требует отдачи: врачом нельзя просто научиться быть, это действительно призвание. К нему нужно идти как минимум 10 лет: 7 лет учебы в вузе и интернатуре, а потом еще года 3-4 набираться опыта на работе. Медицина – трудный хлеб, в том числе и с моральной точки зрения. А современная молодежь хочет всего и сразу: после института быстро подниматься по карьерной лестнице и получать за работу приличные деньги.

Но есть в нашем коллективе молодые люди, которые пришли в профессию недавно, пришли не в одиночку, а семьей. Они делают первые шаги и гордятся тем, что работают в Первой городской клинической больнице Новокузнецка.

Семьи Шафиковых и Пановых трудятся в Первой больнице с сентября прошлого года. Как говорят молодые специалисты, устроились на работу из-за опыта, который не получишь по книгам или медицинским журналам, а еще потому, что работать здесь было и будет всегда престижно.

Екатерина Шафикина, врач-рентгенолог:

– Наша трудовая биография с мужем началась с поликлиники КМК. Так получилось, что после института и прохождения интернатуры были перспективы остаться в Таштагольской центральной районной больнице. Но волею судеб мы оказались в Новокузнецке в Первой горбольнице. На тот момент были свободные вакансии, больница всегда являлась прекрасной школой для врачей, это развитие вперед, поэтому все плюсы говорили за себя. Начала работу в отделении медицинской профилактики поликлиники КМК, но там мы смотрели на рентгенограммах только лёгкие. Сейчас перешла в рентгенологическое отделение Первой больницы. Здесь есть возможность работать в хирургии, травме, терапии, а это для начинающего врача – большой опыт.

Две недели работаю в хирургическом корпусе, конечно, очень ответственно. Но чувствую, что ближе по духу – травматологический профиль. Быть может, потому что

мой муж – Ринат Шафиков – врач-травматолог-ортопед поликлиники КМК. Сегодня весь день трудилась в амбулаторно-травматологическом отделении, за день прошло 10-15 пациентов, впереди дежурство в ночь и ещё целая стопка рентгенограмм, которые нужно быстро описать.

Считаю, что работа нас учит всегда быть в команде. Врачи-клиницисты – это наши «друзья», они нам во многом помогают. Большое спасибо заведующему рентгенологическим отделением Юрию Борисовичу Развозжаеву, Елене Борисовне Лисенковой, Элле Александровне Поткиной, Элле Анатольевне Касьяновой, которые всегда поделаются опытом. Сейчас с улыбкой вспоминаю свой первый день дежурства – тот страх ошибки, ту ответственность. Со мной был муж, и это придавало мне уверенность. Чтобы стать настоящим специалистом в своей области, нужно читать книги и смотреть-смотреть рентгенограммы, чем больше, тем лучше. Дежурства? Конечно, нужны, они учат самостоятельно думать и принимать единственное верное решение, потому как в такие моменты ты остаёшься наедине со снимком, и дальнейшая тактика лечения пациента зависит от твоего заключения. В перспективе хотелось бы набраться опыта и заниматься СКТ, МРТ, мне это очень интересно.

Я вообще не представляю себя на каком-либо другом рабочем месте. Медицина – это то, что всегда интересно, всегда востребовано.

С мужем дежурируем по очереди: пока я на

дежурстве, он находится с ребёнком. Наверное, если бы мы не работали оба в медицине, то не поняли друг друга, говорили бы на разных языках. Учились вместе в Кемеровской медицинской академии, вместе работали в одной из областных больниц: он – медбратом, я – медицинской сестрой. Вот и сейчас опять вместе и не пожалели, что пришли в Первую больницу.

Как молодым специалистам, нам дали «подъёмные» по 150 тыс. рублей, в ближайшее время хотим решить жилищный вопрос. Считаю, что в Первой горбольнице есть все социальные гарантии для молодёжи и перспективы. Огромное спасибо руководству медучреждения и заведующей поликлиникой КМК Елене Васильевне Чуфистовой за помощь и поддержку для нашей семьи.

Татьяна Панова, врач-рентгенолог:

– Мы тоже пришли семьей в Первую больницу, примерно в одно время с Шафиковыми. Запомнился первый рабочий день, это было 1 сентября, шли как на учёбу. Я – врач-рентгенолог, муж – Алексей Панов – ординатор второго курса по специальности «урология», один год был в плановой урологии, сейчас в экстренной. Коллектив рентгенологического отделения меня встретил хорошо, здесь я дежурила, когда была в интернатуре, поэтому знала всех. И сейчас старшие коллеги всегда готовы помочь и словом, и делом.

На работе с мужем видимся редко, насыщенный график, зато дома на медицинские темы разговариваем. Также учились в одной академии, в одной группе, после пятого курса поженились. Конечно, планов много: мужу, например, хотелось бы работать в поликлинике, там больше встречается разнообразной патологии, мало времени на размышления, и за короткий временной промежуток надо помочь людям, а мне интересно ещё глубже познать рентгенологию. В сентябре прошлого года у супруга была уникальная возможность побывать на

конгрессе Российского общества урологов. Это впервые в истории кафедры урологии, когда ординатор смог посетить мероприятие такого серьёзного уровня.

Сколько раз задавала себе вопрос: почему выбрала рентгенологию? По натуре я – интроверт, в рентгенологическом отделении твоё общение с пациентами практически сведено к нулю. У тебя есть время подумать, сосредоточиться.

Меня всегда привлекала диагностика, интересно дойти до истины, что с пациентом, что послужило причиной того или иного заболевания. Переживаю за каждого больного. Помимо того, что нужно правильно поставить диагноз, нужно красиво изложить это и на бумаге. Скажем, написать мини-сообщение. Конечно, помогают стандартные шаблоны, по которым мы работаем.

Профессию рентгенолога не назовешь редкой, она больше связана с умственным трудом, с приёмом и переработкой информации. Я работаю по всем рентгенологическим кабинетам больницы, и это для меня, как для молодого специалиста, – огромная практика. Смотрим лёгкие, придаточные пазухи, органы брюшной полости, как работают почки, – всё интересно. Что с костью: перелом или ушиб? Что происходит во внутреннем ухе? Как работает желудочно-кишечный тракт? И так далее – список вопросов, которыми мы занимаемся, бесконечен.

Часто дежурю, во время первого дежурства тряслась, как осиновый лист, каждого телефонного звонка боялась: а вдруг врач, вдруг не так описала, не то выявила. Опыт приходит с каждой рентгенограммой.

Пришла в Первую больницу потому, что раньше работала здесь в составе младшего персонала, во время обучения на кафедре рентгенологии проходила практику в этом медучреждении. О чём мечтаю? Наверное, хотела бы, чтобы будущее поколение продолжило дело своих родителей. В медицине не бывает случайных людей.



Семья Пановых

Творческая мастерская

С праздником, любимая мама!

О добрых, нежных, ласковых, заботливых руках мамы можно говорить бесконечно. Для каждого из нас тепло мамы связано с чем-то родным, домашним, таким знакомым и уютным. Наши юные пациенты тоже подготовили поздравления мамам. Кто-то сделал своими руками красивую открытку, кто-то рисунок. Есть и те ребята, которые решили выразить все чувства маме в стихотворении.

«Тепло маминых рук»

У мамы, как солнышко, теплые руки,
Так нежно умеют они приласкать,
Излечат от боли, избавят от скуки,
В любую минуту готовы обнять.
Играя, мне волосы нежно взлохматят,
Пекут пирожки в выходной по утрам,
И весело ножки щекочут в кровати,
Когда не хочу просыпаться я сам.
Погладят все платья, рубашки и брюки
И тут же другую работу найдут...
Я глажу уставшие мамыны руки, –
Пускай хоть немного они отдохнут.

«Аленький цветочек»

В праздник мы подарим
Мамочке тюльпаны –
Стройные, красивые,
Как улыбка мамы!...



Главное – умение слышать и слушать

Свой очерк я посвящаю всем женщинам-медикам нашего больничного городка, выбрав одну из представительниц в качестве его героини. Она – врач-эндокринолог, заведует консультативно-диагностическим отделением поликлиники №1, ведущий специалист по эндокринологической службе ГУЗО.

Оценивая высокий профессиональный уровень этого специалиста, не могу не отметить её человеческие качества: бесконечную доброту к пациентам, отзывчивость и искренность, которые помогают этой молодой, красивой женщине лечить людей и побороть их болезни. На работе она компетентный и чуткий врач, в жизни – интересный собеседник, коммуникабельный, позитивный человек, а в семье Марина Вавулина – любящая жена и замечательная мама.

Марина Николаевна с медициной знакома с детства. Каждое лето с сестрой они проводили в деревне Вяземка (Ижморский район), где их бабушка - Мария Макаровна Коновалова работала фельдшером. «Часто приходили к ней в ФАП, смотрели и читали журналы «Здоровье», помогали оформлять санпросветбюллетени, считали медикаменты на остатках для составления заявок, угощались витаминками и сиропами, - вспоминает доктор Вавулина. - Старшая сестра после школы поступила в Анжеро-Судженское медицинское училище, в настоящее время работает фельдшером в бригаде неотложной помощи в п. Кузедеево. Когда я закончила 10 классов, мне предложили целевое направление от ЦРБ в Кемеровский медицинский институт, так я поступила на педиатрический факультет, закончила его в 1996 году».

Героиня очерка постоянно стремится пополнять свои знания в области медицины, развиваться и продолжать быть достойным примером женщины-врача.

«Главное в любой работе - умение слушать и слышать, что тебе говорят, в нашем случае – это пациенты, - говорит Марина Николаевна. - Он собирался, ждал при-

ема, готовил вопросы, записывал и пока пациент не поделится с врачом всем, что у него накопилось, он не получит удовлетворения от приема. Пациенты у эндокринолога - это люди пожилого возраста, страдающие от дефицита внимания и общения, у которых что-то «давит», першит в горле или появляется «комочек» при глотании, а еще – им нужно успеть рассказать о бытовых и финансовых проблемах у близких родственников».

Под её чутким руководством в отделении проводятся консультации больных и профилактика осложнений сахарного диабета, а также обучение пациентов самоконтролю и принципам правильного питания.

«Что касается пациентов с сахарным диабетом, то обращает на себя внимание их инфантильное поведение, - говорит врач-эндокринолог консультативно-диагностического отделения поликлиники № 1. - Они в надежде на «волшебную» таблетку, им надоедает соблюдать диету, они экономят на тест-полосках. Что делать в таком случае врачам-эндокринологам? Мы 13 лет проводим занятия в школе для пациентов с сахарным диабетом, на каждом приеме напоминаем о необходимости регулярного самоконтроля, рациональном питании, активном образе жизни».

За годы своей работы Марина Николаевна отмечает, что количество людей с заболеваниями эндокринной системы неумолимо растёт. И среди них абсолютно лидирует сахарный диабет. Поэтому медицина сегодня не стоит на месте, эндокринология – в том числе.

«У нас появились новые инновационные препараты для лечения пациентов с

сахарным диабетом 2 типа, ингибиторы SGLT2, которые снижают концентрацию глюкозы в крови за счет снижения реабсорбции глюкозы в проксимальных почечных канальцах, т. е. стимуляции выведения глюкозы с мочой. Сейчас мы начинаем работать с новыми аналогами человеческого инсулина, будем ждать результатов», - поясняет Марина Вавулина.

Профессия медика такова, что врач должен все время расширять свои знания, чтобы применять современные методы лечения и пользоваться новейшими открытиями медицины.

«Доктор – это человек, вынужденный всю свою жизнь находиться среди больных людей, видеть смерть, страдание, страх, терпеть хамство и неадекватное поведение, - размышляет Марина Николаевна. - Работать в подобных условиях может человек сильной воли, истинный профессионал не должен идти на поводу у своих пациентов, напротив, его задача – настоять на своем решении, убедить человека сделать то, что рекомендует современная медицина. Хороший врач не перестает обучаться ни в 20, ни в 40, ни в 60 лет, так уж сложилось, что нам постоянно приходится осваивать что-то новое. И, конечно, нужно быть обязательно вежливым, ведь одно хорошее слово может сделать больше, нежели 10 дел. Оно может успокоить беспокойного пациента, дать надежду тяжело больному или помочь родственникам смириться с неизбежным».

Несомненно, весенний день 8 марта заставляет каждую из представительниц слабого пола отвлекаться от работы, забыть



немного о ежедневных заботах.

Марина Вавулина пожелала всем своим коллегам, чтобы их жизнь была бы такой же солнечной и теплой, как этот первый, весенний месяц. «Пусть в ней будет так же много цветов, подарков, приятных сюрпризов, комплиментов и внимания от любимых и близких, как в сегодняшний Международный женский день. Забудьте обо всем, что тревожит ум и сердце, радуйтесь каждому дню и пусть в вашей душе всегда царят весна и праздник. А что ещё можно добавить к таким прекрасным словам? С праздником вас, дорогие женщины!».

Акция

Здоровым шагом на прогулку с врачом



«Прогулка с врачом» - это проект, пропагандирующий здоровый образ жизни и позволяющий получить советы врача «из первых уст», станет хорошим дополнением развития больничного городка, где здорово. Участниками прогулок станут врачи Первой больницы, пациенты и медицинские работники.

Все желающие сделают свои первые шаги на пути к здоровью, узнают о пра-

вилах ходьбы и получат консультации специалистов. Это будет настоящий ликбез, возможность поговорить о том, что беспокоит, приобрести знания. Первая прогулка с инструктором лечебной физкультуры планируется 1 апреля, затем мероприятия будут проходить регулярно. Проект «Прогулка с врачом» известен во всём мире. Известно, что сама по себе ходьба удлиняет человеческую жизнь

с 1 апреля по 1 ноября стартует проект «Прогулка с врачом». Участником такой акции может стать каждый, кто стремится сохранить и преумножить своё здоровье.

на 4-7 лет, поэтому ходьба - это золотой стандарт оздоровления.

30 минут ходьбы в день помогают противостоять заболеваниям сердечно-сосудистой системы и снижают риск смерти от них в 3 раза.

Каждую неделю на массовые прогулки с врачами выходят жители США, Канады, Англии, Австралии, Индии... Теперь и россияне. В нашей стране проект появился благодаря доктору медицинских наук, профессору Ольге Бокерия, дочери всемирно известного кардиолога академика Лео Бокерия.

Ходьба - это очень физиологичный для организма вид нагрузки, а с точки зрения биомеханики движения - еще и сам удобный. Опорно-двигательный аппарат человека идеально приспособлен к ходьбе, так как именно при ходьбе все мышцы и суставы работают в оптимальном режиме и не испытывают травмирующих перегрузок. Ходьба обычным, неторопливым шагом со средней скоростью 4—6 км/час — нагрузка низкой интенсивности. Поэтому она подходит людям любого возраста и любой физической формы. При этом ходить можно достаточно долго, не боясь чрезмерно перегрузить суставы и мышцы или переутомиться. Для того, что-

бы получить нагрузку умеренной интенсивности, надо перейти с прогулочного шага на быстрый, со скоростью 7-8 км/час. Полчаса ходьбы в день развивают выносливость и помогают противостоять заболеваниям сердечно-сосудистой системы, снижают риск смерти от них в три раза за счет устранения такого фактора риска, как гиподинамия. Ходьба, улучшает работу органов дыхания, стимулирует обмен веществ, укрепляет нервную систему. Психологи считают, что такой вид нагрузки помогает избавиться от последствий стрессов, хорошо расслабиться, почувствовать себя более комфортно и даже нормализовать сон. В последние годы приобрела популярность скандинавская ходьба, благодаря тому, что у этого вида спорта нет ограничений по возрасту и уровню подготовки, а специальные палки уменьшают давление на колени и позвоночник, помогают сохранять равновесие, увеличивают расход калорий во время занятий спортом.

Ждём вас на «Прогулку с врачом»! Ограничений по возрасту нет. Нужно лишь запастись удобной обувью и отличным настроением! График мероприятия и тематика лекций будет размещены на сайте Первой горбольницы.

Первая клиническая Дембельский альбом

В этом праздничном номере мы решили сделать подарок нашим мужчинам. Они – молодцы! Одни - служили в армии, другие - закончили военную кафедру. В то время, когда не было выхода в Интернет и сотовой связи, святым долгом было сделать свой, красивый дембельский альбом, чтобы после службы всем показывать его и вспоминать армейские годы.



Василий Мальчиков, главный врач:

– В армию призвали после первого курса в 1986 году неожиданно, потому что до этого времени для студентов мединститута была бронь. Волею судеб оказался в Казахстане на военном полигоне Сары-Шаган, где дислоцировалась одна из точек войск ПВО. Сначала был рядовым, на втором году службы – сержантом-командиром отделения. В любое время года через каждые двое - трое суток приходилось ходить в караул. Служба проходила в нелёгких климатических условиях. Летом – дефицит кислорода, зимой – жуткий холод. Зато весной вся необозримая степь была красна от тюльпанов. Сегодня через много лет понимаю, что армия дала уникальный опыт, это хорошая школа жизни, не считаю два года потерянным временем.



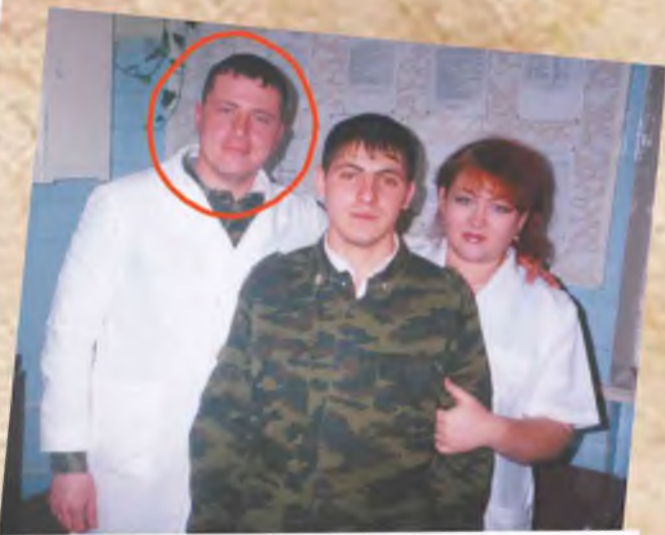
Андрей Халаман, заведующий травматолого-ортопедическим отделением № 2:

– Человек я не военный, в армии настоящей не был, закончил только военную кафедру, когда учился в Томском мединституте. Она мне была не в тягость, но и не в удовольствие. Маршировал, из автомата стрелял, 56 дней летней жары на сборах. По духу мне всё-таки был ближе курс «Организация и тактика медицинской службы». Оказание медицинской помощи – это моё.



Александр Шадрин, заведующий организационно-методическим отделом:

– Два года, проведённые в Советской армии, конечно, помнились на всю жизнь. Забрали практически из парной, где я был вместе с друзьями. Армейский, полный вагон с призывниками прошёл огромный Казахстан с севера на юг. Служил в Алма-Ате, здесь находилось Среднеазиатского военного округа, где я и провёл в подразделении противовоздушной обороны. Служба шла в рядовой должности планшетиста и радиотелеграфиста. В памяти осталась военная техника тех времён, у разных мест Казахстана, нередко совместные учения с военными стран Варшавского договора на полигоне «Эль Дедовщины» не помню, жили мирно, хотя служили вместе украинцы, и молдаване, таджики, евреи. Были, конечно, разные интернациональные шутки, анекдоты. Служба была честной и интересной.



Ярослав Лещицин, врач-хирург хирургического отделения № 1:

– Служил в Алтайском крае в городе Алейск с 2005 - 2007 гг. Прекрасное время, советую сходить всем: на танках кататься, стрелять, сколько хочешь, прекрасная одежда, отличное настроение. Туристическая компания «Министерство обороны» ждёт вас: горячие туры в горячие точки. До сих пор встречаюсь с сослуживцами. Никаких негативных воспоминаний об армии нет: отличная была служба.



Михаил Талерчик, заведующий травматолого-ортопедическим отделением № 1:

– Служил с 1986–1988 гг. в городе Луга Ленинградской области. Это был дивизион обеспечения учебного процесса Центральных артиллерийских курсов. Прошёл курс «Молодого бойца» в течение месяца и стал командиром орудия. Стрелял из гаубиц 122 мм. Хорошее время было.



Виктор Ерошин, врач-травматолог-ортопед травматолого-ортопедического отделения № 1:

– Наверное, из наших коллег я один служил на Семипалатинском ядерном полигоне, с 1969-1971 гг. Я был ефрейтором. В 70-м году получил знак «Отличник Советской армии». В то время на полигоне проводились только подземные испытания, трясло два раза в месяц. В армии готовился к поступлению в институт, поэтому за два года переписал все учебники, потом по наследству их передал командиру взвода. Поскольку занимался ремонтом электропроводки и оборудования, было дано такое задание – на 40-метровой трубе нужно было поменять лампочки. Поручение выполнил, но было жутко страшно смотреть вниз. А ещё помню, что два года подряд в преддверии праздника 23 февраля шёл дождь.

Алишер Баховудинов, заведующий травматолого-ортопедическим отделением № 4:

– Был командиром отделения при военной кафедре Алтайского государственного медицинского университета г. Барнаула, где учился с 1993–1999 гг. Занятия на военной кафедре проходили на 4 и 5 курсах. Кроме лекционных занятий на 5-м курсе были военные сборы на 1,5 месяца. Жили в казармах, разворачивали тыловые, передвижные госпитали, операционные блоки в полевых условиях. Приятно вспомнить.



Женщина-врач: что можно, а чего нельзя

Сегодня в гостях у «Первой клинической» женщины, которые всегда в форме. Это звучит странно, ведь большинство сотрудниц нашей больницы в форме – в халатах и хирургических костюмах. Но наши гости знают секрет, как сохранить свою привлекательность, индивидуальность, чем подчеркнуть природную красоту, несмотря на часы, проведённые в операционных, ночные дежурства и ежедневную работу.



Белый халат усиливает макияж

Марина Чибисова, заместитель главного врача по работе с сестринским персоналом

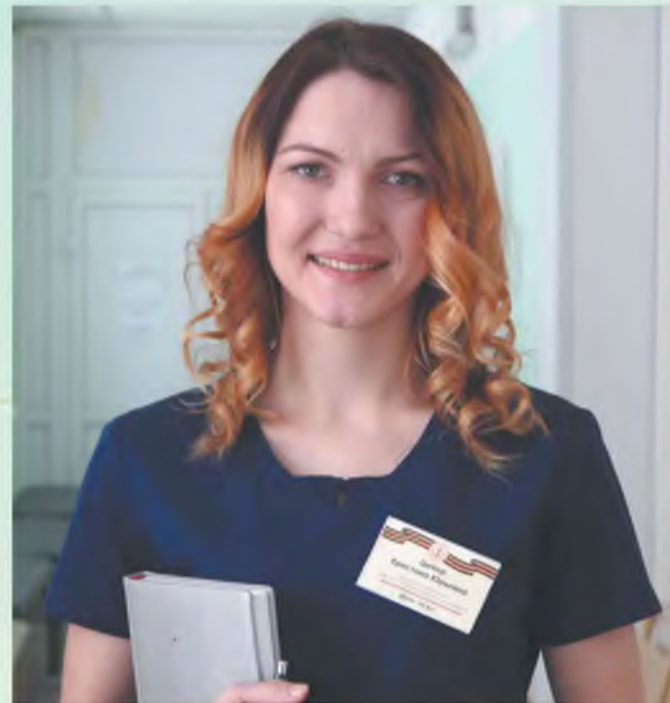
Безупречной чистоты халат – вот что сразу вызывает к медицинскому работнику симпатию и уважение. Я всегда говорю медицинским сёстрам: помните, что яркий макияж ещё больше усиливается белым халатом, поэтому медработнику нужен макияж дневной, лёгкий. Медицинской сестре нельзя ходить на шпильках: мы всегда рядом с пациентами, обувь не должна стучать. Ещё один нюанс – аккуратная причёска. И, конечно, главное украшение медицинской сестры – улыбка: не томная, не кокетливая, а добрая и искренняя.



У женщин свои секреты

Елена Ильинская, заведующая урологическим отделением № 2:

– У каждой женщины есть свой секрет красоты. Чем природа наделила, тому и благодарна. Косметические салоны не посещаю, лучше эту пару часов потрачу на что-нибудь другое. Большая часть времени уходит на работу, но главное – всё делать в удовольствие. Женщина-медработник должна всегда излучать красоту. Всё в глазах отражается, если мы счастливы, то и глаза блестят по-другому. Пациент должен доверять своему лечащему врачу, и то, как он выглядит, немаловажно. Лёгкий парфюм – тоже один из главных атрибутов женского образа. Я обожаю духи, у меня много разных ароматов. Духи – это невидимый аксессуар, это имидж, это настроение.



Пациенты сканируют людей в белых халатах

Кристина Цейер, медицинский регистратор травматолого-ортопедического отделения № 4:

– Медицинский работник просто обязан выглядеть на все «сто». Доброжелательность с пациентами – прежде всего. В нашей работе нужно не жалеть отдавать положительные эмоции людям. Ведь твоя улыбка, внутренняя, искренняя, от души, может пригодиться. Верно выражение, что пациента лечат даже больничные стены. Особенно важно улыбаться детям, они сразу идут на контакт.

Пациенты сканируют людей в белых халатах, рассматривают докторов и медицинских сестёр, и мы должны всё делать так, чтобы проникнуться их доверием. Медицинский регистратор просто обязан правильно подать информацию, найти с больным общий язык, только тогда будет доверие. Ну и, конечно же, на рабочем месте мы должны всегда оставаться женщинами: следить за причёской, ногтями, быть в опрятной форме.

Сегодня представлен широкий выбор медицинской одежды, на которую тоже есть своя мода. Со временем мода меняется, сейчас в тренде – костюмы, которые подчеркивают индивидуальность. Белый халат – это классический вариант, но его тоже никто не отменял. Главное, чтобы одежда была красивой, а обувь – удобной.



На работу как на праздник

Алёна Вершинина, врач-уролог урологического отделения № 2:

– Здорового питания нет, полноценного сна – тоже, на свежем воздухе бываю не часто, график работы – насыщенный. Но, несмотря на всё это, не могу себе позволить прийти на работу без макияжа и причёски. На работу надо идти как на праздник. Мы должны быть максимально ухоженными и безупречными. Тем более, что у меня растёт дочь, и я с детства должна приучать её к порядку.

От того, как ты выглядишь, зависит настроение. От работы нужно получать чувство морального удовлетворения, и только тогда ты будешь в отличной форме.



На операционный день косметики не хватает

Светлана Силантьева, старшая операционная сестра оториноларингологического отделения:

– Даже самая сложная работа не убивает женственность. Когда уходишь в операционную на весь день, от косметики мало что остаётся. Сегодня есть много возможностей в индустрии красоты, чтобы выглядеть хорошо, и мы их успешно используем. Конечно, в операционной никаких длинных ногтей, яркого макияжа, украшений на руках. Это неуместно в нашем деле. Мы ходим в «тихой» обуви. Я отвыкла от халатов, предпочитаю ходить в медицинском костюме, тем более, что их цветовая гамма разнообразна.



Мы любим украшения

Оксана Кольтябина, врач-уролог урологического отделения № 2:

– Думаю, врача, как и всех женщин, украшают драгоценности, но во всём должна быть мера. Люблю белое золото с бриллиантами. Белый халат – тоже наше украшение. А ещё мне нравится коллекционировать дамские сумки. Вы согласны с тем, что сумок много не бывает? Я достаточно с пониманием отношусь к женщинам, у которых много сумок. Они должны быть на все случаи жизни. Что касается каблучков, да, то они придают женщине некий шарм, уверенность в себе, но на работе ходить на них неудобно.

Дела больничные

Лучшие врачи работают в Первой больнице

Два врача из Городской клинической больницы № 1 вошли в число призёров областного конкурса «Лучший врач года-2015». По данным Департамента охраны здоровья населения, на областной конкурс свои работы представили 64 врача.

Среди авторов лучших работ – заведующая клинической лабораторией, врач клинической лабораторной диагностики ГКБ № 1 Анна Ворожищева, она стала призёром в номинации «Лучший врач лабораторной диагностики», ей присуждено второе место. Анна Юрьевна – врач высшей категории, кандидат медицинских наук, врач-генетик. С 2005 года она является членом регионального научно-практического общества специалистов клинической лабораторной диагностики Кузбасса. В числе других призёров областного конкурса её работа вышла на всероссийский уровень и будет представлена на суд жюри в Москве.

Второе место в номинации «Лучший врач по диагностическим исследованиям» заняла заведующая отделением лучевой диагностики, врач-рентгенолог ГКБ № 1 Жанна Пикельгаупт. Жанна Валерьевна – врач высшей категории, кандидат медицинских наук, работает в Первой горбольнице с 2007 года, активно занимается научной деятельностью. В арсенале её профессиональных навыков широкий спектр рентгенологических исследований, выполнение и анализ компьютерных томограмм и многое другое.

В конкурсные работы лучших врачей вошли видеопрезентации, итоги работы, рекомендации, авторские статьи и другие материалы. Основными критериями оценки стали профессиональное мастерство и организаторские способности конкурсантов, их участие в общественной жизни и научной деятельности учреждения.

Поздравляем коллег с такими важными достижениями!

Табачный оптимизм



С февраля на базе Центра здоровья возобновил работу кабинет медицинской помощи при отказе от курения. Для всех желающих бросить курить ведёт консультации врач-психотерапевт. По словам специалистов Центра здоровья, с июня 2015 года здесь получили помощь порядка семидесяти человек. Среди желающих бросить курить больше женщин.

Основная задача работы кабинета – это, прежде всего, оказание новокузнецким медицинским помощи, направленной на прекращение потребления табака, лечение табачной зависимости и последствий этой пагубной привычки.

На сегодняшний день расширена программа работы кабинета. На каждого пациента заводят паспорт курильщика: с какого возраста он имеет вредную привычку, сколько за день потребляет сигарет. Если раньше занятия проходили здесь в групповой форме, то сейчас с каждым желающим преодолеть зависимость врач работает индивидуально. На первом занятии пациента знакомят с программой работы, выясняют причину его «недуга», проводят разъяснительную работу о вреде курения. Далее – домашнее задание и разработка дальнейшей тактики лечения. При необходимости помимо психотерапевтического воздействия врач даёт рекомендации по лекарственной терапии. Через три месяца – контрольное исследование, врачи Центра здоровья проверяют количество угарного газа в выдыхаемом воздухе. При курении в выдыхаемом воздухе возрастает уровень угарного газа, это и фиксирует прибор как показатель хронического отравления организма курильщика.

Согласно наблюдениям медиков, мужчины отказываются от этой вредной привычки намного легче, чем женщины. Кстати, первый пациент, а это был представитель сильного пола, уже после первого индивидуального занятия бросил курить.

Благодарности пациентов – лучшая награда

Уважаемый Василий Викторович!

Под Вашим руководством в больнице работает коллектив замечательных врачей ожогового отделения. Мой сын – Владимир Васютин поступил в отделение в тяжёлом состоянии, но благодаря слаженным и высокопрофессиональным действиям врачей, грамотно проведённой первой экстренной помощи, здоровью ребёнка ничего не угрожало.

Благодарим заведующего отделением А.В. Тузовского, врачей Е.В. Овчинникова, М.А. Катунина, старшую медсестру Е.В. Коточигову и весь состав младшего мед. персонала. Дорогие врачи, спасибо вам!

Семья Тарабанько, Васютиных, Медведевых.

Огромная благодарность главному врачу ГКБ № 1 В.В. Мальчикову за создание профессиональной команды врачей-травматологов-ортопедов. Особые слова признательности врачу Евгению Васильевичу Гончаренко и всему коллективу травматологии, которые помогли моему сыну. 06.01.16 г. сын сломал руку, перелом сложный. В этот день на дежурстве был врач-ортопед Евгений Васильевич Гончаренко, он грамотно провёл операцию, за это ему большое спасибо.

Е.А. Авдонкина.

Выражаю огромную благодарность Татьяне Петровне Сугатовой, лечащему врачу Владимиру Васильевичу Шабалину, замечательному анестезиологу Татьяне Михайловне Манаенковой за успешно проведенную операцию. Спасибо всему мед. персоналу оториноларингологического отделения за профессионализм, поддержку и внимательное отношение к пациентам. Желаю всем успехов в работе, крепкого здоровья, семейного благополучия.

С уважением, благодарная пациентка Елена Бутенко.

Я, Кабанова Надежда Степановна, и мой муж, Кабанов Петр Егорович, мы - пенсионеры. Наблюдались в поликлинике КМК у врача Елены Сергеевны Булычевой. Она работает совсем недавно, очень внимательная, даже если нет талонов, она всегда примет, окажет помощь и словом, и делом. Огромное ей человеческое спасибо за внимание к нам, пенсионерам.

Семья Кабановых.

Хочу выразить огромную признательность за высокий профессионализм в спасении жизни моей жены Светланы Евгеньевны Бессоновой. Врачи гинекологического отделения провели экстренную операцию и спасли жизнь близкого мне человека. Большую признательность выражаю всему мед. персоналу. Врачи и мед.сестры отделения реанимации гинекологии со всем сердцем и высоким профессионализмом подошли к вопросу лечения Светланы. Персонал сделал все возможное, чтоб ее пребывание в реанимации было максимально комфортным, всячески ее поддерживали и во всем помогли по уходу. Еще раз огромное спасибо.

Станислав Владимирович Бессонов.

Теперь я знаю, что в больнице выздоравливают! Огромное спасибо моим оперирующим хирургам: заведующему хирургическим отделением № 1 Игорю Григорьевичу Мугатасимову, заведующей гинекологическим отделением № 3 Ирине Викторовне Головной, врачу-анестезиологу Александру Сергеевичу Поршневу, операционной медицинской сестре Лилии Олеговне Гордеевой, а также всем медицинским сёстрам и санитаркам хирургического отделения № 1 Городской клинической больницы № 1. Их внимание, забота и золотые руки сделали чудо: я избавилась от проблемы, за которой 17 лет могли лишь наблюдать.

Сегодня я счастлива, выздоравливаю и говорю большое спасибо всем, кто принимал участие в моём исцелении. Спасибо за внимание и поддержку Владимиру Тимофеевичу Шапрану, за заботу и понимание - лечащему врачу Семёну Александровичу Бузову и заместителю главного врача по хирургической работе Владимиру Ивановичу Халепе, с которого началась моя чудесная история исцеления.

Теперь я точно знаю, что в Первой больнице творят чудеса.

Евгения Белокурова.

Хочу поблагодарить весь коллектив поликлиники КМК

за вашу очень нужную, необходимую людям работу. Я, Александр Григорьевич Вербас, наблюдаю в вашей поликлинике уже 37 лет, работал на автобазе КМК. Очень благодарен врачу Л.В. Тараско за то, что мое здоровье стабилизировалось, она очень чуткий, грамотный доктор, дай Бог всем быть такими. Еще хочу выразить благодарность врачу ЭКГ С.В. Махеевой, а также Е.С. Булычевой. Я им желаю быть всегда такими же нужными и хорошими, неравнодушными людьми!

С уважением, ветеран труда КМК А.Г. Вербас.

Выражаю благодарность гинекологическому отделению № 5 и своему лечащему врачу Ирине Владимировне Драганчук за хорошее лечение и понимание. Спасибо ей за всё, а также медицинским сёстрам и санитарочкам.

С уважением и наилучшими пожеланиями, пациентка Ольга Испова.

Хочу выразить огромную благодарность лечащему врачу Дарье Сергеевне Коваленко и заведующей гинекологическим отделением № 5 за внимательное отношение к пациентам, за понимание, терпение, доброту и бережное отношение к женщинам.

Мария Евгеньевна Марьина.

Хочу от всей души от всей моей семьи поблагодарить заведующего отделением реанимации и интенсивной терапии № 2 Павла Геннадьевича Ситникова. Он в прямом смысле подарил вторую жизнь Игорю Станиславовичу Комашко, правильно поставив ему диагноз и сделав всё для его спасения. Дай Бог ему и его семье здоровья и благополучия!

Ольга Валерьевна Комашко.

Очень много в настоящее время в обществе нареканий в адрес врачей. Я же хочу выразить огромную благодарность участковому врачу поликлиники № 9 Татьяне Геннадьевне Тумаковой и медицинской сестре Галине Ивановне Кирияновой за профессионализм, уважительное отношение к пациентам. Удивило не только чуткое отношение к пациентам но и то, что не пришлось сидеть в длительном ожидании под дверью кабинета. Всё назначенное лечение привело к быстрому выздоровлению. Человеческое вам спасибо за такое отношение!

Ольга Анатольевна Богина.

Слова благодарности адресую гинекологической службе Первой горбольницы. В октябре 2015 года я находилась в гинекологическом отделении № 1, где мне была сделана сложная операция. В отделении царит благоприятная атмосфера, порядок и идеальная чистота. Уделяется особое внимание каждому больному. Я очень счастлива, что попала в руки таких замечательных докторов, добрых фэй, высококвалифицированных специалистов – к заведующей отделением Елене Викторовне Чевычаловой и врачу-акушеру-гинекологу Елене Юрьевне Коваль. Эти две женщины полностью соответствуют званию врача и неукошительно следуют клятве Гиппократова. Их внешний вид и ухоженность вызывают восхищение у пациентов. Хотелось бы, чтобы побольше было таких врачей.

Екатерина Михайловна Юдина, г. Междуреченск.

Выражаю искреннюю благодарность коллективу отделения экстренной урологии, врачу В.В. Климову, медицинским сёстрам и всему персоналу. Отличное отношение к каждому пациенту, индивидуальный подход в отделении чисто, уютно, спокойно. Всё располагает к скорейшему выздоровлению.

Большое вам человеческое спасибо! Всем здоровья, мирного неба над головой и благополучия.

С уважением, директор школы Д.В. Янькин.



Первая *Всё зависит от выбора жизни*
клиническая

Орден Трудового Красного Знамени
Городской клинической больницы №1

Адрес редакции:
г. Новокузнецк, просп. Бардина, 28.
Городская клиническая больница №1
тел. 324-763

Отпечатано: ООО «Сталкер».
Тираж 700 экз.

Ответственный за выпуск
Е. Суегова.
Фото: Е. Суеговой
Верстка: А. Белов,
архив ГКБ №1.