СПИНА НЕ БУДЕТ БЕСПОКОИТЬ

КАК ПОБЕДИТЬ ГРЫЖУ И ДРУГИЕ БОЛЕЗНИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА?

Если боль в спине мучает не первый день, то вам известно, что разовые методы мази, уколы, таблетки, сеансы массажа и прочее - редко помогают надолго. Боль может быть вызвана разными проблемами - травмой, искривлением, воспалением, грыжей или разрушением межпозвонковых дисков. Независимо от причины вылечить её полностью может только комплексный подход. Таким образом можно не только устранить боль, но и вылечить причину заболевания, обезопасить себя от его повторения.

ПОЧЕМУ КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ?

Комплексное лечение включает в себя весь спектр воздействия на заболевание



- Этиологическое - воздействие на саму причину заболевания (в случае заболеваниями спины - это может мышечный быть обострение спазм, грыжи межпозвонкового диска, воспаление нервных корешков).
- Патогенетическое - воздействие на механиз-
- мы и патологические реакции течения заболевания.
- Симптоматическое воздействие на проявляющиеся симптомы (боль, скованность движений)
- Профилактическое предупреждение осложнений заболевания и профилактика рецидивов (возврата болезни), воздействие на факторы риска (малоподвиж-

ный образ жизни, перегрузки, вредные привычки, лишний вес).

На практике это когда по показаниям врач назначает пациенту сразу ряд методов. В случае с болью в спине это может быть медикаментозная терапия, физиопроцедуры,



лечебная физкультура и кинезиотерапия. Большой список назначений не означает, что можно выбрать что-то одно. Надо пройти весь комплекс процедур. Только в этом случае можно гарантировать улучшение состояния согласно плану лечения.

ПРИ ГРЫЖЕ В ПОЗВОНОЧНИКЕ

Если причина болей в спине - грыжа межпозвонкового диска, то врач может назначить противовоспалительные препараты и миорелаксанты, а также препараты, улучшающие микроциркуляцию и кровоток в проблемной области. После купирования боли можно начинать другие восстановительные процедуры. Среди них физиотерапия: высокоинтенсивный лазер, ударно-волновая

НЕВРОЛОГ ИНСТИТУТА ДВИЖЕНИЯ



ВАСИЛИЙ ФЁДОРОВ:

- В случае лечения межпозвонковой грыжи и других серьезных болезней надо понимать, что потребуется не менее 3-4 месяцев. Часть пациентов прекращает лечение в самом начале - как только мы снимаем боль. В этом случае нельзя говорить о результатах. Нужно пройти все этапы, среди которых не один курс лечебной физкультуры и физиопро-

цедур с определенной регулярностью. Если мы выполняем всё поэтапно, то положительный результат есть всегда.

терапия, внутритканевая электростимуляция. По мере стихания острых проявлений болезни пациенты постепенно наращивают двигательную активность. Им назначают упражнения на укрепление мышц спины, кинезиотерапию в зале со специальным оборудованием, мануальную терапию, массаж.

При переходе болевого синдрома в хроническую стадию подключают препараты, оказывающие воздействие на структуру хрящевой и костной тканей, улучшающие микроциркуляцию в тканях. На всём протяжении лечения пациента наблюдает врач, корректируя не только дозировку процедур, но и образ жизни.

АКЦИЯ - ПРИЕМЫ ВРАЧЕЙ СО СКИДКОЙ!

С 12 января по 29 января приём невролога, травматолога-ортопеда и ревматолога

в Институте Движения - 990 рублей вместо 1250 рублей.

Предложение ограничено, не суммируется с другими акциями и скидками. Действует до 29 января 2021 года.

> Запись на приём и физиотерапевтические процедуры по телефону:

> > +7 (8212) 400-877

г. Сыктывкар, Октябрьский пр-т, 164. Сайт: indvigo.ru.

Лицензия №ЛО-11-01-002278 от 05.11.2019

ЛЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОД

В плановом режиме

идет уборка улиц от снега

Морозы не помешали МКП «Дорожное хозяйство» осуществлять уборку улично-дорожной сети с привлечением всех сил и средств.

По словам директора «Дорожного хозяйства» Дмитрия Дмитриева, работники предприятия полностью экипированы для работы в условиях низких температур. Помимо комплектов утепленной специализированной одежды, рабочие обеспечены мобильными пунктами обогрева в автомашинах, которые следуют по маршруту уборки дорог.

- Морозная погода сказывается на рабочем режиме - сокращается время работы на улице, но не влияет на объемы запланированной уборки и вывозки снега, - подчеркнул Д. Дмитриев.

сильного понижения температуры техника с гидравлическими механизмами будет находиться на техническом обслуживании.

Напомним, в Сыктывкаре в новогодние праздники «Дорожное хозяйство» побило собственный рекорд по уборке

С 1 по 10 января силами МКП «Дорожное хозяйство» вывезено 34 885 кубических метров снега, а это около 1700 рейсов на полигон твердых бытовых отходов в местечке Дырнос. Так предприятие побило собственный рекорд - 4855 кубометров за сутки, а спецтехника проехала более 23 тысяч километров. Кроме того, на посыпку дорог было использовано около 1500 кубометров песко-соляной смеси.

Также МКП «Дорожное хозяйство» По словам Д. Дмитриева, в случае ввело в практику в социальных сетях анонсирование размещения графика уборки улично-дорожной сети и ежедневное выставление на улицах аншлагов, информирующих о запланированной ночной механизированной уборке.

На контроле

По информации «Дорожного хозяйства», предприятие не планирует останавливаться на достигнутом и только наращивать темп. Особую благодарность выразил директор «Дорожного хозяйства» Дмитрий Дмитриев в адрес неравнодушных жителей города за репосты в социальных сетях графиков уборки, информации о запланированных мероприятиях и результатах работы коммунальных служб и выразил надежду, что жители города оценят усилия предприятия по достоинству и будут обращать внимание на информацию о запланированных снегоуборочных мероприятиях.





Юбилей

С 90-летием

жительницу Сыктывкара поздравили от имени Президента России



14 января юбилей отметила ветеран труда Тамара Александровна Моисеенко.

Юбиляра навестила заместитель руководителя администрации Сыктывкара Елена Семейкина. Вицемэр вручила Тамаре Александровне персональное поздравление от Президента России Владимира Путина в честь дня рождения, передала теплые слова пожеланий доброго здоровья и благополучия от имени главы МО ГО «Сыктывкар» - руководителя администрации Натальи Хозяиновой.

Тамара Александровна окончила Сыктывкарское медучилище по специальности «фельдшер-акушер». С 17 лет работала в с. Лопыдино Корткеросского района, позже с семьёй переехала в Сыктывкар. Прошла обучение по специальности «лаборант», работала в Республиканском кожно-венерологическом диспансере. У Тамары Александровны двое детей, четыре внучки, шесть правнуков и праправнук. Дочь и внучка ухаживают и во всём помогают ветерану.

Всего в январе 2021 года свыше 16 ветеранов празднуют юбилеи. Они также получат поздравления от Президента России.