



# НОВОСТИ

## ALMAZOV CENTRE NEWS

# Центра Алмазова

№ 8 (155)

www.almazovcentre.ru

август 2023

## БОЛЕЕ 130 ЧЕЛОВЕК НА МЕСТО — ТОЛЬКО ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ СТАЛИ СТУДЕНТАМИ ЦЕНТРА АЛМАЗОВА

Институт медицинского образования Национального медицинского исследовательского центра имени В. А. Алмазова в шестой раз принял абитуриентов на программу специалитета «Лечебное дело». На обучение в новом учебном году зачислено 237 человек. Отличительной чертой приемной кампании стал рекордный конкурс — 131 человек на место в общем конкурсе. Несколькими днями ранее в ИМО в торжественной обстановке состоялся выпуск ординаторов — успешно завершили обучение 391 молодой специалист по 29 специальностям.

1 сентября в одном зале собрались обучающиеся всех курсов — с первого по шестой, а также те, кто поступил на первый курс ординатуры, аспирантуры и магистратуры.

Первокурсников приветствовала с видеообращением Председатель Совета Федерации Федерального собрания Российской Федерации, Председатель Попечительского совета Центра Алмазова Валентина Ивановна Матвиенко: «В первую очередь хочу обратиться к первокурсникам, для вас это безусловно новый и чрезвычайно ответственный этап в жизни. Вы выбрали для себя непростую профессию, но, пожалуй, одну из самых важных и нужных на свете. Лечить людей — великое призвание, при этом сложнейшее искусство, совершенствоваться в котором нужно будет всю жизнь. И, конечно, учиться у лучших. И поэтому я точно могу сказать: здесь вы в надежных руках, и вам, действительно, невероятно повезло».

«Сегодня вы вошли в большую семью медицинских специалистов, стали частью команды, которая работает над укреплением здоровья наших граждан. Уверен, что вы, мои дорогие первокурсники, станете профессионалами в этой области и внесете свой важный вклад в развитие медицинской науки и, конечно, практики. Ваше обучение будет направлено на приобретение необходимых знаний и навыков, которые помогут вам успешно решать самые сложные медицинские задачи и подчас в экстренных ситуациях. И, конечно, эффективно добиваться результата в лечении пациентов», — отметил в своей напутственной речи министр здравоохранения Российской Федерации Михаил Альбертович Мурашко.

Студентов также поздравили полномочный представитель Президента в Северо-Западном федеральном округе Александр Владимирович Гуцан, вице-губернатор Санкт-Петербурга Николай Викторович Линченко, который зачитал официальное поздравление от главы города Александра Дмитриевича Беглова, вице-губернатор Санкт-Петербурга Олег Николаевич Эргашев.

Прислав видеообращение, первокурсников поздравил Председатель Правления Сбербанка, член Попечительского совета



Председатель Совета Федерации Федерального собрания РФ В. И. Матвиенко



Полномочный представитель Президента в СЗФО А. В. Гуцан



Вице-губернаторы Санкт-Петербурга О. Н. Эргашев и Н. В. Линченко, генеральный директор Центра Алмазова Е. В. Шляхто, глава администрации Приморского района А. В. Никоноров, кинорежиссер А. Н. Сокуров

Центра Алмазова Герман Оскарович Греф, который отметил, что сегодня студентами стали лучшие из лучших, те, кому удалось пройти сложнейший конкурс (131 человек на место), те, кому предстоит создавать персонализированную превентивную, человекоцентричную медицину будущего.



Министр здравоохранения РФ М. А. Мурашко



Председатель Правления Сбербанка Г. О. Греф



Студенты-первокурсники набора 2023

Генеральный директор Центра Алмазова академик РАН Евгений Владимирович Шляхто тоже в свою очередь поздравил первокурсников: «Дорогие друзья, гости, дорогие наши первокурсники, клинические ординаторы, аспиранты, магистры, многоуважаемые члены ученого совета и весь профессорско-пре-

подавательский состав, для меня высокая честь сегодня с этой трибуны в День знаний поздравить вас с праздником. Вы выбрали тот путь, который является сложным, трудным, у вас будет впереди много и разочарований, и радостей, и побед, и бессонных ночей, вы будете бороться за жизни наших пациентов. И я желаю в этом вам быть всегда победителями. Сегодня медицина — это уже не просто искусство, которое больше, чем наука (как было раньше), теперь она больше наука, чем искусство. Поэтому именно Центр Алмазова стал внедрять новую модель медицинского образования, где главным является наука и образование внутри науки», — подчеркнул Евгений Владимирович.

В конце церемонии первокурсники традиционно принесли клятву студента Центра Алмазова и передали на хранение директору ИМО Елене Валерьевне Пармон «Капсулу времени». Приняв ее, Елена Валерьевна сказала: «Обязуюсь хранить эту капсулу до вашего выпускного. Перед выпускным мы откроем и посмотрим, сбылись ли цели, которые вы ставили перед собой в самом начале карьеры».

Особенностью приемной кампании 2023 года стали крайне высокие средние баллы. Например, средний балл зачисленных на места по общему конкурсу (всего было подано на общий конкурс 1359 заявлений) — 298, что стало не только самым высоким баллом за всю историю приема абитуриентов в Центре Алмазова, но и среди всех вузов Минздрава России.

В сравнении с предыдущими годами выросло число абитуриентов, зачисленных без вступительных испытаний: 15 победителей и призеров олимпиад школьников, что больше, чем во всех медицинских вузах Санкт-Петербурга, взятых вместе. Большая часть зачисленных на первый курс — столбальники по ЕГЭ и/или имеющие аттестат с отличием (отличники) — 65 %.

Успех приемной кампании 2023 года, главным образом, связан с высокой информированностью и заинтересованностью абитуриентов в поступлении именно в Центр Алмазова, как в образовательное учреждение, имеющее на сегодня передовую научную и клиническую базу.

## ВОПРОСЫ ТРАНСПЛАНТОЛОГИИ ОБСУДИЛИ НА ВСТРЕЧЕ С ВИЦЕ-ГУБЕРНАТОРОМ

Главный внештатный специалист-трансплантолог Комитета по здравоохранению, руководитель НИЛ торакальной хирургии НМИЦ им. В. А. Алмазова Герман Викторович Николаев принял участие в рабочей встрече с вице-губернатором Санкт-Петербурга Олегом Николаевичем Эргашевым, в ходе которой обсуждались актуальные вопросы высокотехнологичной медицинской помощи по профилю «трансплантология».

Ежегодно в России проводится около 2 тысяч трансплантаций. Из них 144 проведены в Санкт-Петербурге только за первую половину 2023 года. В городе отмечается стабильный рост числа этих высокотехнологичных операций. За 9 лет, с 2013 по 2022 годы, количество операций по пересадке органов и тканей увеличилось в 5 раз. В частности, в 7 раз выросло количество операций

по трансплантации донорских сердца и печени, в 4 раза увеличилось число операций по пересадке почки.

Благодаря совместной работе Правительства Санкт-Петербурга, Комитета по здравоохранению Санкт-Петербурга, Министерства по здравоохранению России, в 2023 году количество квот на высокотехнологичную медицинскую помощь по профилю «трансплантология» для Северной столицы увеличено в 2,5 раза. В ближайшие годы предстоит осуществить комплекс мер, направленных на организацию трансплантации легких и органокомплекса «легкие и сердце».

Сегодня в Санкт-Петербурге пересадку донорских органов осуществляют 7 медицинских учреждений, из них только Центр Алмазова проводит трансплантацию сердца. Для многих пациентов с терминальной стадией ряда заболеваний пересадка органов является единственным способом спасения жизни.



Слева направо: вице-губернатор Санкт-Петербурга О. Н. Эргашев, руководитель НИЛ торакальной хирургии Центра Алмазова Г. В. Николаев

## ИННОВАЦИИ

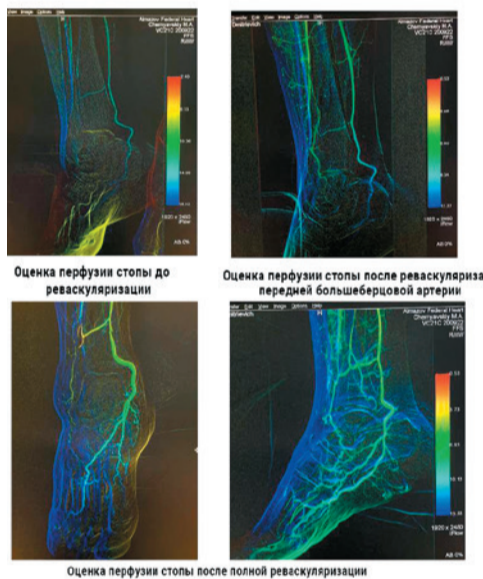
### 2D-ПЕРФУЗИОННАЯ АНГИОГРАФИЯ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ — НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ГИБРИДНОЙ ОПЕРАЦИОННОЙ

Новая технология рентгеновской визуализации, позволяющая получить двухмерные изображения перфузии стопы, теперь применяется благодаря новейшей ангиографической установке, расположенной в гибридной операционной Центра Алмазова.

Критическая ишемия нижних конечностей — серьезное заболевание периферических артерий, при котором жизнеспособность нижних конечностей находится под угрозой в результате нарушения кровотока в них. Эндоваскулярные методы лечения периферических сосудов получили широкое распространение благодаря минимальной инвазивности, а также доступности их использования даже в сосудах малого диаметра, таких как артерии голени и стопы. Целью лечения критической ишемии нижних конечностей является восстановление кровотока в них, улучшение перфузии тканей, что обеспечивает заживление ран и тро-

фических язвенных дефектов, в особенности у пациентов с синдромом диабетической стопы. Однако успех лечения зависит от полноты реваскуляризации нижней конечности, в особенности в зоне трофических нарушений, что позволяет избежать ампутации или минимизировать ее объем. Чтобы оценить адекватность реваскуляризации различных участков стопы после эндоваскулярного лечения, применяют методы оценки перфузии, к наиболее информативным из которых относят 2D-перфузионную ангиографию.

Эта новая технология рентгеновской визуализации стала доступна благодаря новейшей ангиографической установке, расположенной в гибридной операционной Центра Алмазова. В клинике сердечно-сосудистой хирургии учреждения данный метод исследования стал недавно применяться для количественной оценки и сравнения результатов перфузии до и после оперативного вмешательства у пациентов, которым выполнена эндоваску-



лярная реваскуляризация артерий нижних конечностей.

Так, например, в представленном на иллюстрации клиническом случае у пациента

окклюзированы все три артерии голени, в связи с чем беспокоил выраженный болевой синдром. После первичной реваскуляризации одной из артерий голени на контрольных снимках отмечается недостаточная перфузия тканей стопы, поэтому хирурги решили расширить объем реваскуляризации. Это обеспечило достаточный кровоток по артериям голени и стопы, адекватную перфузию тканей и купирование болевого синдрома у пациента с критической ишемией нижней конечности.

Стоит отметить, что метод также позволяет оценить объем костно-пластической реконструкции на диабетической стопе. Это помогает минимизировать объем некрэктомии и сохранить опороспособность стопы. Благодаря передовому оснащению Центра Алмазова специалисты имеют возможность оказывать высокотехнологичную медицинскую помощь сложной категории больных, для которых это зачастую последний шанс сохранить конечность.

## КЛИНИКА

### ПЯТИЛЕТНЕЙ МАЛЫШКЕ ЗАМЕНИЛИ МОЧЕТОЧНИК АППЕНДИКСОМ

Маленькой пациентке с врожденной патологией (сужением в месте соединения лоханки и мочеточника) мультидисциплинарной командой врачей Центра Алмазова была успешно выполнена редкая операция, спасшая жизнь ребенку.

Девочке сразу при рождении был диагностирован гидронефроз — болезнь, при которой нарушается отток мочи из почки. Из-за этого лоханка постепенно расширяется, и снижается функция почки. В норме моча из почечных чашечек поступает в лоханку, а оттуда оттекает вниз по мочеточникам в мочевой пузырь. Когда есть препятствие, чаще всего в начальном отделе мочеточника, моча начинает скапливаться выше него, почка переполняется и развивается гидронефроз.

В 5 месяцев ребенку была сделана пиелопластика справа (процедура для устранения стеноза в соединении мочеточника и лоханки почки), в 10 месяцев — повторная пиелопластика с одновременной реимплантацией правого мочеточника и поставленного нефростома (катетер для искусственного выведения мочи из организма). В дальнейшем нефростома была удалена. В возрасте 3 лет пациентке сделали баллонную дилатацию дистального отдела правого мочеточника со стентированием в связи с подозрением на его стриктуру.

К сожалению, детский организм реагировал на хирургическое лечение не очень хорошо — у малышки сформировалось сужение в области дистальной части (ближе к мочевому пузырю) из-за рубцовых изменений мочеточника, значительно увели-

чилась в размере лоханка (около 5 см при норме 1 см).

Девочка поступила на лечение в НМИЦ им. В. А. Алмазова после многократных операций по устранению дефекта. При госпитализации ребенку выполнили все необходимые исследования (цистография, компьютерная томография и реносцинтиграфия), и было принято решение о необходимости еще одного оперативного лечения.

«В ходе предоперационной подготовки сложно было оценить длину суженной части мочеточника, и во время хирургического вмешательства стало понятно, что длина рубцов измененного отдела мочеточника настолько велика, что выполнить стандартную операцию — реимплантацию мочеточника, не представляется возможным. Было принято решение сделать пластику дисталь-

ного отдела мочеточника аппендиксом», — рассказывает руководитель НИЛ хирургии врожденной и наследственной патологии, врач — детский уролог-андролог, детский хирург высшей квалификационной категории д.м.н. Илья Маркович Каганцов.

Такие операции выполняются нечасто, так как прибегают к этой технологии, только когда нет другого выхода. Аппендикс, являясь трубчатым органом, хорошо подходит по диаметру для замещения мочеточника. Операция полностью проведена малоинвазивным способом с использованием лапароскопического доступа.

Послеоперационный период прошел без осложнений, обследования показали, что замененный участок проходим и полностью выполняет свои функции. В настоящее время ребенок выписан домой.

## ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ В ЭНДОСКОПИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Эндоскопическая ультрасонография (ЭУС) — комбинированная эндоскопическая и ультразвуковая методика, которая позволяет не только выявить признаки опухоли, но и получить материал для морфологических исследований. Диагностическая чувствительность методики выше, чем у других методов визуальной диагностики, включая ПЭТ-КТ, КТ, МРТ. Однако метод является операторозависимым (то есть выполнить его может только специалист высокого класса, а обучение является чрезвычайно сложным). В связи с этим результаты значительно отличаются в разных медицинских центрах. С целью улучшения показателей ЭУС, оптимизации диагностики опухолей поджелудочной железы сотрудниками НИЛ онкологических заболеваний пищеварительной системы НЦМУ «Центр персонализированной медицины» проводится работа по внедрению технологий искусственного интеллекта.

Новообразования поджелудочной железы являются одними из самых грозных в современной онкологии. Прогресс в лечении панкреатической карциномы за последние годы практически не достигнут. Новые



препараты позволяют продлить жизнь пациентов лишь на месяцы. Надеемся на полное выздоровление можно только после успешно выполненной радикальной хирургической операции на ранней стадии заболевания. В связи с этим одним из главных направлений в борьбе с раком поджелудочной железы является визуализация патологического процесса на ранних стадиях.

Основные трудности, с которыми столкнулись ученые, — воспроизведение результатов исследований разными специалистами, сложность достоверной интерпретации выявленных изменений без морфологического контроля, относительно небольшое количество выполняемых исследований (по сравнению с КТ, МРТ и т.д.). В связи с этим дизайн исследования

предполагал включение в основную группу снимков ЭУС с уверенным морфологическим подтверждением опухолей различного генеза. Группу контроля составили снимки с уверенным отсутствием опухолевых изменений. На отобранных снимках выполнялась разметка границ опухоли. В настоящее время общий датасет составил почти 2000 изображений. Сотрудниками НИЛ было получено свидетельство о государственной регистрации базы данных.

Для увеличения базы данных выполнена мультипликация снимков. Далее данные датасета загружались в сверточную нейронную сеть для проведения глубокого машинного обучения. В результате нескольких эпох обучения была получена максимальная диагностическая точность 94 %, при уверенности, достигающей 98 %.

Данные показатели снижались при добавлении к датасету снимков с ЭУС признаками хронического панкреатита. Однако такие высокие показатели являются обнадеживающими. Сотрудниками Центра запланировано к концу года создание бета-версии программы, способной проводить детекцию участков, подозрительных на новообразования поджелудочной железы, при выполнении эндоскопической ультрасонографии.

## Онкология

### ВАЖНОСТЬ РЕГУЛЯРНОГО СКРИНИНГА РАКА ШЕЙКИ МАТКИ

Вирус папилломы человека (ВПЧ) в настоящее время является наиболее распространенной инфекцией, передающейся половым путем. В течение жизни ВПЧ заражается 80 % населения. При этом в большинстве случаев вирус либо бесследно элиминируется из организма, либо приводит к развитию доброкачественных новообразований. Инфицирование штаммами высокого канцерогенного риска является причиной большинства случаев рака анального канала, ротоглотки, а также рака шейки матки.

По данным GLOBOCAN за 2020 год, рак шейки матки занимает первое место по частоте среди злокачественных гинекологических заболеваний и остается четвертым среди всех диагностируемых злокачественных новообразований у женщин в мире. По оценкам Всемирной организации здравоохранения, в 2020 году во всем мире было зарегистрировано 604 000 случаев рака шейки матки и около 342 000 смертей от этого заболевания.

Традиционным методом скрининга рака шейки матки является цитологическое исследование. В развитых странах эффективный цитологический скрининг рака шейки матки и программы лечения предшествующих ему изменений позволяют уменьшить смертность от данного заболевания.

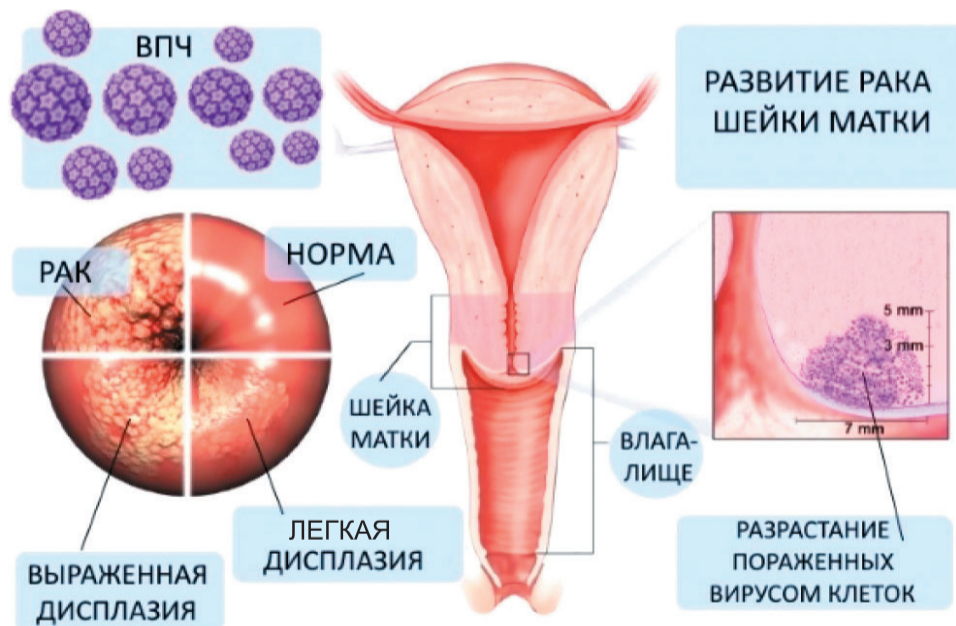
На основании приказа Министерства здравоохранения РФ от 27.04.2021 № 404н «Об утверждении Порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения» цитологический скрининг для выявления рака шейки матки проводится 1 раз в 3 года женщинам в возрасте от 18 до 64 лет путем взятия мазка на цитологическое исследование, осмотр акушера-гинеколога проводится ежегодно. При выявлении

патологических изменений при цитологическом исследовании, дальнейшее обследование включает расширенную кольпоскопию, по результатам которой определяется необходимость биопсии подозрительных поражений шейки матки для гистологической верификации процесса. Кольпоскопия также показана всем инфицированным ВПЧ 16 и/или 18 типов, независимо от результатов цитологии.

Понимание того, что персистирующая инфекция вирусом папилломы человека является основным фактором развития рака шейки матки, делает возможной профилактику данной патологии, прежде всего за счет раннего скрининга ВПЧ и диагностики предраковых состояний, таких как цервикальная интраэпителиальная неоплазия высокой степени, которая может предшествовать раку шейки матки в течение нескольких лет и даже десятилетий. С внедрением программ скрининга и вакцинации от вируса папилломы человека напрямую связана тенденция снижения заболеваемости раком шейки матки, которая наблюдается в течение последних 15 лет в развитых странах.

Цервикальная интраэпителиальная неоплазия (CIN) характеризуется клеточными изменениями шейки матки. CIN обычно возникает в результате инфицирования ВПЧ 16 и 18 типов (эти два штамма вызывают более 70 % случаев злокачественных новообразований). Поражения CIN2/3, также называемые плоскоклеточными интраэпителиальными поражениями высокой степени, коррелируют с предраковыми состояниями шейки матки, которые, если их не лечить, могут прогрессировать в рак.

Значение ВПЧ обследования в рамках скрининга рака шейки матки демонстрируют многочисленные научные публикации. Так, в исследовании, включавшем 130 000 пациентов из Индии, проведение хотя бы одного тестирования на ВПЧ позволило снизить количество выяв-



ленных запущенных форм рака шейки матки более чем на 50 % (15 на 100 000 человеко-лет со скринингом против 32 на 100 000 человеко-лет без скрининга). Смертность снизилась на 50 % (12,7 против 25,8 на 100 000 человеко-лет).

В настоящий момент активно разрабатываются высокотехнологичные молекулярные тесты, такие как: выявление мРНК ВПЧ, обнаружение онкопротеина или метилирования ДНК; более объективные тесты, проводимые на цитологических образцах, например, двойное окрашивание p16/Ki-67; а также тесты визуального контроля на основе платформ искусственного интеллекта/машинного обучения (например, автоматизированная визуальная оценка цифровых изображений). Данные методы в скором времени планируется ввести в стандартную программу скрининга рака шейки матки.

Жизнь сегодня немыслима без современных компьютерных технологий. Они сопровождают нас везде: пока мы общаемся с друзьями, заказываем еду или такси,

отправляем запросы на государственные услуги. Медицина тоже не остается в стороне и активно вовлекает новые технологии в оказание медицинской помощи. Одним из перспективных методов является использование машинного обучения для решения задач медицинского характера. При этом исследователи используют способность компьютерных алгоритмов обнаруживать и классифицировать изменения на изображениях, в данном случае медицинских. В проекте, который проводится группой ученых Центра Алмазова, мы разрабатываем и тренируем нейронную сеть, способную обнаружить изменения шейки матки, подозрительные на рак. В будущем такой подход может быть успешно использован для скрининга, поскольку анализ занимает миллисекунды, а нейронная сеть обучается по мере поступления новой информации.

Материал подготовили: Е. Л. Дикарева, И. Е. Говоров, Д. Р. Загретдинова, Ю. В. Чекина, Е. А. Ульрих

# ХУДЕЕМ ПРАВИЛЬНО: КАКИЕ ДИЕТЫ ОПАСНЫ И КАК ЭФФЕКТИВНО ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЛИШНЕГО ВЕСА БЕЗ УЩЕРБА ЗДОРОВЬЮ?

Практически с момента своего основания Центр Алмазова углубленно занимается изучением и лечением диабета 2 типа, который еще называют «неинфекционной эпидемией» XXI века. К причинам, приводящим человека к этому заболеванию, относятся неправильное питание и избыточный вес. Специалисты Центра разработали и успешно применяют комплексные программы для снижения веса, которые принципиально отличаются от распространенных вариантов: «попробовать диету из интернета», «начать бегать» или «просто перестать есть». В Лечебно-реабилитационном комплексе Центра Алмазова (пр. Пархоменко, 15) используется целостный подход с оценкой состояния здоровья, назначением в случае необходимости лечения и индивидуальных рекомендаций. При этом похудеть при поддержке специалистов Центра удается даже людям с сильно выраженным ожирением — для этого разработаны специальные программы по подготовке к бариатрической операции и реабилитации после нее. Подробнее об этом расскажет заведующий эндокринологическим отделением ЛРК Лидия Викторовна Белоусова в ответах на вопросы нашей редакции.



Заведующий эндокринологическим отделением ЛРК Л. В. Белоусова

вливающие на обмен веществ. Полные дети часто становятся полными подростками и переходят с лишним весом во взрослую жизнь, и сегодня уже далеко не исключение из правил наличие диабета 2 типа у подростков, что вызывает обоснованную тревогу врачей.

**Лидия Викторовна, почему похудеть бывает так сложно?**

Можно разделить причины на органические (различные эндокринные заболевания), но это всего около 5% пациентов, а 95% — это банальное перекармливание и малоподвижный образ жизни. Кроме того, важную роль играют психологические аспекты.

**Может ли полнота быть наследственной, обусловленной «плохими генами»?**

Мы часто видим, что у полных родителей и дети обычно бывают с лишним весом. Но причина данного явления кроется не в унаследованных «плохих генах», а в нездоровых установках касательно питания и образа жизни в целом, которые существуют в семье. И не только это. Количество жировой клетчатки закладывается до определенного возраста человека, а потом жировые клетки, действуя как самостоятельный орган, выделяют гормоны,

**Надо ли отказываться раз и навсегда от сладостей?**

Жесткие ограничения в большинстве случаев приводят к срывам. А, сорвавшись, человек всегда не только возвращается к тому весу, с которого начинал худеть, но и прибавляет еще больше. Все можно, но в меру. Главное, не превышать адекватно подобранную калорийность суточного рациона. Можно и на здоровой пище набирать вес, потребляя хорошие, полезные продукты в избыточном количестве.

**Какие ограничения в питании опасны?**

Многие для быстрого результата на весах выбирают модные монодиеты (кетодиета, кремлевская, кефирная и пр.), в которых либо сильно ограничиваются, либо полностью убираются углеводы, жиры или белки. Некоторые прибегают к голоданию. Все эти способы похудения неизбежно приводят к проблемам со здо-

ровьем! Правильное питание должно быть сбалансировано.

**В чем принципиальное отличие подхода к снижению веса в Центре Алмазова?**

Центр Алмазова — многопрофильное научное медицинское учреждение, в котором работают врачи различных специальностей. Кроме того, это ведущее медицинское учреждение по профилю «эндокринология» на Северо-Западе. Пациентов, выбравших программу снижения веса в Центре Алмазова, сопровождает сплоченная команда специалистов экспертного класса: эндокринолог, кардиолог, диетолог, психолог, хирург, физиотерапевт, инструктор по физической культуре и др.

Наш Центр предоставляет возможность обследования на самом передовом медицинском оборудовании, также у нас есть своя лаборатория. Перед составлением плана снижения веса мы обязательно оцениваем здоровье человека, назначая ему только те анализы и исследования, которые необходимы, без навязывания ненужных услуг.

Врачи нашего Центра придерживаются строго индивидуального подхода в лечении. Если у пациента обнаруживаются проблемы со здоровьем, врачи назначают ему лечение перед составлением плана снижения веса.

На первом этапе пациенту выполняется биоимпедансометрия — это высокоинформативный диагностический метод, позволяющий точно и безопасно оценить абсолютные и относительные значения базовых параметров тела: мышечной массы, жировой ткани и воды; а затем следить за этими параметрами в динамике. При правильном похудении должно уменьшаться количество жировой клетчатки, а не мышечной массы или воды.

Обязательно прорабатываются со специалистами психологические проблемы пациента, в команде работает грамотный психолог, имеющий большой опыт работы с людьми, страдающими ожирением. С каждым пациентом общается диетолог, разрабатывая индивидуальную программу.

Кроме того, при желании пациента и отсутствии противопоказаний мы составляем индивидуальную программу физической реабилитации. В Центре имеется самое современное физиотерапевтическое оборудование, направленное на коррекцию жировых отложений, лимфодренаж, а также спортивный зал с новейшими тренажерами.

В итоге пациент получает комплексный всесторонний подход к своей проблеме и поддержку специалистов разных медицинских профилей.

**На кого ориентированы программы похудения в Центре?**

Есть эффективные программы для пациентов с небольшим лишним весом.

А также, поскольку в Центр Алмазова зачастую обращаются люди уже со значительными проблемами со здоровьем, сопряженными с ожирением: сердечно-сосудистыми заболеваниями, диабетом, то для многих из них отличным шансом кардинально изменить свою жизнь становятся программы по подготовке к бари-

атрической операции и программы реабилитации после нее. Когда мы имеем дело с пациентами, страдающими морбидным ожирением, только коррекцией питания помочь бывает уже невозможно.

**Каким был самый ошеломительный результат среди худеющих?**

При помощи бариатрической операции и выполнения ряда рекомендаций специалистов Центра Алмазова, наши пациенты успешно снижали вес на 50 кг и более.

Специалисты Центра очень любят свою работу, всегда в тесном контакте с пациентом и действительно хотят ему помочь, учитывая индивидуальные особенности каждого обратившегося за помощью!

Подготовила Елена Мисюряева

## СПОРТ

27 августа 2023 года в парке Сосновка прошел 3-й этап Кубка Губернатора Санкт-Петербурга по бегу, в котором приняла участие и показала хорошие результаты команда сотрудников и студентов Центра Алмазова.

Всего в забеге приняли участие 1800 человек. Предлагались на выбор дистанции в 5 и 10 километров.

Традиционная серия забегов Кубка Губернатора Санкт-Петербурга по бегу проходит с марта по октябрь в живописных парках Северной столицы.

На Кубке используется система рейтинга финишеров: результат каждого участника фиксируется и сохраняется, формируя рейтинг по всем этапам в абсолюте и возрастных группах.

Николай Константинович Шелуханов, Алексей Андреевич Обухов, Марина Георгиевна Кириченко и Алиса Олеговна Мео продемонстрировали отличные результаты и проявили силу духа, выносливость и настойчивость. Желаем им новых спортивных достижений и вдохновения на пути к своим целям!

