

## Троекратный юбиляр.

Предстоящий 2011 год для Центра Илизарова ознаменован тремя знаменательными событиями. В следующем году РНЦ «ВТО» готовится отпраздновать три крупных юбилея: 90 лет со дня рождения Гавриила Абрамовича Илизарова, 60 лет методу чрескостного остеосинтеза и 40 лет с момента образования ортопедического Центра в столице Зауралья.

Основатель Центра Гавриил Абрамович Илизаров в 1951 году предложил способ лечения переломов (а затем и ортопедических заболеваний) при помощи созданного им компрессионно-дистракционного аппарата. Изобретение курганского доктора стало идеальной конструкцией для сращения кости. За свои многолетние исследования по применению аппарата внешней фиксации Илизаров был удостоен сразу двух ученых степеней: кандидата и доктора медицинских наук.

Конструкция из двух колец с перекрещивающимися спицами, стянутыми болтами, позволяла не только соединять костные отломки, но также исправлять деформации конечностей и удлинять их.

Новый метод, предложенный Илизаровым, не сразу был принят медицинской общественностью СССР, было много критики и недоверия. Однако ошеломляющие результаты лечения и возможности аппарата

предопределили неизбежность распространения новшества и создания целого научного центра по изучению и внедрению метода наружной фиксации по Илизарову. После руководства сначала проблемной лаборатории при Свердловском НИИТО, а затем филиала Ленинградского НИИТО, в декабре 1971 года Г.А. Илизаров назначен главой созданного Курганского

научно-исследовательского института экспериментальной и клинической ортопедии и травматологии (КНИИЭКОТ).

Гениальное изобретение дало толчок к разработке многочисленных конструкций аппаратов, способов лечения костной патологии и экспериментальному обоснованию процессов костеобразования. Коллектив единомышленников под руководством Г.А. Илизарова, совершая небольшие открытия, кирпичик за кирпичиком закладывали фундамент нового научно-практического направления в травматологии и ортопедии под названием «управляемый чрескостный остеосинтез по Илизарову».



Сегодня все больше пациентов с разных частей планеты доверяют медицине Центра. Профессионализм ученых и врачей, современное оборудование, уникальные методики диагностики и лечения, разнообразные направления восстановительной медицины, комфортные условия пребывания и заботливое отношение медицинского персонала к пациентам – слагаемые успешной работы ФГУ «Российского научного центра «Восстановительная травматология и ортопедия» им. акад. Г.А. Илизарова» Минздравсоцразвития России.

### Как назывался Центр

**1966 г.** проблемная лаборатория Свердловского НИИТО

**1969 г.** филиал Ленинградского НИИТО

**1971 г.** Курганский научно-исследовательский институт экспериментальной и клинической ортопедии и травматологии (КНИИЭКОТ) МЗ РСФСР

**1987 г.** Всесоюзный курганский научный центр «Восстановительная травматология и ортопедия».

**1993 г.** Российский научный центр «Восстановительная травматология и ортопедия» им. акад. Г.А. Илизарова.

**2005 г.** Федеральное государственное учреждение науки «Российский Научный Центр «Восстановительная травматология

и ортопедия» им. акад. Г.А. Илизарова» Федерального агентства здравоохранения и социального развития

**2010 г.** Федеральное государственное учреждение «Российский научный центр «Восстановительная травматология и ортопедия» им. акад. Г.А. Илизарова» Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации.



## Штрихи к портрету

**«Быть счастливым счастьем других – вот настоящее счастье и земной идеал жизни всякого, кто избирает врачебную профессию» – слова известного хирурга Николая Ивановича Пирогова на всю жизнь стали девизом для Г. А. Илизарова.**

*Г.А. Илизаров, его метод и изобретение с момента открытия были в центре журналистского внимания. О сенсационном открытии впервые написали в газете «Красный Курган» в 1952 году. Российские и зарубежные издания пристально следили за научными открытиями под руководством курганского ортопеда. Опубликованная беседа с Илизаровым всегда считалась звездой номера. Накануне 90 летнего юбилея Гавриила Абрамовича мы размещаем самые яркие отрывки его интервью с 1952 по 1987 годы.*

## Как вы избрали свою профессию?

Выбор профессии начинается с удивления. У меня как было? В детстве мне «посчастливилось» заболеть. До девяти лет врачей в глаза не видел, а тут отравился грушами и прямо погубил. Мать вызвала фельдшера. До сих пор его помню: такой солидный человек, толстые роговые очки, авторитетный взгляд. Он заставил меня выпить много-много кипяченой воды, сделал укол, и боль исчезла. Я решил: буду доктором. У меня появилась зовущая цель!

## Расскажите, как к вам пришло ваше открытие? Что этому предшествовало?

Перед этим я много думал. Шел куда-то – думал, делал операции – думал, ложился спать – думал... Еще много читал. Выписывал по абонементу вес, что только можно было выписать в мою Долговку. Ехал в Москву и не вылезал там из библиотек. Пришлось овладеть разными науками: сопромат изучал, и биомеханику, и даже механику. Потом, когда разрабатывал конструкцию аппарата, довелось научиться даже слесарному делу...

## Что показал первый опыт?

Результат поразил меня самого. Представляете, на третий день больной пошел, наступая на искалеченную ногу. Пошел!

## Было время, когда в метод Илизарова верил единственный врач – Илизаров. Что помогло вам выстоять, сохранить уверенность в своей правоте?

Когда и кому было легко утверждать новое? Нужно уметь ждать, нужно понимать, что люди в большинстве своем загипнотизированы привычными, устоявшимися истинами. Однажды на конференции ко мне подошел один ученый и дружески посоветовал: «Метод интересен, но стремительность сроков излечения не вмещается в сознании. Завышайте свои сроки! Тогда вам скорее поверят». Павлов говорил, что факты – воздух и крылья ученого. Будем копить факты...

## Врачи многих стран обращаются к вам с просьбой научить их новому методу лечения переломов и деформаций конечностей. Вы готовы делиться своими бесценными знаниями?

Не подумайте, что я, уподобясь «скупому рыцарю», держу свой аппарат под замками. Нет ни малейшего желания действовать в одиночку. Важнейшая задача на сегодня заключается в том, чтобы по новому методу лечили всюду. Разработанный мной аппарат сам по

себе не исцеляет, если врачующий не овладел в полной мере новым методом.

## Вы так много работаете и совсем не умеете отдыхать. Мне говорили, у вас никогда не бывает выходных и вы не ездите в отпуск. Получается, вы живете только для других и совершенно не живете для себя?

А что же человеку делать? Спать? Пить? Стать лабораторией по перевариванию пищи? Смысл жизни в том и состоит, чтобы трудиться на радость людям. Что значит - жить для себя? Взять и просто побродить по лесу?... Кому же не хочется! Грибы собирать люблю... Но я – рационалист, я взвешиваю: какое получу удовлетворение, если побуду час в лесу, и какое здесь, работая в институте. Последнее настолько весомей... Так что я выбираю из двух радостей большую.

## Какое чувство вы испытываете, когда видите людей, которым вернули счастье, радость жизни?

Мне каждый раз кажется, что испытываю еще большее счастье, чем пациент: я радуюсь и за вылеченного мной человека, и за его родственников, чья постоянная тревога сменилась, наконец, радостью, и за себя, врача, чья работа оказалась нужной, полезной людям.

## Подведите итог: что вы думаете о докторе Илизарове?

Думаю, что он не без странностей. Например, не хочет принимать повышенные обязательства к знаменательной дате. Повышенное обязательство значит, что он будет в определенный отрезок времени трудиться с высшей производительностью. Нет, у нас всегда все непрерывно. Работаем, грубо говоря, на всю катушку. Иначе не могу. Не умею. И не хочу.

*(Полная версия интервью Г.А. Илизарова будет опубликована в юбилейном выпуске газеты «Илизаровские ведомости» 8 декабря 2010 года)*

## «Долговский период» Г.А. Илизарова.



Начало практической работы молодого врача Илизарова датируется 44 годом. Сразу после мединститута его распределили в сельскую больницу села Долговка. Именно здесь, в 150-ти км от областного Центра Илизаров пришел на должность главного врача. Долговская больница, рассчитанная на 50 коек, при Илизарове имела весомый статус в районе. Сельский врач-универсал проводил здесь все виды операций. Старожилы до сих пор хранят память о ярком враче, отличавшемся своим трудолюбием.

Послевоенное время накладывало особый отпечаток на работу сельского врача: нехватка инструментов и медикаментов – обычное дело для небольшой больницы. Ефросинья Куликовских проработала бок о бок с Гавриилом Абрамовичем более 6-ти лет на должности санитарки. До сих пор помнит, как всем коллективом шли работать на больничное подворье. «Бывало, что днем вместе шли картошку сажать, а ночью срочную операцию приходилось делать при керосиновых лампах», - вспоминает бывшая санитарка долговской больницы. Другие очевидцы рабочих будней Илизарова в Долговке вспоминают интересный факт из биографии знаменитого врача: частенько в сельском клубе Илизаров удивлял сельчан сеансами гипноза.

«Долговский период» в становлении Илизарова, как ортопеда имел важнейшее значение. Именно здесь молодому врачу пришла в голову идея уникальной конструкции из колец и спиц, здесь же была проведена первая операция с использованием аппарата. Все детали для «чудо-конструкции» ковались и вытачивались на местной кузнице.

## Пожелания пациентов к 40-летию Центра Илизарова

- Хотим пожелать яркой жизни, новых побед на вашем нелегком поприще!
- Здоровья всем и процветания!
- Новых идей и новых открытий!
- Стабильности, процветания, благополучия!
- Чтобы юбилейный год был особенно плодovit на научные достижения!

## Знаменательные даты

**1 октября 1976 г.** организовано опытное предприятие КНИИЭКОТ.

**10 октября 1999 г.** Центр посетил виолончелист М.Ростропович.

**11 октября 2000 г.** зарегистрирован товарный знак: Травматология и ортопедия на фоне земного шара.

**10 ноября 1972 г.** вышел в свет первый выпуск сборника научных работ КНИИЭКОТа «Чрескостный компрессионный и дистракционный остеосинтез в травматологии и ортопедии».

**7 декабря 2001 г.** Центру присуждена премия Правительства РФ 2001 года в области качества.

**8 декабря 1971 г.** филиал ЛНИИТО преобразован в Курганский научно-исследовательский институт экспериментальной и клинической ортопедии и травматологии (КНИИЭКОТ).

**9 декабря 1988 г.** выезд бригады врачей Центра Илизарова в Армению для оказания помощи в лечении пострадавшим от землетрясения.

**24 декабря 1951 г.** Г.А. Илизаровым официально выдвинута идея о создании аппарата для сращения костей.

**30 декабря 1965 г.** на базе 2-й горбольницы г. Кургана организована проблемная лаборатория Свердловского НИИТО. Руководитель – Г.А. Илизаров.

## Кстати

За 40 лет существования ФГУН «РНЦ «ВТО» им. академика Г.А. Илизарова»:

- издано 45 монографий и 188 методических рекомендаций и пособий;
- пролечено 106617 больных, проведено 125156 операций.

## Новости

### Назначен руководитель Центра Илизарова.

1 октября коллективу РНЦ «ВТО» им. акад. Г.А. Илизарова был представлен новый директор. Детский вертебролог, доктор медицинских наук, директор научно-исследовательского центра Санкт-Петербургской педиатрической медицинской академии Губин Александр Вадимович назначен на пост руководителя Центра Илизарова приказом Министерства здравоохранения и социального развития России. Во вступительном слове новый руководитель ортопедической клиники выразил надежду, что коллектив поддержит его стратегию работы, направленную на развитие в Центре: науки, образования и лечения.

### IX Съезд ведущих ортопедов-травматологов России.

15-16 сентября в Саратове состоялось главное событие в научной жизни травматологов и ортопедов страны. Обсудить актуальные проблемы врачи этого профиля собираются раз в 4 года. В этом году в Саратове встретились более 1000 делегатов. РНЦ «ВТО» имени академика Илизарова представляли 18 врачей травматологов-ортопедов, 7 из них выступили с научными докладами. Курганцы поделились со своими коллегами наработками в области лечения больных с множественными переломами костей нижних конечностей, обсудили возможности метода чрескостного остеосинтеза при лечении детей с врожденной ортопедической патологией. Вниманию российских травматологов илизаровцы представили также доклады о лечении остеомиелита и артроскопической хирургии крупных суставов.

### Новый памятник для всемирно известного врача.

В 2011 году Центр Илизарова отметит 90-лет со дня рождения врача, которого называли «Микеланджело ортопедии». Накануне юбилейной даты на месте захоронения Гавриила Абрамовича Илизарова был

воздвигнут новый памятник. Старый надгробный монумент простоял уже более 18 лет, решение о его замене было выдвинуто администрацией Центра Илизарова. Напомним, что Г.А. Илизаров был похоронен на Рябовском кладбище 24 июля 1992 года. Найти гранитное надгробье знаменитого зауральца очень просто, памятник расположен на центральной аллее кладбища.

### Арабские и греческие врачи набрались опыта в Центре Илизарова.

Две последние недели лета в илизаровской клинике проходили международные курсы врачей по усовершенствованию навыков работы с аппаратом Илизарова. В программу обучения 6 ортопедов из Ирана и Греции по уже отработанной программе кафедры травматологии и ортопедии были включены 14 теоретических занятий, мастер-классы, за время обучения иностранными хирургами было прооперировано 26 пациентов. Больше всего иранцев интересовали особенности лечения больных с заболеваниями стоп, нейрохирургическими патологиями и гнойными инфекциями в кости. Как показывает практика, именно подобные заболевания чаще других встречаются в ортопедической практике иностранных государств.

### В Центре Илизарова прооперировали львицу.

В клинике животных Центра Илизарова цирковой львице, по кличке Лиза, провели операцию по удалению правого верхнего клыка. Необычная пациентка с острым воспалением клыка – питомица цирка «Триумф». В ветеринарных клиниках других городов подобную операцию делать не брались. Помочь 3-х летней львице решились зауральские врачи. Опыта работы с подобным хищником у ветеринаров Илизаровской клиники не было, советовались по телефону с коллегами из столицы. Операцию проводили Виталий Краснов и Михаил Степанов. Чтобы усыпить 150-ти килограммового хищника потребовалось 10 мл наркоза, этой

дозы хватит, чтобы усыпить 50 обычных кошек. Удаление зуба шло 2 часа, после чего львицу доставили обратно в цирк.

### В Центре Илизарова провели уникальную операцию по устранению ложного сустава на груди.

У 55-летнего курганца после операции на сердце возникло осложнение на костях грудной клетки. Год назад в центре сердечно-сосудистой хирургии г. Челябинска Владимиру Игошину, после пяти перенесенных инфарктов, было сделано шунтирование сердечных сосудов. Подобные операции требуют рассечения костей грудины, которая затем скрепляется металлическими швами. Заживает и срастается продольный распил не менее 4-6 месяцев. Однако у 2-3% пациентов сращение так и не происходило, возник так называемый ложный сустав. Ранее в России не практиковали устранение данных костных патологий на груди, лечение сводилось к приему обезболивающих и ношению поддерживающих бандажей. Впервые операцию именно по устранению ложного сустава на груди провели в Центре Илизарова, используя возможности аппарата Илизарова.



## «Качество наших услуг – залог ваших успехов»

6 октября в Кургане прошла Всероссийская конференция «Улучшение качества оказываемой населению медицинской помощи в Российской Федерации: проблемы и пути решения». Она собрала ведущих травматологов-ортопедов страны. Научно-практический форум состоялся на базе ФГУ «РНЦ «Восстановительная травматология и ортопедия» им. акад. Г.А. Илизарова. На конференции врачи обсудили актуальные вопросы сертификации, контроля, управления качеством медицинской помощи.

Врачи Центра Илизарова рассказали своим иногородним коллегам об инновационных технологиях РНЦ «ВТО» в области лечения и реабилитации пациентов с травмами позвоночника, патологиями суставов и повреждениями кисти. В Центре Илизарова на протяжении многих лет действует система менеджмента качества.

В прошлом году клиника подтвердила статус крупнейшего научного медицинского центра, специализирующегося на оказании помощи пациентам травматолого-ортопедического профиля, основанного на уникальном методе чрескостного остеосинтеза и аппарата внешней фиксации. Сертификат соответствия международным стандартам ISO 9001:2000 был продлен до 2012 года. В копилке почетных званий Центра имени академика Илизарова также звание лауреата Премии правительства в области качества.

Девиз Центра: «Качество наших услуг – залог успешного лечения».

На повышение качества профилактики, диагностики и лечения различных заболеваний направлены новейшие разработки многих медицинских компаний и фармацевтических фирм. Поделиться своими новинками среди товаров и услуг приехали экспоненты из разных городов России. Они представили последние достижения на традиционной выставке.

## История здоровья



Еще век назад бытовало мнение, будто красота – природный дар, и приобрести ее невозможно. Эти времена прошли. Восстановить красоту тела, увеличив свой рост, желают многие. Особенно это характерно для иностранцев. Зарубежные пациенты составляют львиную долю тех, кто приходит в Центр Илизарова с диагнозом «Субъективно низкий рост». Косметическая ортопедия применяется в клинике больше 10 лет. Благодаря стараниям врачей Центра на десятки сантиметров «выросло» более тысячи пациентов из России, Англии, Сербии, Испании, Австралии, Канады, Греции, Иордании, США, стран СНГ.

Моду на искусственную красоту принесли 90-ые годы. Метод Илизарова и новые разработки его учеников позволяли делать людей на 50 сантиметров выше своего природного роста! В поисках семейного счастья, престижной работы, уверенности в себе пациенты обращаются к курганским ортопедом. А те, миллиметр за миллиметром приближают «мнимых больных» к мечте.

*Суть метода в следующем: кость рассекают, закрепляют на конечности специальную конструкцию. В месте рассечения в процессе растягивания конструкции начинает расти новая кость – регенерат. Если объяснить по-простому: отломки тянутся друг другу, а врачи не дают им соединиться. Этот период называется дистракцией. Он может длиться от нескольких месяцев до полугода, в зависимости от желаемого результата удлинения.*

*По завершении дистракции аппарат фиксирует кости конечностей, и они срастаются.*

За увеличением роста в Центр Илизарова часто обращаются люди с заболеванием ахондроплазия. По статистике на сто тысяч населения один человек страдает генетическим заболеванием трубчатых костей. Случаи встречались разные: в клинику приезжал удлинять конечности мужчина в возрасте 35 лет, рост его едва превышал 70 сантиметров.

***РНЦ «ВТО» был первым и сохраняет лидерские позиции в реконструктивной ортопедии и хирургии. Удлинение конечностей проводится оперативно с применением аппарата Илизарова. Пациент начинает ходить на второй день после операции. Удлинение начинается на 4-5 день после операции по 1 мм в сутки. Возможно поэтапное удлинение конечностей: нижних – до 40-42 см, верхних – до 11-12 см. Также в ортопедических отделениях №1 и №3 проводятся исправления деформаций.***

Маленькая Соня Сдзя приехала в Центр Илизарова воплощать в жизнь свою мечту. «Была дома, ножки не росли, поставили в Кургане аппарат, и потом ножки выросли!» Шестилетняя девочка попала в ортопедическое отделение №1 к врачу Анне Майоровне Аранович с ростом 87 сантиметров. За первый этап нижние конечности маленькой пациентки удлиннили на 9 сантиметров. Анна Майоровна вспоминает, когда подкручивала своей пациентке аппарат, та заявила:

- Я тебе нос откушу!

- За что? - спрашивает Анна Майоровна

- Натерпелась я, - ответила девочка.

После сказанных слов озорница-Соня улыбнулась и обняла уже родного человека, каким врач стала для нее за полгода пребывания в клинике. Сейчас Соня поедет домой на Дальний Восток, на очередной этап удлинения она вернется позже.



## До чего техника дошла

2010 год стал для Центра Илизарова годом технического прогресса. В ортопедическую клинику закуплено хирургическое и лабораторное оборудование на сумму более 200 миллионов рублей. К таким новинкам относятся: гематологический анализатор, способный измерить не один десяток параметров крови. Еще одно значимое приобретение – бактериологический автоматический анализатор. С его помощью специалисты смогут провести идентификацию бактерий и дрожжей, а также исследование чувствительности бактерий к антибиотикам. Измерять скорость оседания эритроцитов в 5 раз быстрее прежних рутинных методов позволит приобретенный автоматический анализатор СОЭ (до 60 тестов в час). В помощь ученым Центра, изучающим свойства нанопрепаратов из аутоплазмы крови, пришла новая техника. Хроматографическая система дает возможность анализировать белковые компоненты из костной ткани и сыворотки крови, стимулирующих репаративный остеогенез. Центр Илизарова – единственное лечебное учреждение в Кургане, которое может похвастаться плазменным высокотемпературным

стерилизатором и дезинфекционным моечным аппаратом.

Новая бытовая техника и медицинское оборудование появилось в оперблоках и реанимационном отделении клиники: наркозно-дыхательный аппарат, аппарат ИВЛ, портативный УЗИ, прикроватные мониторы, операционные столы со стулом для хирурга, реанимационные кровати, рентгеновский аппарат С-дуга.

Большие возможности открывает американская компьютеризированная установка хирургической навигационной станции «СтелсСтейшн», совмещенная с операционным микроскопом. Эта система позволяет проводить хирургические вмешательства на позвоночнике, а также используется для определения анатомических особенностей пациента, установки имплантантов для стабилизации позвоночника, проведения вертебропластики, биопсии и пункции спинномозговой жидкости. Данное оборудование позволяет сделать трехмерную реконструкцию позвоночника и вывести картинку на монитор с автоматическим совмещением компьютерных томограмм и рентгеновских снимков.

## АЗБУКА

НОВЫЕ КНИГИ, ПОСТУПИВШИЕ В МЕДИЦИНСКУЮ БИБЛИОТЕКУ ФНЦ «ВТО»

**XII государственная фармакопея Российской Федерации.** Ч. 1. / М-во здравоохранения и соц. развития РФ [и др.]. - М. : [Науч. центр экспертизы средств мед. применения], 2007 - 704 с.

**XVIII Московский международный ветеринарный конгресс:** труды / Ассоц. практикующих ветеринар. врачей. - М., 2010. - 364 с.

**Актуальные вопросы травматологии и ортопедии:** материалы конф. молодых ученых Сев.-Зап. федерал. окр. / Рос. Ордена Труд. Крас. Знамени науч.-исслед. ин-т травматологии и ортопедии им. Р. Р. Вредена. - СПб., 2010. - 110 с.

**Бабаева А. Г.** Регенерация: факты и перспективы / А. Г. Бабаева; Рос. акад. мед. наук, НИИ морфологии человека РАМН. - М.: Изд-во РАМН, 2009. - 336 с.

**Белогурова В. А.** Культура речи медицинского работника : учеб. пособие / В. А. Белогурова. - М. : Мед. информ. агентство, 2010. - 208 с.

Брюховецкий, А. С. Травма спинного мозга: клеточные технологии в лечении и реабилитации / А. С. Брюховецкий. - М. : Практ. медицина, 2010. - 341 с.

**Грекова Н. М.** Хирургия диабетической стопы / Н. М. Грекова, В. Н. Бордуновский. - М. : Медпрактика-М, 2009. - 188 с.

**Диагностика и лечение синдрома диабетической стопы** / А. З. Гусейнов [и др.]. - М. : Триада-Х, 2009. - 72 с.

**Ерёмушкин М. А.** Медицинский массаж: теория и практика : учеб. пособие / М. А. Ерёмушкин. - СПб. : Наука и Техника, 2009. - 544 с.

**Каплунов О. А.** Косметическая коррекция формы и длины ног / О. А. Каплунов, А. Г. Каплунов, В. И. Шевцов. - М. : Гэотар-Медиа, 2010. - 160 с. - (Библиотека врача-специалиста) (Эстетическая медицина. Травматология).

**Лучевая диагностика дегенеративных заболеваний позвоночника** / Г. Е. Труфанов [и др.]. - СПб. : ЭЛБИ-СПб, 2010. - 288 с. - (Конспект лучевого диагноста).

**Оперативная хирургия и топографическая анатомия** : [сб. рисунков к учебнику для студентов 3-4 курса мед. вузов с коммент.]. - Екатеринбург : Урал. гос. мед. акад., 2003. - 104 с.

**Современные технологии чрескостного остеосинтеза переломов костей конечности с позиций механизмов смещения отломков** / А. Б. Слободской [и др.]; Саратов. гос. мед. ун-т, Саратов. НИИТО.

## Записки путешественника



### Страна фараонов глазами зауральцев.

За последнее десятилетие Египет приобрел статус излюбленного места российских туристов. Солнце, море и пальмы – слагаемые отличного отдыха. *«И даже если вы оказались в стране пирамид сугубо с рабочим визитом, это не помешает вам насладиться экзотическими достопримечательностями и окунуться в атмосферу нильской экзотики»*, – уверяет руководитель международного отдела РНЦ «ВТО» им. акад. Г.А. Илизарова Валентина Камышева. Она уже 3 раза была в Каире, и каждый раз в составе делегации от Центра Илизарова на международном конгрессе ортопедов и травматологов.

Илизаровских «туристов» Египет встретил 40-градусной жарой, спасение можно было найти только рядом с кондиционером.

*«Самый весомый плюс ночных перелетов – возможность увидеть огни большого города сверху. Огромное световое пятно посреди бескрайней пустыни, это, наверное, первое, что поразило».*

Каир считается самым большим по площади городом Африканского континента. Расположен он на двух берегах Нила. Предприимчивые египтяне научились извлекать выгоду даже из солнца, которого здесь в избытке. Здесь каждый отель оснащен специальными солнечными батареями, вырабатываемая энергия используется для нагрева воды в номерах.

*«Национальная кухня удивила своим разнообразием и в то же время простотой. Однажды*

*мы были приглашены на ужин в местное селение, там нас угостили свежее испеченным ароматным хлебом, который замесили при нас. Единственное, к чему так и не привыкли за время пребывания в Египте, так это к слишком поздним ужинам, которые начинались в 10 часов вечера».*

Торжественные ужины в Египте принято проводить под громкий аккомпанемент национальных мелодий с традиционными восточными танцами. В среде туристов носит негласное название страны манго, свежавыжатый сок этого тропического фрукта – не только прекрасно утоляет жажду, но и содержит множество необходимых человеку питательных микроэлементов.

Одним из обязательных пунктов пребывания в стране фараонов по-прежнему остается посещение знаменитых пирамид.

*«Если честно, пирамиды в иллюстрациях учебника по истории вызывали больше трепета, нежели оригиналы. С группой туристов поднялась на пирамиды, но внутрь спуститься не стала. У подножья пирамид нас встретили погонщики верблюдов, которые предлагали всем туристам прокатиться на местном виде транспорта. Причем арабы предлагают данную услугу абсолютно бесплатно, но это только поначалу. Чтобы слезть с верблюда незадачливый турист должен заплатить 10 долларов. Меня заранее предупредили об этой хитрости арабов, так что кататься на верблюдах я не стала».*

Наиболее запоминающимися «достопримечательностями» 7,5 миллионного Каира являются правила дорожного движения, а точнее их отсутствие. На весь город приходится всего 9 светофоров. При этом водители абсолютно спокойно едут на красный свет, а чтобы пешеходу перейти улицу, необходимо дожидаться жандарма.

## Заметки на полях

РАСУЛИ ГАМЗАТОВ «ПИСЬМО В КУРГАН»

Гавриил Илизаров -  
искусный лукман,  
Я приеду в Курган,  
но не в гости,  
А затем, чтоб любви,  
пострадавшей от ран,  
Ты срстил перебитые кости.  
Кто удачи тебе подарил  
талисман,  
Мне гадать лишь дается  
свобода:  
Может, горный Урал, может  
наш Дагестан,  
Где приписан ты к небу  
от рода?  
Как в бою отступить  
заставляя недуг,  
На печаль заработал ты  
право,  
Ведь излечивать вывих  
душевный, мой друг,  
Тяжелее, чем вывих сустава.  
Знай, в студенты твои  
перешел бы сам бог,  
Если б ты, не жалея усилий,  
Связь времен, Гавриил,  
восстанавливать мог,  
Словно связки людских  
сухожилий.  
А в Курган я приеду,  
сови не зови,  
И скажу: - Мое сердце утешь ты,  
Человек, превеликою силой  
любви,  
Возвращающий людям надежды.

## ВРАЧИ ШУТЯТ

Склероз нельзя вылечить, но о нем можно забыть

Хирургическое замешательство...

Мало записаться на прием к врачу - надо до него еще дожить

Здоровье - это эпизод между двумя болезнями.

В анкете, которую я заполняла перед операцией, был вопрос: кому позвонить в случае крайней необходимости? Я написала: более квалифицированному хирургу...

## Медосмотр

Здоровье нации – конечная цель системы здравоохранения любой страны. Однако, не везде путь к ее достижению одинаков. В каждой стране есть свои особенности лечения, да национальные традиции порой накладывают отпечаток на систему здравоохранения.

**Система здравоохранения Франции** признана лучшей в мире.

Всемирная организация здравоохранения, тщательно проанализировав систему медицинского обслуживания 191 страны, отдала пальму первенства Франции. При этом учитывались такие критерии, как эффективность, доступность, соответствие нуждам населения. Именно во Франции самые лучшие больницы, самые компетентные медики, наисовременнейшее оборудование, и, кроме того, ко всему этому имеют доступ представители всех слоев населения.

**В Австралии** не принято скрывать от больного истинный диагноз и прогноз заболевания, какими бы пессимистичными они ни были. Это касается всех болезней, в том числе тяжелых онкологических форм. Однозначно оценить правомерность такой практики затруднительно. Широкое распространение такого подхода в Австралии во многом определяется менталитетом населения, его религиозными взглядами, необходимостью

решить все вопросы, связанные с бизнесом, наследством и т. д. Больной имеет право запретить врачу информировать родственников о своем заболевании и прогнозе (кроме случаев, когда пациент не в состоянии самостоятельно принимать решения).

**Иранская система здравоохранения** является едва ли ни пионером по пересадке почки на Ближнем Востоке, занимая четвертое место в мире. Здесь все варианты лечения законодательно закреплены за отдельными видами заболеваний. Вот заболел иранец ангиной – лечить его будут, следуя букве закона, никакой самодеятельности и индивидуального подхода.

**Японцы** посещают врача около 14 раз в год, более чем в четыре раза чаще, чем американцы.

**Соединенные Штаты Америки** – обладатели самой дорогой системы здравоохранения в мире. США тратит на систему охраны здоровья больше, чем любая другая страна, – как в абсолютных цифрах, так и в соотношении с валовым внутренним продуктом на душу населения.

**Израиль** – первая страна в мире, разработавшая и применившая лазерные хирургические инструменты и электронное оборудование, компьютерные мониторы и многие другие приборы, спасающие человеку жизнь и облегчающие его страдания при тяжелых заболеваниях.

## Обеденный перерыв



с **Ерохиным Александром Николаевичем**, д.м.н., руководителем научно-медицинского отдела восстановительного лечения Центра Илизарова

«Я не особо прихотлив в еде. Стараюсь придерживаться диетической пищи. По праздникам люблю индейку (причем покупать ее

нужно не в супермаркетах, а в личных подворьях). С возрастом нужно уходить от жирного и калорийного. Хотя, иногда люблю побаловать себя жареной картошечкой. На заметку хозяйкам: чтобы получить хрустящую корочку, не жалейте масла и почаще переворачивайте. А еще я очень люблю каши. Потому поделюсь с вами рецептом полезного и вкусного блюда».

**«Русская каша»**  
**100 гр. чечевицы**  
**200 гр. гречки**  
**1 ч.л. оливкового масла**  
**4 зубчика чеснока**  
**соевый соус, армянская приправа и соль по вкусу**

Довести до кипения воду, опустить чечевицу, варить ее 5-7 минут, потом всыпать гречку. Добавить оливковое масло, чеснок. Немного посолить, приправить армянскими пряностями. Варить 20-25 минут. После чего снять с огня, плотно укутать и настоять

10 минут. Подавать кашу с соевым соусом.

### Интересные факты о гречихе и чечевице

Родиной **гречихи** считаются Гималаи. По преданию около 4 тыс. лет назад «тамошние» горные жители распробовали, что маленькие зеленые «пирамидки» - семена местной горной травы пригодны для употребления в пищу и стали готовить из них еду. Примерно в 7-8-ом веке, через Румынию, гречка попала в Киевскую Русь, где и получила свое нынешнее название «гречка». А пошло оно от того, что поначалу возделывали гречку местные греческие монахи.

**Чечевица** - один из совсем немногих продуктов, упоминающихся ещё в Ветхом Завете. Если вы помните, что за тарелку чечевичной похлёбки Яков выменял у своего брата Эсава право на первородство, что давало довольно большие блага.



## Советы Айболита



Наши четвероногие друзья хоть и гуляют сами по себе, изредка радуя нас своим вниманием, но в социуме ведут себя, почти как дети: нам сложно догадаться, чего они хотят, или что у них болит. Поэтому нужно быть внимательными и наблюдать за поведением наших домашних животных, которое может прямо или косвенно указывать на какие-то проблемы со здоровьем.

### Инфекции и вирусные заболевания

В межсезонье у домашних животных часто встречаются вирусные заболевания, парвовирусный энтерит (острое воспаление кишечника), ринотрахеит (поражение глаз и органов дыхания), а также

обостряются все хронические заболевания, к ним относят остеохондрозы и артрозы суставов. Для людей вирусные болезни кошек и собак не опасны. Также как и человеческие вирусы, к примеру, грипп, не страшен животным. Вирусным заболеваниям обычно подвержены гладкошерстные и короткошерстные породы и без шерстяного покрова домашние питомцы.

### Симптомы болезни вирусных заболеваний:

- слабость, чихание, кашель или фырканье;
- обильное слюнотечение, затрудненное глотание;
- повышенная температура, выделения из глаз и носа;
- пониженный аппетит

Если вы замечаете, что ваш питомец начал чихать или кашлять, обязательно обратитесь к ветеринару в кратчайшие сроки, болезнь обычно быстро прогрессирует, и животное может погибнуть. Защитить своих питомцев от опасных инфекций могут только прививки и профилактика от - эндо и эктопаразитов.

### Что не рекомендуется в холодное время года и в межсезонье

1. В зимнее время лучше воздержаться от прогулок.
2. Если вы искупали кошку, следите за температурой в доме и сквозняками.
3. Если вы проветриваете комнату, проверьте после, не закрыли ли вы на балконе свою кошку.

Если кошка трет нос лапой, чихает и фыркает эпизодично, вероятно, она пытается избавиться от инородного тела в носу. Обычно кошки быстро справляются с этим самостоятельно, но, если вы заметили, что кошка продолжает чихать, срочно обратитесь к ветеринарному врачу. Клиника животных Центра имени академика Илизарова имеет широкий спектр услуг и может оказать вашему питомцу консервативную помощь (медикаментозное лечение, рентгенографию, различные анализы и прививки).

**Телефон клиники животных Центра Илизарова 8(3522)41-42-44**

**Мы рады помочь вашим четвероногим любимцам!**

## Гороскоп здоровья.

### ОВЕН

В этом году главным врагом вашего здоровья станет ваша мнительность. Не исключено, что стоит вам войти в лифт, так вы начнете представлять, кто ехал здесь до вас и не чихал ли этот кто-то и не кашлял ли. Вы же в этом году вполне сможете сэкономить на аптеке, если возьмете себя в руки и не будете паниковать по любому поводу.

### ТЕЛЕЦ

Для тех Тельцов, кто давно решил сесть на диету, наступил час X. Вы даже сможете какое-то время питаться только луковым супом и пить только кефир. Но все же так не может продолжаться вечно. В мире и так немного радостей. И еда – одна из них. Не лишайте себя этого удовольствия. Поэтому в гораздо лучшем положении окажутся те Тельцы, которые калории не считают.

### БЛИЗНЕЦЫ

Здоровье в этом году у Близнецов может стать вообще золотым. Ведь им не один раз придется принимать успокоительное, и дело вряд ли ограничится лишь простой валерианкой. Так что, гораздо дешевле и действеннее будет заняться аутотренингом и повторять «И это пройдет...». Особенно важен позитивный настрой, оптимистичный взгляд на мир.

### РАК

Раки из тех людей, кто сам себе может создать проблему. Причем буквально на пустом месте. Любые разногласия с близкими они склонны воспринимать как предательство, любой чих – как серьезную болезнь. Если вы чувствуете, что жизнь загнала вас в угол, и вы не в силах улыбаться, почаще общайтесь с позитивными людьми.

### ЛЕВ

Вы рискуете весь год решать чужие проблемы со здоровьем. Причем те люди ни в чем себе не отказывают. Но по непонятным причинам витамины им должны покупать вы. Однако все же лучше не позволять окружающим садиться себе на шею ни в прямом, ни в переносном смысле. Чревато травмами.

### ДЕВА

В этом году для Дев прогноз вполне благоприятен. Зараза к ним не пристает. Однако это не значит, что в лютовую стужу им можно ходить без шапки или шлепать босиком по лужам. А вообще их слабое место – это ноги. Девы рискуют их натереть, вывихнуть или даже сломать. Так что будьте осторожнее.

### ВЕСЫ

Совсем не думать о своем здоровье в этом году у Весов, к сожалению, не получится. Более того, наплевательское отношение к себе чревато больничным. Не советуем особенно увлекаться нетрадиционной медициной. Лучше прислушаться к своему телу, а не к советам многочисленных целителей.

### СКОРПИОН

Своей сильной энергетикой Скорпионы способны обратить любой минус в плюс. Они не боятся бессонницы, потому что используют ее для творческих порывов. Учащенное дыхание и сердцебиение у них бывает в основном от любви. Да и головокружение случается от успехов, а это очень приятно. Единственный совет – если вы много работаете, вам нужно и много отдохнуть.

### СТРЕЛЕЦ

Совсем избежать болезней не удастся никому, даже докторам и тем, кто постоянно пьет биодобавки, тратя на это немалый бюджет. Главное, не паниковать, вовремя заметить недуг, поставить верный диагноз и приступить к лечению. И тогда выздоровление практически гарантировано.